

NOVIEMBRE 2008

18

www.radioteletaxi.com

REVISTA INDEPENDIENTE
DEL GRUPO TELETAXI

publicación gratuita

RTT
Ràdio Tele-Taxi

lo nuestro

la radio
escrita

25
ANYS
1982-2007

Celestino Corbacho

Al frente del
Ministerio
de Trabajo e
Inmigración

Tema del mes

La naturaleza, fuente de
salud y bienestar.

Ocio

Oktoberfest, cuando
la cerveza se convierte
en cultura.

¿HASTA CUÁNDO PIENSAS AGUANTAR TU COCHE?

TE DAMOS HASTA 500 € POR TU COCHE VIEJO **

 Conchita presenta:

TARIFA PLANA 2008

Por sólo **99€*** al mes

Puedes llevarte un Seat Ibiza, Opel Corsa, VW Polo, Skoda Fabia, Peugeot 207, Citroen C3, Renault Clio

Por sólo **120€*** al mes

Puedes llevarte un Seat Leon, Altea, Opel Astra, VW Golf, Peugeot 308, Citroen C4, Renault Megane, Ford Focus

Por sólo **160€*** al mes

Puedes llevarte un Opel Zafira, VW Touran, VW Jetta, Renault Scenic, Peugeot 407, Ford Mondeo, Ford C-max

LA PRIMERA VERDADERA MULTIMARCA

Joan Torras, 5 y 11-15 • 08030 Barcelona
Ventas 902 200 260 • Seguros 933 128 014 • Fax 933 128 003
E-mail ventas@autosconchita.com



*Financiación para vehículos nuevos y seminuevos al 100% sin entrada, cuota plana para las 12 primeras cuotas y 84 meses siguientes a cuotas resultante del tipo 7,49% T.I.N. Cuota de 99 € financiando 15.000 €, cuota 120 € financiando 18.500 € y cuota 160 € financiando 24.800 €. Oferta válida hasta el 30 de Noviembre de 2008.

** Oferta válida para vehículos nuevos y seminuevos. Los vehículos de 8 a 10 años serán tasados hasta 500 euros, más de 10 años hasta 300 euros. Oferta no compatible con otros descuentos o ofertas según fabricante del vehículo.



Al que navega sin rumbo, todos los vientos le perjudican

Es lo que estamos viendo. Lo que le pasa a nuestro país. No es posible que los presupuestos generales del estado se salven (in extremis) con tantas enmiendas a la totalidad como votos a favor. Es como si estuvieran todos nuestros políticos buscando un protagonismo que no se merecen. Creo que los problemas son los que son, para todos los mismos, y la crisis es la que es, aunque no para todos lo mismo, o dicho de otra manera parece que hayan políticos sólo para joder. Pero ¿cuándo se enterarán de que los ciudadanos lo que les pedimos es que gobiernen bien y dejen ya de crear problemas? Es como si no se dieran cuenta de que políticos y ciudadanos caminan por líneas opuestas.

Los ciudadanos no nos sacamos el miedo del cuerpo porque cuando se dice muchas veces a una cosa que no, es casi siempre que sí. Con esto me estoy refiriendo a los ahorros de los ciudadanos en los bancos. Sólo nos faltaría que los banqueros se los hubieran fumado también.

En los últimos días parece como si los banqueros le hayan visto el plumero a los gobiernos europeos. Quién nos iba a decir que el Gobierno le daría a los bancos 1,7 billones de euros, pero ¿a santo de qué? Ahora acepto apuestas de que antes de Navidad le vuelven a decir al gobierno: "¡Queremos más que estamos *pelaos!*". Yo creía que todos éramos iguales; libertad de empresa, competencia legal, hacer que el país y el empleo crezca y que el sol salga para todos, pero ya veo que no. Si tú tienes una empresa y no va bien, la cierras y ya está. En el caso del banco: ¿qué me das? Por si fuera poco, los bancos nos refriegan por los hocicos de vez en cuando sus pingües beneficios, claro que la solución, según Zapatero, es que pondrán un mayor control a los bancos. Yo que soy un ingenuo me lo creo y veo al señor Botín abriendo la puerta de su casa para un control y dar parte a una comisión creada por el gobierno y la oposición. ¡Venga hombre va! Claro que, según el presidente de los EEUU (uno de los principales causantes del desastre económico), dice que hay que refundar el capitalismo. Señor Bush, díganos en cristiano eso, ¿cómo se come? porque hasta aquí no llegamos. La pregunta sería:

¿Qué han estado enseñando en las escuelas de negocios y en las facultades de economía en los últimos 30 o 40 años?

Los datos están para tenerlos en cuenta. En sólo dos meses ha desaparecido el 80% del empleo creado en todo el 2007, y lo que es peor, en palabras del propio Ministro de Trabajo "el techo al fin del paro aún no se ve". La ropa no nos llega al cuerpo y la otra mañana camino de la emisora, al pasar del término de Badalona a Santa Coloma, un aluvión de policías de todos los cuerpos y cámaras de televisión me sobresaltaron. Luego comprobé que se estaban produciendo detenciones simultáneamente en Badalona, Santa Coloma, Cerdanyola del Vallès, Madrid y Algeciras de personas que habían prestado, supuestamente, apoyo a cinco terroristas del 11 de marzo en Madrid. Según la policía, los integrantes de esta cédula pudieron ocultarlos y facilitarles la fuga tras cometer el atentado.

La buena noticia la dio el otro día el Presidente de la Generalitat, el Señor José Montilla, al comunicar al Presidente de México, Señor Felipe Calderón, en su reunión en el Palau, que la Generalitat abrirá una embajada en México. Será la primera delegación del gobierno catalán en América Latina y la quinta oficina en el exterior.

Estoy totalmente de acuerdo en traer al mundo un bebé si es para salvar la vida de un hermano. ¡Vivan los adelantos! No acabo de entender el afán de nuestros medios de comunicación por divulgar la campaña electoral de EEUU. ¡Vaya un coñazo!

Sumario

- 4 **Qui és qui**
Entrevistas a Celestino Corbacho y Manuela de Madre
- 18 **Música**
Conversamos con Dani Flaco y Nena Daconte
- 20 **Ocio**
La fiesta del Oktoberfest
- 24 **Escapadas**
Les Garrigues
- 30 **Opinión**
- 38 **Salud**
Los celíacos



Edita: **Ràdio Tele-Taxi**
C/ Sant Carles, 40
08922-Santa Coloma de Gramenet
Barcelona
Tel: 93 466 56 56
Fax: 93 466 15 34
www.radioteletaxi.com
radioteletaxi@radioteletaxi.com

Realitza: Medigrup Digital, S.A
Jordi Girona, 16
08034 - Barcelona
Barcelona: Tel. 93 280 00 08
medigrup@medigrup.com
Fotografies interior:
RTT, M. A. Chazo, David Fernández i
Diego Calderón.

Dipòsit legal: B-47171/2007

La naturalesa al servei del cos i de la ment

Mel de la Vall d'Aran, raïm de l'Empordà o oli d'oliva de Montbrió del Camp es converteixen en els nous unguents per als qui busquen relaxar-se i cuidar-se fora de la ciutat.

Elena Prats

Deixar que la naturalesa ens faci un massatge. Aquesta seria la manera d'explicar com actuen els productes naturals sobre la nostra pell o el nostre cos. La qüestió és que tots ells tenen cada vegada més presència a spas o centres de bellesa. Productes de tota la vida i tan presents a l'alimentació mediterrània, com la mel, es presenten com autèntiques joies.

L'spa del luxós hotel La Pleta, situat a la cota 1.700 de la carretera que va de Baqueira a Beret, ofereix el massatge de mel de la Vall d'Aran. Aquest tractament, que és un dels més sol·licitats pels seus clients, té com a objectiu sensibilitzar el cos i nodrir la pell a força d'aplicar mel extreta de l'acàcia, el romaní, arbres fruiters i l'oli

d'ametlles que produeix efectes molt beneficiosos per a l'organisme. Segons Javier Martino, responsable de l'spa de La Pleta, la mel s'aplica amb una barreja d'ametlles "perquè sigui menys viscosa i més practicable". On sí s'aplica directament és a les mans, que posteriorment s'emboliquen amb tovalloles calentes. El principal benefici d'aquest unguent és la hidratació. A més de la mel, aquest centre també ofereix el licor o essència de cassis, elaborat amb grosella negra de la zona, pels qui vulguin afegir al massatge un toc de sabor, calor i aroma a la pell. Una vegada finalitzat, el client pot tastar-lo. Els dos tractaments no arriben a l'hora de durada i costen al voltant de 110 euros. "El nostre spa ofereix tractaments especialment creats amb una fusió de fruits del bosc, herbes i tradicions antigues de la regió barrejant la naturalesa

i el toc humà per relaxar i restaurar", explica Martino.

Com la mel, un altre dels productes estrella en aquest tipus de tractaments és l'oli d'oliva, que a més d'hidratar s'utilitza com a antiarrugues. Per a la seva aplicació s'acostuma a barrejar amb oli d'ametlles o altres cremes per a diluir-lo una mica més i fer-lo més manejable. A l'espai termal de l'hotel Termes Montbrió, a la comarca del Baix Camp, des de fa anys s'utilitza per als tractaments un dels millors olis verges de

Productes de tota la vida i tan presents a l'alimentació mediterrània, com la mel, són joies per al cos.

Entre altres beneficis, el raïm estimula l'energia i combat la fatiga, nodreix les cèl·lules i combat els radicals lliures.

la regió. Segons Cuca Quintana, responsable de l'equip mèdic de Termes Montbrió, "cal aprofitar el que ens ofereix la naturalesa per beneficiar el cos. L'oli és tan bo com a aliment, com per aplicar-lo a la pell". En aquest centre, un massatge per relaxar el cos de mitja hora val uns 120 euros. Tot i que fa molts anys que a Termes Montbrió utilitzen l'oli d'oliva, aquest producte encara ocupa un espai reduït ja que la gran protagonista és l'aigua. Aquest centre termal s'abasteix de diferents manantials des d'on surten les aigües a temperatures compreses entre 41 i 81°C. La ubicació, enmig d'un jardí botànic de 4 hectàrees amb espècies centenàries, el converteix en un lloc ideal per als qui a més de relaxar-se, vulguin gaudir de l'entorn.

Un dels últims productes a afegir-se a la llista de productes saludables per al cos ha estat el vi, i més concretament el most, que com que conté un gran nombre de sals minerals, proteïnes i altres substàncies es converteix en un aliat per als tractaments relacionats amb el benestar del cos. Entre altres beneficis, el raïm estimula l'energia i combat la fatiga, nodreix les cèl·lules i combat els radicals lliures que són els que produeixen l'envelliment prematur. Al Wine Spa de l'Hotel Golf Perelada hi ha tractaments per a tots els gustos, com el peeling corporal amb llavor de raïm, embolcall de diferents vins (negre Merlot i blanc Muscat), un bany de vi blanc o massatges amb oli de llavor de raïm sobre cames i esquena.

Un dels tractaments estrella és el Gran Claustre del Castell de Perelada que es realitza en parella: es comença amb una sauna per obrir els porus de la pell i, a continuació, es realitza una exfoliació corporal a quatre mans amb llavor de raïm i oli de llavor de raïm. El següent pas és gaudir d'una banyera d'hidromassatge al Vi negre de Caves Peralada. Després, es dona a la parella un temps de repòs sobre les pedres calentes, on podran hidratar el cos per dintre amb un saborós plat de fruita tallada. Aquest tractament dura dues hores i val 374 euros. En aquest centre dis-

posen d'una àmplia línia de cosmètics com cremes hidratants de dia i de nit, de mans, gel de bany "moscatell" o xampú de "raïm merlot", que com ja indica el nom, té entre els seus components, derivats del raïm.

Un altre dels tractaments de bellesa més demanats és l'exfoliació. Dos dels productes que responen a la perfecció a l'hora de netejar la pell són l'arròs i el coco. El spa de l'hotel Omm, en ple centre de Barcelona, ofereix dos tractaments on l'arròs i el coco són els grans protagonistes. Núria Camins, responsable de l'Spaciomm, explica que aquests productes s'utilitzen principalment per exfoliar, és a dir, netejar el cos i la cara. "El ritual balinès incorpora una exfoliació de coco ratllat amb arròs premsat acompanyat d'una dolça aroma a flor de frangipán", detalla. Segons Camins, aquests productes afavoreixen l'eliminació de cèl·lules mortes de la pell, tant de la cara com del cos. El mateix tractament es realitza amb sucre de canya i amb oli de figues, uns productes que mai presenten problemes per a la pell perquè són molt suaus encara que el seu objectiu sigui rascar-la per eliminar les impureses.

En els dos casos, i una vegada realitzada l'exfoliació, s'aplica un embolcall d'argila verda calenta per tot el cos. "Un cop retirat l'embolcall en una banyera amb pètals de roses, es finalitza el ritual amb una hidratació amb sagi de Karité i oli de frangipán proporcionant una hidratació excel·lent al nostre cos", apunta Camins. Cada sessió dura aproximadament una hora i mitja i costa al voltant de 130 euros. Una de les singularitats és que les sessions es realitzen sobre un marbre calent. L'spa està també obert als qui no són clients de l'hotel. Tot i la seva ubicació al centre de Barcelona, els responsables de l'spa han cuidat tots els detalls, que fins i tot compta amb vista al jardí "perquè ningú pugui recordar que es troba en una ciutat", finalitza Núria Camins.

Beneficis

Mel: hidrata i dona elasticitat
Oli d'oliva: nodreix la pell, evita arrugues i li dona un to més viu
Raïm: antioxidant i combat la fatiga
Arròs ratllat: és un exfoliant d'allò més natural

Direccions:

LA PLETA
 Ctra. De Baqueira a Beret,
 cota 1700
 25598 Baqueira (Lleida)
 973 64 55 50
 www.lapleta.com

WINE SPA PERELADA
 Rocabertí, s/n
 17491 Perelada (Girona)
 972 53 88 30
 www.golfperelada.com

TERMES MONTBRIÓ
 Carrer nou 38
 43340 Montbrió del Camp
 (Tarragona)
 977 81 40 00
 www.rocblanc.com

SPACIOMM
 Rosselló, 265
 08008 Barcelona
 93 445 49 49
 www.hotellomm.es
 www.designhotels.com

ESPAIZEN
 Dir Diagonal
 93 201 08 14
 www.dirfitness.es

Entrevista a Celestino Corbacho, ministro de Trabajo e Inmigración

“Estoy convencido de que saldremos de esta”

Un alcalde símbolo de la reapertura y modernización de un barrio entero como fue L'Hospitalet ha pasado a las altas esferas de un ministerio, y nada menos que el de Trabajo e Inmigración. Celestino Corbacho es claro a la hora de abordar temas como la inmigración, la financiación en Cataluña y su andadura por Madrid.



Justo Molinero

¿Cuántas veces se ha arrepentido de irse de L'Hospitalet?

Arrepentirme ninguna. Pero sí es verdad que cuando has estado tanto tiempo en una ciudad y ves que cuando paseas por la calle la gente te saluda cariñosamente, es muy agradable, pero no hay que arrepentirse.

¿Cómo se ve L'Hospitalet desde Madrid?

Se ve bien. Yo mismo me he sorprendido desde mi llegada al ministerio. Había mucha gente que conocía mi etapa siendo alcalde de L'Hospitalet y eso siempre es una satisfacción. Parece que hemos traspasado un poco más allá de Cataluña.

“El presidente valoró y llegó a la conclusión de que mi etapa como alcalde podía ser útil para el gobierno”

¿El hecho de que le hayan dado la cartera de inmigración es porque usted este tema lo gestionó bien en L'Hospitalet?

Yo creo que sí. Es evidente que mi etapa de alcalde me convirtió en una referencia en la política española. Había mucha gente

que hablaba del modelo de L'Hospitalet y seguramente por eso el presidente valoró y llegó a la conclusión de que mi etapa como alcalde podía ser útil para el gobierno.

¿Zapatero es amigo suyo?

Si entendemos por amistad que los fines de semana los pasamos juntos con la familia, pues no. Mi relación con él es muy fluida y cordial.

Yo lo digo por la cartera que le dio... Podría haber elegido cualquier otra...

Creo que él, que tenía los datos y sabía que era un tema complejo, depositó plena confianza en mí para hacer frente al momento de complejidad. Aun siendo mi complejidad doble, trabajo e inmigración, pienso que nunca debemos pararnos delante de las dificultades. Cuando llegué al ayuntamiento de L'Hospitalet estaba en quiebra y si me hubiese parado ante esa dificultad no

hubiésemos conseguido superar aquellos momentos. Lo dejé con superávit.

Me llevé muy buena impresión con la alcaldesa de L'Hospitalet...

Llevó la gestión muy bien y con rigurosidad. Durante 14 años estuvo haciendo de número dos, haciendo trabajos que se veían poco. Fue teniente de alcalde de Hacienda y coordinaba todos los asuntos internos. Va a ser una buena alcaldesa.

“No se le puede pedir sacrificio a una persona que cobra mil euros al mes, porque lo está haciendo cada día”

Recuerdo la exposición que nos mostró en el año 1990 las maquetas de L'Hospitalet del 2010...

Nunca hay proyecto si previamente no hay ideas. Algunas veces parecen ideas muy ambiciosas o proyectos muy lejanos pero tuvimos la gran suerte de encontrarnos en un momento donde la economía iba francamente bien y muchos de estos proyectos pudieron realizarse.

¿Qué es lo que no se perdona en la política: que uno se equivoque o que uno rectifique?

En la política hay un lenguaje excesivamente formal. Cuando personas como yo irrumpen en la política y una declaración tuya tiene una repercusión a nivel general, pero no pierdes esa impronta de hablar con claridad de los temas, choca. Choca en positivo. Se ha de ir ajustando el no perder aquella frescura de la proximidad y se ha de ser consciente que un ministro tiene que saber administrar su tiempo.

Se habla que el dinero de la gente está seguro. ¿Lo está?

Tenemos una banca española que tiene mucha fortaleza. El mérito no es del gobierno sino del Banco Central de España, que impuso unas condiciones muy rígidas a la banca española.

¿No le molesta que se hable de la macroeconomía y que se hable muchísimo menos del que no puede llegar a final de mes?

Estos días he tratado de no seguir la corriente de opinión. Estos días se pedía congelación salarial. No se le puede pedir sa-

crificio a una persona que cobra mil euros al mes, porque lo está haciendo cada día, pero sí que los altos cargos de las administraciones, o incluso los altos cargos de empresa privadas, deberían congelar los sueldos para el año que viene. No depende de España sino del Banco Central Europeo. El presidente de dicho banco fue subiendo el interés para combatir la inflación y ahora está retrocediendo, así que sería deseable que los tipos de interés se fueran ajustando a la baja.

¿Sabe del problema de personal que tienen en Andalucía para la recolección de la fresa?

Debemos poner las cosas en su justo término. La recolecta dura de 30 a 40 días y el salario y el derecho que genera a un trabajador es muy poco. Son trabajos que son muy pocos atractivos. Debemos ser capaces de coordinar las temporadas y hacer que un trabajador no trabaje sólo 40 días sino 4 meses. De todas maneras, el campo sigue teniendo una necesidad muy potente de mano de obra intensiva.

¿Qué cartera le da más trabajo: trabajo o inmigración?

En estos momentos me preocupa más trabajo. La inmigración es un fenómeno y el reto de un fenómeno es gobernarlo con políticas claras pero, en cambio, en trabajo cada mes hay gente en paro, nunca desprotegidos, pero te intentas poner en la piel de esa persona y por eso sufro más con esta cartera.

¿Hasta dónde calcula que va a subir el paro?

No sé cómo acabará el paro, pero la previsión del gobierno es que vamos a llegar por encima del 12%. Es verdad que estamos en una velocidad de vértigo. Todas las previsiones internacionales indican que vamos a pasar unos meses muy duros, pero a partir del cuarto trimestre del año que viene comenzará una recuperación de crecimiento y, por lo tanto, de superación de la actual crisis económica.

¿Las crisis siempre las tienen que pagar los mismos?

Tenemos una crisis de origen internacional y de origen financiero. Hay 2.600.000 personas en paro. Si hoy estuviese gobernando el PP tendríamos las mismas personas en paro porque el paro es la consecuencia de una crisis de origen internacional. La dife-

rencia no está en el origen, que fue Estados Unidos, la diferencia está en la política que emplean las personas que gobiernan.

¿Sueña con estadísticas?

No. Todavía no he perdido la relación directa con la gente. Prefiero conocer la realidad.

¿Por qué no hace el gobierno español lo mismo que el alemán y garantiza el dinero de las entidades bancarias?

En este aspecto deben estar absolutamente tranquilos porque el dinero de los españoles no tiene ningún riesgo, por la solidez de las propias entidades financieras y la situación económica española. España está en mejor situación económica que el resto de países. Te daré un dato: el resto de países de la Unión Europea está por encima del 60% de su capacidad de endeudamiento y España está en el 30%, así que España tiene recorrido para poderse endeudar el doble de lo que actualmente, pero no lo hace porque hay otra norma de carácter europeo que tiene que ver con el déficit. Si tú te endeudas más, también vas incrementando el déficit. Por lo tanto, podemos estar absolutamente tranquilos y seguros de que el dinero que la gente tiene en los bancos es donde mejor lo puede tener y donde más seguro está.

¿Y dónde está esa cantidad de miles de millones de euros en billetes de quinientos?

El gobierno no tiene el dato ni el conocimiento pero, efectivamente, la gente los debe de tener guardados.

“El dinero que la gente tiene en los bancos es donde mejor lo puede tener y donde más seguro está”

¿Qué es lo que más le gusta de ser ministro?

Sin duda hay dos situaciones que realmente te llenan de satisfacción: la primera es que estás en la política porque lo sientes. Yo llevo más de 30 años y estoy ahí porque lo siento, y que te nombren ministro es a lo máximo que un político puede aspirar. Y segundo: estás en un ministerio que te va a dar la oportunidad de hacer cosas, las que buenamente puedas. Lo que no me apete-

ce nada de ser ministro es la apariencia, ni el glamour. Eso no me interesa. La condición más importante en la vida, a la que no quiero renunciar, es la condición de ser un ciudadano.

“De la Vega es una persona muy exigente pero yo nací en 1949 y a estas alturas no admitiré broncas de nadie”

¿Cómo se lleva con la Sra. María Teresa Fernández de la Vega?

Mi relación es cordial, correcta. María Teresa Fernández de la Vega es una persona muy exigente pero yo nací en 1949 y a estas alturas no admitiré broncas de nadie. Yo dije una cosa que mantengo: en España tenemos 2.600.000 parados y 300.000 son extranjeros, entonces parece razonable que miremos si a estas personas les interesan esos puestos de trabajo y que los contratemos. Esto lo sigo manteniendo y no me desdigo. Dicho esto, lo que dije se interpretó mal porque seguramente lo expresé mal y es que las contrataciones nunca pueden llevarse a cero. Hubo confusiones y la vicepresidenta, lo aclaró.

En el grado de aceptación de los ministros, usted no es el peor valorado. ¿Qué opinión le merece?

Me siento relativamente satisfecho. Estoy en una valoración de la tabla alta pero, siendo Ministro de Trabajo e Inmigración, en estos momentos tampoco se puede aspirar a que te den un 10.

¿Usted soñaba con ser ministro?

No, nunca. Ni siquiera cuando me afilié al Partido Socialista en el año 76. No me imaginaba que llegara ni a ser concejal, ni alcalde, ni presidente de la diputación, y mucho menos ministro. Es verdad que mucha gente me lo decía, que me nombrarían ministro, pero yo nunca lo pensé cuando llegué a Cataluña con 14 años. En esos momentos, más que pensar qué sería, pensaba en cómo me saldría en los siguientes dos meses. Cuando llegué me fui a vivir a una habitación que tenía alquilada con cuatro personas, dos hermanos míos y un paisano. Pagábamos 400 pesetas a la semana con derecho a bocadillo. Allí estuvimos un año. Poco a poco fuimos prospe-

rando, primero alquilamos un piso y más tarde compramos uno. Tuve la gran suerte de tener siempre trabajo. Mi primer trabajo fue de peón de la construcción.

Actualmente, ¿cuánto tiempo necesita un inmigrante para poder traer a sus familiares?

Los fenómenos de la inmigración se tienen que hacer de una forma reglada y ordenada. En estos momentos una persona inmigrante que lleve un año puede reagrupar a su pareja, a sus hijos menores de 18 años, a sus padres y a sus suegros. Los padres y los suegros, con algunas dificultades de carácter administrativo, pueden volver a ejercer un derecho de reagrupación. Mi propuesta es la siguiente: estoy de acuerdo en reagrupar a la pareja y los hijos, pero reagrupar a los padres y suegros se debería hacer cuando se tenga la residencia permanente, es decir, al quinto año. Es una manera, no de restringir, sino de ordenar.

“Es verdad que estoy haciendo un discurso que en algunos puntos está de acuerdo el PP”

¿Por qué tiene cada día más amigos en el Partido Popular?

No, yo no sé si tengo amigos o no. Creo que tengo muchos menos de los que se pueda imaginar y me remito a las encuestas. No son los votantes del Partido Popular los que más me valoran, sino los del Partido Socialista. Sí es verdad que estoy haciendo un discurso que en algunos puntos está de acuerdo el Partido Popular.

¿Desde Madrid se ve el mundo de otro color?

Se ve como si estuvieses en una atalaya. Tienes esa visibilidad de lo global. Seguramente estar en Madrid, estar en el ministerio y estar en el gobierno te da esa visión de lo global.

¿Qué le parece el tema de la financiación en Cataluña?

Yo creo que en el tema de la financiación se va a llegar a un acuerdo. Creo que hay dos cosas que se deben corregir, la primera es que el sistema de financiación no contempla al 100% el número de personas que vivimos en Cataluña y lo segundo que se debe de corregir es que Cataluña, en la

medida que tiene una renta per cápita más alta, no debe salir perjudicada en el reparto. Hay que buscar un equilibrio y confío que se arregle bien.

Pero desde Madrid dicen que para qué queremos el dinero que pedimos si no tenemos proyectos para gastarlo...

No es verdad. Yo creo que Cataluña tiene muchas necesidades: necesitamos guarderías, escuelas públicas que funcionen, buena sanidad, muchos servicios... Todo esto se tiene que financiar.

¿Cómo nos ven en Madrid?

No vivo esa realidad social de estar cada día con la gente en la calle porque lo mío es mucho trabajo: del ministerio a casa y de casa al trabajo; reuniones en Bruselas; reuniones al consejo de ministros; reuniones a nivel europeo... Tengo la percepción de que el tema está mucho más calmado.

¿Tiene claro que como la cague, lo echan?

Bueno, pues me vendré aquí. Tampoco tiene uno que vivir en la obsesión. Procuraré hacerlo lo mejor que sepa, pero soy una persona humana y me puedo equivocar. Lo que no haré nunca es abdicar de mis principios y mis ideas, ni tan siquiera para preservar una especie de privilegio. Celestino Corbacho es Celestino Corbacho.

Me gustaría que me diera algún titular.

Sin duda estamos en unos momentos de una dificultad importante de carácter económico, que tiene su origen en Estados Unidos, y que nos preocupa a todos y a todas. Más allá de las dificultades del presente, no debemos perder de vista nuestra confianza en el futuro. Estoy convencido de que saldremos de esta, y que vamos a salir bien. España volverá a crecer económicamente y volverá a generar empleo. Miraremos esta situación dentro de unos años y concluiremos diciendo que fueron momentos difíciles, pero que supimos salir de ella. Para superarlo tenemos tres cosas fundamentales: un sistema económico financiero de garantía y gran solidez, empresas que han mejorado su productividad, su creatividad, su tecnología, y lo más importante es que tenemos a los ciudadanos. Con esos tres elementos, España va a seguir adelante, vamos a superar las dificultades del presente y vamos a seguir apostando por ese proyecto de futuro.



On vols anar?

Vagis on vagis segur que alguna línia de transport públic et va bé. Per anar o per moure't per Barcelona, Badalona, Santa Coloma, Montgat i Tiana pensa en l'autobús.

L'autobús et porta allà on ho necessitis. Utilitza'l.



Entrevista a Manuela de Madre, diputada del Parlament de Catalunya

“Unos días me muero de dolor y otros bailo. Eso es la fibromialgia”

Alzó la voz de alarma cuando muy pocos sabían qué era la fibromialgia y desde entonces ha abanderado la lucha por dar a conocer esta enfermedad, aún hoy en día cuestionada por muchos. Manuela de Madre, aquejada por esta dolencia crónica, renuncia a tirar la toalla y prosigue con su actividad política como diputada del Parlament.



Justo Molinero

¿Cómo te encuentras?

Me encuentro regular anímica y físicamente. Mejor que hace unos años, cuando tenía una vida más descontrolada mientras ejercía de alcaldesa y parlamentaria. Esto generaba mucho estrés. Ahora coordino el grupo parlamentario, pero no formo parte del gobierno. Tengo una agenda más relajada. Tengo una dolencia que mucha gente no se la cree y que va teniendo puntas. Unos días me muero de dolor y otros días bailo. Eso es la fibromialgia.

¿Por qué te viniste a Cataluña?

Se vinieron mis padres y me trajeron con

ellos. En Andalucía no había mucho futuro para ellos. Sobre todo pensaron en los hijos.

¿Ha valido la pena?

Yo diría que sí. Aquí he tenido la oportunidad de trabajar en la política y conocer a mi marido.

Ahora que tenemos una edad para comenzar a preparar la maleta y ver qué nos vamos a llevar al otro lado, ¿qué crees que te acompañará siempre?

Yo sí que tengo pensada la ceremonia que quiero tener. Quisiera que la gente no pensara que era mala persona.

“Creo que José Montilla es un president de rigor, muy trabajador y con una voluntad tremenda”

¿Qué significó para ti ser nombrada “Catalana del año”?

Una emoción tremenda, un sentimiento de agradecimiento, un sentirme pequeña y grande a la vez.

¿Cómo te llevas con Montilla?

Creo que José Montilla es un president de rigor, muy trabajador y con una voluntad tremenda.

¿Crees que a él se le exige más por no ser catalán?

No sé si le exigen más pero sí que se le critica más, en voz baja.

¿Por qué otros antes no enseñaron los dientes?

En la política y en otros sectores hay un poco de teatro. Ahora estamos con el famoso tema del financiamiento. Están hablando de unidad de acción pero al mismo tiempo están haciendo lo posible para que no funcione así. Están criticando, exigiendo y pidiendo cosas que no van bien para la negociación y se olvidan de que todo lo que ahora nos ahoga es fruto del sistema de financiación que pactó el Sr. Artur Mas cuando gobernó Convergència i Unió con el Partido Popular. Confío que todo tirará para adelante gracias al talante del president Montilla.

“Cuando supe de mi enfermedad dimití y supe que se acababa una parte de mi vida política”

¿Hay mucho hipócrita en el mundo de la política?

Sí, una cierta hipocresía con un cierto teatro. El ser humano no es perfecto. En política se hace mucho teatro pero no todo el mundo por igual.

Yo no te tengo a ti por hipócrita, pero sí por zalamera.

Sí.

¿Esto es lo que te ha servido para llevarte bien con todo el mundo?

Con todos no. Hay gente con la que no me llevo. Ahora tengo una edad en la cual puedo decidir con quién quiero llevarme. Yo siempre pienso bien de la otra persona y no me creo con la posesión de la verdad.

¿En esto de la política también hay codazos?

Sí, y pisotones. He tenido mucha suerte. No soy tonta y me he ido formando. He tenido la suerte de ser mujer en un momento en el que en la política había pocas.

¿Cómo crees que acabará el tema de la financiación?

Yo no creo que se vaya a romper el triparti-

do, al contrario. Estoy segura de que saldrá reforzado aunque Convergència intente en cada sesión parlamentaria romperlo. Acabaré bien, con un buen acuerdo de financiación. El president Montilla no se levantará de la mesa hasta que eso esté bien porque estamos cargados de razones.

¿No te gustaría ser ministra en Madrid?

No. Lo tengo muy superado y ya no me produce ninguna lágrima. Cuando supe de mi enfermedad dimití y supe que se acababa una parte de mi vida política.

Dicen que entre el 3% y el 6% de los españoles están afectados de fibromialgia crónica. ¿Ya está reconocida la enfermedad?

La enfermedad está reconocida por la Organización Mundial de la Salud. Tiene su epígrafe. Es una enfermedad que antes tenía otro nombre. Es fundamentalmente femenina y de dolor. Por suerte hay más personal sanitario que se ha formado, que sabe, que conoce y comprende, pero aún no se conoce el origen y el porqué enferman los tejidos y los tendones y hacen que te duela más de lo que le dolería a otra persona.

El hecho de que una persona tan conocida como tú tenga esa terrible enfermedad, ¿ha hecho que las instituciones y los médicos creen más en ella?

Sí, en algunos sectores médicos. Hemos hecho mucho ruido y hemos creado muchas asociaciones. Hemos recogido firmas, hemos ido a los medios y hemos hecho charlas. Es una enfermedad muy incomprensible para algunos porque el dolor no se ve.

¿Qué pretendías con el libro Vitalidad

Crónica?

Que se socializara, que se pudiera hablar de fibromialgia y que mucha gente no se avergonzara de decirlo. Es lento pero se va haciendo. El futuro de nuestras nietas será mejor que el nuestro.

Las épocas de sin dolor, ¿cuánto duran?

Sin dolor solamente he estado en la época de los embarazos. Es curiosa la naturaleza.

“En política se hace mucho teatro pero no todo el mundo por igual”

¿Cómo se lleva el ser esposa de un político de primera línea?

Muy contenta porque Antonio Fogué siempre fue el marido de Manuela. Antonio es el biólogo municipal y teniente alcalde del Ayuntamiento de Santa Coloma de Gramenet. También da clases en la universidad. Es una persona muy seria, muy experta y muy discreta. Por ciertas circunstancias, como fue la dimisión de Corbacho, ha resultado ser el president de la Diputació. Para mí ha sido muy bonito.

Gracias por estar con nosotros.

Justo me has permitido hablar de salud y de fibromialgia. Seguro que en algún hogar hay alguien que sufre dolor crónico. Os pediría que creáis a la persona que os lo dice y tengáis más respeto por la persona que tiene esa dolencia de tipo crónico. Así que informaros, decidles que estáis con ellos, que les queréis mucho y que pueden contar con vosotros. Eso es muy importante para las personas que tienen una dolencia. Un beso muy fuerte y gracias.



Entrevista a Pere Navarro Olivella, director general de Tráfico



“Entre todos estamos haciendo una revolución silenciosa”

Según la Fundación Española para la Seguridad Vial (FESVIAL), 450.000 personas han muerto y otros 23 millones han resultado heridas en las carreteras de la Unión Europea en los últimos diez años. En España, el número de víctimas se ha reducido considerablemente en el último año. Conversamos con Pere Navarro Olivella, director general de Tráfico.

Pascua

¿Cuántos permisos tiene usted?

De moto desde los 16 años, de coche desde los 18... En aquella época, la mayoría de edad consistía en tener permiso de conducir. Esto ya no es así, la gente joven obtiene el permiso de conducir cuando le hace falta.

¿Cuántos puntos le quedan de los 12 totales?

Mi trabajo consiste en que la gente cumpla las normas, así que tengo que dar ejemplo. Tengo los 12 puntos. Pero me han puesto multas de aparcamiento, como a todo el mundo.

¿Y es verdad que el año que viene la DGT va a regalar 2 puntos extra a quienes no hayan perdido ninguno o eso es una leyenda urbana?

Fue una iniciativa de los parlamentarios. En la tramitación del permiso por puntos en el Congreso de los Diputados, introdujeron una enmienda por la que, a los tres años, el conductor que no hubiese perdido ningún punto, obtendría 2 puntos más.

¿Entonces es cierto?

Es cierto.

Creo que debemos felicitarnos todos por los datos de la operación vacaciones de verano... Desde 1964, ha sido el mejor año en cuanto a número de víctimas ¿Diría que vamos por el buen camino?

Entre todos estamos haciendo una revolución silenciosa. Había un problema social de primera magnitud, se abrió el debate y se le dio prioridad política, aunque ahora está fuera de la controversia

“El índice de siniestralidad en la carretera es un buen indicador del nivel de cultura cívica de un país”

política porque todos estamos implicados. Otros países nos habían enseñado que era posible hacerlo y hemos tomado medidas importantes como el permiso por puntos o la reforma del código penal... Al final, todas las piezas van encajando y los resultados deberían animarnos a todos a continuar mejorando los datos. El índice de siniestralidad en la carretera es un buen indicador del nivel de cultura cívica de un país.

¿Qué número de víctimas se puede considerar asumible como inevitable en la circulación?

Hay quien opina que un país tiene el número de víctimas por accidentes de tráfico que esté dispuesto a aceptar... Nosotros nos estamos volviendo ambiciosos y ya no nos resignamos al número de víctimas porque representan un auténtico drama. Reduciremos el número hasta donde podamos.

Hay quien opina que un país tiene el número de víctimas por accidentes de tráfico que esté dispuesto a aceptar... Nosotros nos estamos volviendo ambiciosos y ya no nos resignamos al número de víctimas porque representan un auténtico drama. Reduciremos el número hasta donde podamos.

“La creencia popular de que sólo buscamos la recaudación la llevamos con resignación”

¿Rechaza la idea de que el radar sólo busca la recaudación?

A quienes trabajamos en la seguridad vial nos produce una cierta frustración la creencia de que sólo buscamos la recaudación... No es verdad. En la DGT vamos a presupuesto fijo, cerrado y aprobado por el Congreso de los Diputados; los ingresos por sanciones no revierten en la DGT, pero esa creencia popular la llevamos con resignación.

¿Cuál de todas las campañas publicitarias que ha puesto en marcha la DGT le gusta más?

Aquella que en Semana Santa reflejaba una encuesta en la que se preguntaba al ciudadano: “¿Va a viajar esta Semana Santa?”, “¿Piensa usted matarse esta Semana Santa?”,... Una voz decía seguidamente “Más de 100 personas van a dejar la vida en las carreteras esta Semana Santa”. Creo que tocaba la fibra sensible.

¿Cuántas personas, entre técnicos y guardias civiles, tiene bajo su mando?

4.400 funcionarios en la DGT, pero tenemos 65 Jefaturas por toda España, más un centro de tratamiento de denuncias automáticas en León, más un centro de investigación en temas de educación vial... Habría que sumar a los miembros de la Guardia Civil de Tráfico, que en estos momentos son unos 8.800 agentes.

¿Son suficientes?

Si le pregunta al Director General de Tráfico, siempre le dirá que hacen falta más agentes de tráfico, entre otras cosas porque a más presencia policial,

más seguridad, menos infracciones y menos accidentes.

Sinceramente, ¿qué porcentaje de culpa tienen en la siniestralidad española el mal estado de las carreteras y las malas prácticas de los conductores?

Las infraestructuras han mejorado notablemente gracias a un gran esfuerzo: tenemos más de 12.000 km entre auto-vías y autopistas, se han construido muchas variantes en las poblaciones, se ha incrementado en un 60% la inversión en conservación y mantenimiento... Ahora bien, en un país con 165.000 km de carreteras siempre quedará mucho por hacer. Hay que incorporar el discurso de la seguridad vial a las infraestructuras, los conductores deben hacer más seguro el desplazamiento respetando las normas de circulación.

¿Se va a equipar a todos los coches nuevos con el alcolock, ese alcoholímetro al que tendremos que soplar los conductores antes de arrancar el motor?

No a corto plazo. De momento trabajan en ello los países nórdicos, pero vemos que puede tener posibilidades, aunque su elevado coste no lo hace viable de momento.

“Los conductores deben hacer más seguro el desplazamiento respetando las normas de circulación”

¿Cree en la efectividad de las luces encendidas durante el día por coches y camiones?

Por lo pronto abrimos el debate... Pero a partir de 2011, para matricularse, los coches deberán incorporar el sistema de luces de día; serán unas lámparas de bajo consumo que se encenderán automáticamente al arrancar el vehículo. De momento, una buena y recomendable práctica en circunstancias de poca visibilidad, es circular con las luces encendidas.

¿Alguna norma debe ser derogada, además de la que obliga a llevar un juego de lámparas de repuesto, algo a todas luces obsoleto?

En ello estamos trabajando. Las quejas de los conductores nos llegan y en ésta tienen razón.

“Los niños ven el comportamiento de sus progenitores al volante y eso es lo que interiorizan”

Entonces dígame si se van a devolver los cerca de dos millones de euros recaudados en sanciones este año por no llevar las lámparas de repuesto.

La Ley hay que cumplirla y los agentes que han sancionado lo han hecho con arreglo a esa ley, por lo tanto no será posible lo que me pregunta, porque no hay nada incorrecto desde el punto de vista legal.

Mi hija Jennifer, de 9 años, que me acompañaba mientras elaboraba esta entrevista, me pidió que le hiciera dos preguntas:

Jennifer: ¿Cuándo será obligatoria la Educación Vial en todos los cursos y en todos los colegios? Y ¿Cómo podemos, los niños y niñas, convencer mientras tanto a nuestros padres para que respeten las normas de circulación?

Los mejores preceptores de la educación vial son los padres; los niños en el vehículo ven el comportamiento de sus progenitores al volante y eso es lo que interiorizan. Es verdad que la educación vial es importante en la enseñanza obligatoria y hemos logrado introducirla a través de la asignatura de Educación para la Ciudadanía. Este ha sido un gran paso, por eso nos duele el debate que se ha creado en torno a una asignatura donde está la educación vial o que se sustituya esta enseñanza por otra que nada tiene que ver, pero estamos al comienzo y pienso que al final, el sentido común siempre se impone.

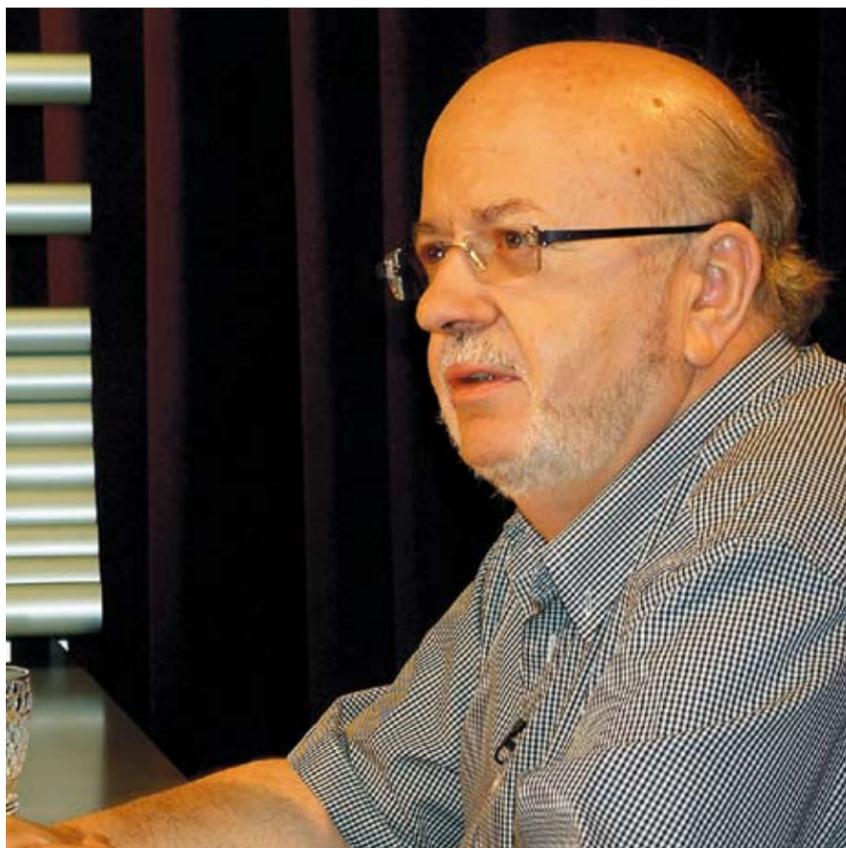
Más información:

Dirección General de Tráfico:
900 123 505
<http://www.dgt.es>

Entrevista a Antoni Antonijoan, fundador de Ferrolan i president de l'ACI

Un colomenc amb visió empresarial

Santa Coloma de Gramenet és una ciutat amb molta història que ha donat noms coneguts al món de la música, l'esport i també de l'empresa. El colomenc Antoni Antonijoan, creador de Ferrolan, una companyia de materials per la construcció assentada en el mateix barri i amb seus a Barcelona, Rubí i Terrassa, n'és un bon exemple.



Justo Molinero

D'on ve el nom de Ferrolan?

El nom de Ferrolan és un nom heretat. Hi havia abans una fàbrica de bigues que un dia va fer suspensió de pagaments.

És molt difícil ser de Santa Coloma de Gramenet i no morir en l'intent?

Siguis d'on siguis morirem en l'intent un dia o un altre. És un plaer ser de Santa Coloma. Hi porto 24 anys i sempre he estat activista dintre dels esdeveniments que hi han anat passant.

Darrerament la gent té més orgull de colomencs?

Trobo que això és una cosa que un va as-

sumint amb el temps. De vegades, des de fora, es transmet una imatge de Santa Coloma una mica degradada però en canvi després s'aprecia no només una gran ciutat sinó que hi ha una gent maquíssima.

Què farem amb la gent que ens està arribant ara?

Hem de procurar ficar-los dintre del nostre món laboral, que aportin una riquesa per a les empreses i integrar-los. Jo sóc dels únics que crec important valorar el barri xinès al Fondo. Jo faria el barri xinès amb les portes xineses. Sé que amb això estic en contra de l'opinió de tots els polítics d'aquesta ciutat, però penso que si féssim d'això una entitat turística i cultural podríem portar més regulat aquell barri.

Quan va crear Ferrolan pensava que seria tan gran com s'ha fet?

No. Des del principi vaig tenir una filosofia molt clara a seguir. L'any 84 el sector de l'alimentació començava a redescobrir els supermercats. La gent tenia a mà tots els estocs i podies mirar i remenar. Vaig ser jo el primer a Espanya que vaig

començar a implantar aquesta imatge de supermercat de la construcció.

De qui va ser aquest eslògan?

Va ser meu. Inclús nosaltres hem estat el primer *outlet* que hi ha hagut a Espanya. En aquest moment és el més gran. *Outlet* no vol dir coses descatalogades de fa 2 o 3 anys, sinó que són coses de qualitat i les treus perquè en el moment t'interessa més implantar nous productes. No són ni de més ni de menys qualitat.

“Jo faria el barri xinès amb les portes xineses. Sé que amb això estic en contra de l'opinió de tots els polítics d'aquesta ciutat”

Com es prepara el sou a vuitanta treballadors?

En aquest moment molt malament. La crisi financera afecta tot el consum. Nosaltres hem baixat vendes. Hem d'ajustar l'empresa per poder sobreviure.

Ferrolan està a Santa Coloma, Badalona, Barcelona, Terrassa i Rubí. Encara creixerà més?

No estem en un moment que puguem parlar de créixer. Aquest any hem inaugurat Rubí amb grans existències i ens hem introduït molt bé.

De totes les ciutats on té implantació, amb quina es queda?

Amb Santa Coloma, la nostra mare. Nosaltres tenim en un radi de deu quilòmetres tres milions de persones. L'accessibilitat fa que la nostra logística sigui excel·lent.

“Les crisis se superen i no han d'ofegar a ningú. Agafem confiança que no anirem a pitjor”

Ja té qui continuï la seva obra?

Sí, tinc els tres fills. Dos indirectament perquè són autònoms, i el gran, l'Albert, és el nou director.

I com li queda temps per ser president de l'ACI?

Si no el tinc, el busco. El més important és gaudir amb el que fas. És una agrupació molt forta i admirada per moltes localitats.

Queda temps per la família?

Sí, i tant! La senyora reclama tot el que pot i els fills que, tot i que tinc els tres casats, gairebé estan tots els dies dinant a casa.

Diu el ministre Solbes que la crisi posa cadascú al seu lloc.

Penso que en part te raó perquè quan un negoci funciona tot el món s'apunta.

Ferrolan pot aguantar?

Som de les empreses millors preparades



per aguantar la crisi perquè ens hem autofinançat sempre i paguem i ens paguen la majoria al comptat. Tenim una base per continuar i lluitar i no depenem dels bancs.

Una empresa pot créixer sense renunciar a oferir qualitat?

Una empresa ha de créixer sense renunciar mai a la qualitat. La qualitat és imprescindible i irrenunciable.

Encara manté la relació amb el president Pujol?

La relació que tenim és de bons amics.

M'han dit que vostè no ha estat alcalde de Santa Coloma perquè no ha volgut.

Quan a mi m'ho van dir no tenia ni sou i pensava que d'això no es podia viure. Vaig pensar que no podia i em vaig retirar de la política. A més no ho hauria fet bé, perquè per ser un bon polític va bé haver estat un bon empresari. Ara, que hagi estat un bon empresari més o menys no vol dir que siguis un polític. Jo no sé si sabria actuar en segons quines circumstàncies.

Està ben encarada Santa Coloma?

Jo crec que sí perquè la capacitat de gestió

que té Bartomeu Muñoz és molt important i l'admiro.

I de la Unió Esportiva Gramenet, que me'n diu?

M'agrada veure un partit, però no hi entenc.

Se sent ben tractat pels polítics?

Sí, m'estimen aparentment i jo a ells.

Quan es reconeixerà l'esforç de l'empresari?

És difícil perquè venim d'una mentalitat molt d'esquerres i fins ara no s'ha fet.

Qui té la culpa de la crisi?

Una mica la mateixa condició humana perquè tots tenim l'ànima d'especuladors.

Li agraeixo que hagi estat amb nosaltres.

Jo animaria la gent. I que no tingui por perquè les crisis se superen i no han d'ofegar a ningú. Agafem confiança que no anirem a pitjor. Voldria transmetre aquesta il·lusió i optimisme. Ens hem d'ajudar els uns als altres i fer pinya perquè la nostra economia surti guanyant cada dia. I desitjar a tothom que la crisi sigui lleu i que realment hi hagi èxit en l'aventura de tothom.

Te preocupa el futuro...



Tel. 806 517 567

Fijo 1,06 € - Movil 1,36 € minuto
Mayores de 18 años



93 408 70 77

REALTAROT



Profesionales

que ponen toda su sabiduría

a tu disposición

Odette Pinto, de la ràdio a la televisió

La seva cabellera rossa va marcar un abans i un després en el món de les ones hertzianes del nostre país. Odette Pinto, locutora, guionista, entrevistadora i sobretot comunicadora, és una figura inestimable de la ràdio, però també de la televisió. Torna de nou a aquest mitjà i estrena un programa en directe.



Justo Molinero

Què és per a vostè COPE Miramar?

Vaig estar-hi molts anys.

Quins records tens de *Las tardes de Odette*?

Records de totes les dones que m'escoltaven i se sentien identificades. Tinc uns records tan bons... macos i agradables.

Quina relació mantens amb la Marta Ferrusola?

Fantàstica. Aquesta setmana he debutat a 25 TV i ha vingut a fer-me de padrina. Vaig aconseguir que vingués a la COPE, a on jo treballava i això era molt difícil! Som tan amigues que en 23 anys no m'ha fallat mai.

Quins nous projectes tens?

Tot un repte. Farem un programa en directe d'una hora a 25 TV. Vaig pensar que no me'n sortiria. Vaig començar a parlar amb la Marta Ferrusola al meu costat i les endorfines es van apoderar de mi. No sé quan de temps podré treballar però mentre el meu marit m'acompanyi, cap problema, perquè el cap el tenim bé. El que fa falta és que les cames donin de si. Serà una hora cada dimarts de tres a quatre del migdia.

Què li deu la ràdio a Odette Pinto?

Res, en tot cas jo li dec a la ràdio. Entre el meu home i la ràdio fan tota la meua vida.

Quants anys portes de casada?

51 anys.

Tu que vas tenir l'oportunitat de tenir molts homes. Per què només has estat amb un?

Perquè només em va agradar un. El vaig conèixer a Radio Barcelona. Els dos treballàvem allà. Un dia va decidir convidar-me a un cafè i prenent aquell cafè em va preguntar si m'agradaria anar a ballar. Vam anar a ballar i em vaig enamorar moltíssim. L'any 57 ens vam casar. Ell va deixar la ràdio i a mi em van fer fora perquè hi havia una llei a la Cadena Ser que deia que no ens podíem casar amb un empleat d'ells. Me'n vaig anar a Radio España.

Tu vas ser de les primeres dones que va ocupar els matins de la ràdio...

La primera. El Sr. Ballvé em va proposar fer els matins de 11 a 14 hores i vaig estar bastant de temps. Jo a la ràdio he fet de tot.

Qui és per tu Josep Maria Ballvé?

Un home al que no oblidaré mai. Va ser l'home més important per a mi en els mitjans de comunicació.

També vas ser la Srta. Elena Francis, oi?

Fa tants anys... Va ser una cosa molt estranya. Jo estava treballant a Ràdio Barcelona. Va venir l'amo de Francis i m'ho van proposar. Jo havia de contestar les cartes que arribaven allà a l'any 56. Vaig estar una temporada però no m'agradava gaire perquè havia d'inventar les cartes.



L'altre dia va desaparèixer per sempre Ramon Calduch. Quina relació tenies amb ell?

Va venir a totes les festes que jo anava. Jo he anat a veure'l quan estava malalt. Hem d'aprofitar els que ens quedem.

Jo pensava que tenies alguna cosa amb el Puma o el Camilo Sesto...

Els estimo molt, i al Luis Aguilé, que és com un germà per a mi.

Encara tens passió per les ones?

Sí, però ara més per les ones mediàtiques de la televisió.

Com veus la ràdio actualment?

Molt bé. Ara està en el millor moment.

I el país?

Molt malament. Jo ho noto a la perruqueria. Vaig anar el dia 1 i encara hi havia gent, però es nota molt.

Et desitjo tota la sort del món a 25 TV.

He estat molt contenta d'estar amb tu. T'estimo molt i t'admiro profundament.



Gerente

CECILIO BURÓN RODRÍGUEZ
Nacido el 26 de febrero de 1.942
en Villanueva del Duque (Córdoba)

Visiten mi pueblo : www.villanuevadelduque.org
www.valledelospedroches.es



Horario :
De lunes a viernes
de 8.00 h. a 13.30 h.



CERMASA CON LA
SEGURIDAD VIAL

MIERCOLES
ABIERTO
DE 8 de la mañana
a 7 de la tarde
ININTERRUMPIDAMENTE

NUESTROS SERVICIOS

EMISIÓN DE CERTIFICADOS MÉDICOS PARA :

- * PERMISOS DE CONDUCIR
- * LICENCIAS DE ARMAS
- * SEGURIDAD PRIVADA
- * GRUISTAS
- * TENENCIA DE ANIMALES PELIGROSOS
- * OFICIALES
- * TRABAJO
- * RESIDENCIA
- * NÁUTICA
- * BUCEO
- * DEPORTES NIVEL 1

25 años gracias
a la fidelidad de
nuestros clientes
y amigos

NOTICIAS:

*Cómo recuperar su
carnet de conducir
caducado hace
tiempo...!*

Infórmese en www.cermasa.com



“La mente es sabia y busca salidas”

Se define como un canalla de barrio, hijo de la inmigración, y con la música corriendo por sus venas. Dani Flaco está de vuelta con su último disco *Fuerzas de flaqueza*, un título muy explícito que contiene 13 canciones fieles a su estilo pero con un punto más rockero. Con alguna de sus letras inspirada en la desaparición de Cristina Bergua, demuestra que aún quedan cantantes solidarios dispuestos a dejarse la piel en el escenario, aunque sea el de una pequeña sala.

Justo Molinero

¿Notas cuándo te fallan las fuerzas?

A veces sí. Cuando tienes varios conciertos seguidos, duermes fuera de casa y comes a deshoras te faltan las fuerzas.

Pero tú lo tendrás fácil para sacar *Fuerzas de flaqueza*...

No te creas que fue fácil reunir las 13 canciones de este disco, pero al final acabas sacándolo por ilusión y necesidad.

¿Te veías de jovencito como un cantante famoso?

De cantante sí, de famoso no me veía. Hubo una época que dudaba entre el fútbol y la música. Por suerte me decidí por la música.

¿Tu profesión nota la crisis?

A mi nivel no. Yo funciono en salas pequeñas y no dependo tanto de las contrataciones institucionales.

Trabajaste en SEAT, ¿no es cierto?

Sí.

¿Es muy jodido trabajar en una cadena de montaje?

Bastante. Sobre todo, si tienes unas inquietudes artísticas, lo peor son los turnos rotativos. Pero todo esto tiene un efecto colateral y es que te salen mejores versos para salir de ahí como sea. La mente es sabia y busca salidas.

Eres muy joven, no podrás contar muchas historias.

Cuando te dedicas a la música te pasan historias. Hay un tanto por ciento muy alto que hablan de amor y desamor. El amor lo empiezas a sentir cuando tienes 11 o 12 años.

En Bellvitge, ¿las dan o las toman?

En Bellvitge ahora somos mucho más moderados. Han cambiado los tiempos.

“Tenía guardada esa imagen de la foto de Cristina (Bergua) colgada en cada farola por toda la zona del Baix Llobregat”

¿Te consideras un canalla de ciudad?

Un canalla de barrio. Yo siempre he sido muy normal y poco conflictivo.

¿Qué queda de aquel chaval que cantaba con su guitarra en los bares de Gracia?

Sigo tocando de vez en cuando en ese bar, L'Astrolabi, con el nombre cambiado como Andy Falco. Lo saben 20 o 30 personas, así que vuelvo a mis orígenes.

Háblanos de la desaparición de Cristina Bergua.

Tenía guardada esa imagen de la foto de Cristina colgada en cada farola por toda la zona del Baix Llobregat. Se convirtió en una imagen totalmente familiar. Era una historia que te ponía los pelos de punta. Un día me salió la canción sin conocer a los padres y sin conocer realmente los datos suficientes para que fuese una historia real. Después de grabar el primer disco, hablamos con InterSOS, que es una asociación de personas desaparecidas. Casualmente, una de las personas que está a la cabeza es Juan, el padre de Cristina. Les planteamos la situación y les pareció fenomenal.

Llenamos la sala Bikini y con el dinero recaudado se hicieron 10.000 carteles para repartir por toda España. Después de esto establecimos una relación muy fuerte y les propuse hacer cada año este concierto. En ello estamos.

¿La gente está por la labor?

La gente reaccionó estupendamente. El problema no está ahí. El problema son los medios de comunicación, las instituciones...

¿Cómo está el tema ahora?

Desgraciadamente no se sabe nada de la niña. Hace unos meses se hablaba de reabrir el caso pero tienen muchos problemas porque han pasado 11 años y no hay pruebas nuevas.

¿De quién fue la idea de incluir imágenes de ella en el videoclip?

Ahora no estoy muy seguro, pero creo que fueron los productores del disco, la gente de Desastre de Cine.

¿Cómo te llevas con la familia?

Es muy buena. Están al tanto de mi carrera y se ha creado una amistad.

¿Se puede vivir de la música siendo un tío honesto?

Cuesta, pero se puede vivir. La mentalidad debe ser la misma y debes de tener muy claro que quieres ser músico pero no famoso.

¿La música te permite seguir soñando?

Por ahora sí y por suerte cada día va a más.

“Desgraciadamente no se sabe nada de la niña. Han pasado 11 años y no hay pruebas nuevas”

¿Y las chicas también te entran?

Las chicas y los chicos. Hay una cosa que se llama “la erótica del escenario” y quieren hablar contigo.

¿Te consideras hijo de la inmigración?

Soy un hijo de la inmigración. Mi padre es murciano y mi madre catalana. Mis abuelos de Almería, de ahí mi acento. A parte, soy de Bellvitge.

¿Te han regalado algo?

La verdad es que no. Todo lo que voy consiguiendo es con el sudor de mi frente.

De todas maneras, has tenido a tu lado a José Luis Broc, el hombre que más sabe de la promoción de artistas, un hombre honrado que, por cierto, está en paro.

Yo llevo poco tiempo en la música y no lo entiendo, pero quiero aprovechar para darle las gracias por todo lo que ha hecho por mí. Ojalá volviéramos a coincidir en el futuro.

Cuando estás rodeado de tantos músicos buenos, ¿qué piensas?

El dinero que me está costando (risas). Es broma. Tengo la suerte de llevar a músicos de primera división como Xavi Ibáñez y Jordi Armengol. Se ha creado una relación de amistad muy fuerte.

De todas las canciones que tienes en la cabeza, ¿cuál es la que te gustaría cantar algún día?

A mí me cuesta mucho escribir canciones de amor. Tengo solo una. Quiero conseguir escribir una canción de mucho amor, pero que no quede cursi. Si consigo eso sería la canción que quiero cantar.

¿Estás falto de amor?

No, pero queda más bonito cantar del desamor. Escribir sobre el amor cuesta mucho.

¿Cómo va la gira?

En Cataluña me va muy bien porque llevo más tiempo sembrando.

De todos los lugares donde has tocado, ¿dónde tienen tus canciones un mayor reconocimiento?

Exceptuando Barcelona, en Madrid comienza a funcionar la cosa.

¿Entre la gente hay una especie de Flaquitis?

Bueno, no está muy arraigado pero tenemos que ir luchando para que sea una especie de gripe.

¿Cómo es la ley del último trago?

Es eso que pasa cuando estás tomando la última o la penúltima y bajan la persiana. Es lo que ocurre dentro.

¿Te sientes más cómodo cantando

canciones más rockeras?

Ahora me lo ha pedido el cuerpo, supongo que debido a la banda de músicos que llevo, que tienen mucho nivel.

“A mí me cuesta mucho escribir canciones de amor. Quiero conseguir escribir una canción de mucho amor, pero que no quede cursi”

¿Lleva falda la Virgen del Exceso?

Se la quitaron en el lugar donde está la ley del último trago.

¿Vas guardando para cuando llegue el invierno?

Eso intentamos.

¿Has tenido que salir alguna vez por la puerta de emergencia de algún bar?

No, todavía no. Pero ya me echaran.

¿Por qué la canción de *Que tinguem sort*?

Propusieron hacer un disco homenaje a la ‘nova canço’ y yo elegí a Lluís Llach. La verdad es que estoy muy contento de cómo quedó.

¿Te ves haciendo un disco completo en catalán?

Quiero hacerlo.

¿Cómo se ven las cosas desde el escenario?

Bien, pero eres conciente de que algunas personas de las que están en tu concierto han ido por curiosidad. Tienes que convencer a esas personas para que vuelvan al próximo concierto.

¿Cómo ves el panorama musical?

Yo creo que está de capa caída y el problema es de los que mandan. Las discográficas deben apostar por carreras musicales a medio o largo plazo.

¿Has llegado a este mundo de la música para quedarte?

Evidentemente.

Te deseamos toda la suerte del mundo.

Gracias.

Nena Daconte

“El mensaje es disfrutar de la vida”

El nuevo trabajo discográfico de Nena Daconte, *Retales de Carnaval* (Universal, 2008), es ya una realidad. Dos años de experiencias, giras y premios que han dado lugar a un nuevo álbum que realza la esencia del grupo revelación del pop español en lo que va de siglo XXI. Un álbum más luminoso, colorido y optimista que confirma la calidad compositiva y el estilo propio de una banda que se encuentra en continuo crecimiento.

Redacción

La madurez adquirida junto con la ilusión de consolidar una propuesta realmente original se percibe gracias a las virtudes que emanan de estas nuevas once canciones, donde sobresalen unas letras muy cuidadas acompañadas por las preciosas melodías vocales de Mai Meneses, siempre cargadas de sentimiento, junto con los arrebatos rock de Kim Fanlo en la producción, guitarra y arreglos. Con sus guiños alternativos a grupos como Weezer o Wilco, logran facturar un pop impecable, dulce, exquisito y con gancho.

Basta solo escuchar el primer single *Tenía tanto que darte* para quedar atrapado en el universo Daconte, donde conviven plácidamente el júbilo y el intimismo, la rabia y la pasión, la melancolía y las ganas de vivir. *Ay! amor* supone otra demostración de sinceridad lírica que conecta enseguida con todo corazón enamorado, o *Mentiras*, que a través de una sonoridad amable y accesible arroja versos íntimamente crudos, consiguiendo transmitir aquellos momentos que todos queremos olvidar de una forma que incluso ayuda a superarlos. Nena Daconte pues, ha vuelto nueva-

El universo Daconte, donde conviven plácidamente el júbilo y el intimismo, la rabia y la pasión, la melancolía y las ganas de vivir.

mente a elevar el nivel del pop-rock nacional con *Retales de Carnaval*, la culminación de un proceso que comenzaron forjando de manera independiente pero que gracias a la combinación per-

fecta entre letra y música, sensualidad y actitud, los han llevado a convertirse en un nuevo referente dentro de la música española. Es lo que suele ocurrir cuando arte y pasión van unidas de la mano.

Este es un pequeño extracto de la entrevista mantenida con Juan Carlos Puento en el *Pont de la Tarda* de Radio Teletaxi (la tienes completa en la web www.radioteletaxi.com).

Después de tiempo de ausencia musical llega el momento de retomar el pulso de vuestra carrera musical con muchas ganas. Al menos se nota en todo el disco; brilla con aires muy positivos...

Kim: Sí, teníamos muchas ganas de volver, de tocar en directo. Hemos cogido aire fresco y un poco de carrerilla y aquí estamos otra vez.

11 nuevas canciones, el primer sencillo *Tenía tanto que darte*, uno de los himnos musicales del momento. Qué lástima que este disco no se hubiera publicado antes, muchos críticos musicales apuntan a que sin duda este tenía todos los números para ser el tema del verano. Por cierto, comentadnos cómo fue la grabación del videoclip, creo que el buen rollo se contagia.

Mai: A mí me gustan los retos, y lo cierto es que fue una experiencia vital, tres días grabando con un equipo muy grande de profesionales, con mucha química entre ellos y además con muchos cambios de vestuarios, ropa con aires muy “happy” y patinaje.

¿Podemos definir *Retales de carnaval* un disco con el que agarrarse a la vida?

Mai: Sí, un álbum donde el mensaje es

disfrutar de la vida, del amor y cambiar las cosas que no te gusten siempre que lo puedas hacer.

Mai: “Hay una metamorfosis, le entrego las canciones a Kim y él le da giros swing, las viste de una forma muy elegante y eso me gusta”

En este tiempo donde vuestra ausencia musical se ha notado, ¿tenéis cositas pendientes por hacer?

Mai: Claro, nos encantaría en lo musical realizar un dúo con Antonio Vega y para nosotros también sería un sueño poder ser teloneros de Elvis Costello.

¿Qué pasa con Kim? No canta en este disco tampoco.

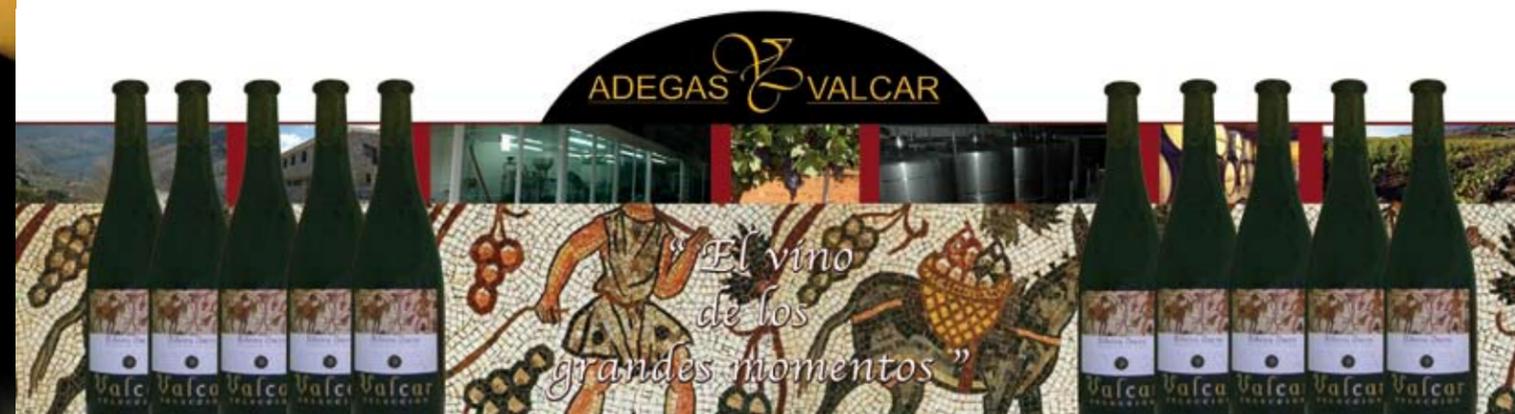
Mai: (Risas) Canta muy bien, pero cada uno tiene definido su trabajo. No podemos descartar que en próximos discos se anime y cante; estaría muy bien.

¿El directo de este nuevo CD va a estar plagado de momentos íntimos?

Mai: Sí, ahora podemos plantear la gira en teatros, salas pequeñas, en formato mucho más íntimo para nuestros incondicionales. La gira de primavera será mucho más potente.

Hay temas en el disco que parecen salidos de los años veinte o de un musical de Broadway.

Mai: Hay una metamorfosis, le entrego las canciones a Kim y él le da giros swing, las viste de una forma muy elegante y eso me gusta y a nuestro público le va a encantar.



La cervesa alemanya: beguda i tradició mil·lenària



Una cambrera vestida en Dirndl, el vestit tradicional de Baviera, que transporta sis litres de cervesa. / B. Roemmelt

A Alemanya es consumeix de mitjana 131,7 litres de cervesa per persona a l'any, ocupant així el primer lloc en el rànquing de països europeus. Tant a Baviera com a la resta d'Alemanya, la cervesa és més que una beguda refrescant, representa la tradició, la cultura, la festa i és, a més, un excel·lent acompanyant de la gastronomia. L'Oktoberfest, que aquest any ha celebrat la seva 175è edició, representa a la perfecció la importància d'aquesta beguda mil·lenària.

Mònica Villanueva

La cervesa forma part de la tradició alemanya des de fa centenars d'anys fins al punt que a dia d'avui es poden trobar prop de 5.000 tipus de cerveses diferents. El secret està en què cada localitat té el seu estil propi i encara ara no és estrany trobar cervesa artesanal, o fins i tot clubs amb llarga tradició d'elaboració de cervesa al seu propi estil.

La festa popular més gran del món

L'Oktoberfest, anomenada Festa de la Cervesa a l'estranger, simbolitza la passió

per aquesta beguda mil·lenària. Durant setze dies més de sis milions de persones d'arreu del món es desplacen a Múnic, la capital de Baviera, per participar en aquest esdeveniment festiu que té com a particularitat el fet de ser una festa de dia. Això vol dir que a les 12h de la nit tanquen tots els *Wies'n* -nom que reben cada una de les cerveseries- i a partir de les 9 del matí la gresca s'engega de nou. Els orígens d'aquesta festa es remunten al 1810, any en què el príncep Lluís I i la Teresa de Saxònia van contraure matrimoni. La boda es va celebrar a la Theresienwiese -el prat de la Teresa-, un parc de 60 hectàrees de superfície que va servir d'escenari perquè

No es té constància que a la primera Oktoberfest se servís cervesa.

el poble homenatgés als futurs sobirans. Curiosament, no es té constància que es servís ni una gota de cervesa. Agraït per la mostra d'afecte, Lluís I va decidir donar continuïtat a la festa els anys successius. En una primera etapa, una carrera de cavalls era l'eix sobre el que girava l'esdeveniment. Posteriorment, es van afegir altres arguments fins a configurar l'Oktoberfest que avui tots coneixem. A més de les atraccions, la música, les pa-

rades de menjar i altres actes lúdics, un dels grans protagonistes de la trobada és la desfilada de persones abillades amb els vestits típics de Baviera. Ells es vesteixen de *Lederhosen* (amb pantalons de cuir) i elles de *Dirndl*.

Divertiment versus tradició

Únicament per l'ocasió de l'Oktoberfest, els cervesers de Múnic fabriquen una cervesa especial (*Wiesnbier*), amb major percentatge d'alcohol que les cerveses convencionals alemanyes. Tot i que per evitar el consum excessiu d'alcohol, els responsables desenvolupen una sèrie de mesures que van des de tocar la música amb un volum màxim de 85 dB fins a estrictes normes de seguretat. L'objectiu és mantenir l'Oktoberfest com una festa atractiva per a famílies i visitants ancians, així com conservar l'atmosfera tradicional. Amb l'èxit de convocatòria que té aquesta cita anual -comença el primer dissabte de setembre fins a principis d'octubre-, no és d'estranyar que aconseguir una taula sigui gairebé impossible i que alguns reservin un any en antelació.

Durant el setze dies que dura la festa es consumeixen 6,6 milions de litres de cervesa, quasi 800.000 pollastres i unes 650.000 salsitxes. En aquest festival de música, cervesa i menjar calòric, una de les imatges que es repeteix més sovint és la de portar el major nombre de cerveses sense derramar una sola gota, una competició només apta pels cambrers i cambreres més destres si tenim en compte que cada gerra (*Maß*) conté un litre de cervesa.

Una mirada enrere

Aquesta tradició cervesera que té el poble alemany es remunta en el segle VI. a.C. moment en què ja es consumia, però no

va ser fins l'any 766 que es va establir la primera empresa cervesera del món. Es tractava del monestir de St. Gallen a Geisingen, al costat del riu Danubi. Més tard, durant l'Edat Mitjana, els monestirs van tenir un paper important com a productors i distribuïdors de cervesa, convertint la beguda en molt popular i fins i tot necessària ja que es considerava un aliment de primera necessitat. La fermentació produïa alcohol i aquest desinfectava l'aigua oferint així una beguda neta de contaminació bacteriana que contribuïa a evitar malalties com la salmonela. Fins al punt que molts salaris es cobraven amb cervesa directament.

La Llei de la Puresa

A mesura que la cervesa es va convertir en un aliment més i més popular, van ser més els que van gosar fabricar-la. Va ser aleshores quan alguns fabricants van aprofitar l'avinentsa per afegir nombroses coses a

la cervesa com ara, tal i com està documentat, fetge de vedella. Tant és així que l'any 1516 es van establir les denominades normes de puresa bavaresa per la cervesa, dictades pel rei Guillem IV de Baviera. En aquesta llei el rei determinava que la cervesa només podia fer-se amb aigua, malta de civada i llúpul. Aquesta norma és coneguda com la llei alimentària més antiga del món. Automàticament, moltes receptes 'particulars' de cervesa van desaparèixer i conseqüentment va augmentar la fortuna del rei, que tenia el monopoli de la producció de civada. Paral·lelament, els altres països van permetre conservar receptes en les que figuraven algun tipus d'additiu, fet que a la llarga afortí la cervesa germana. A dia d'avui, alguns fabricants de cervesa encara mantenen la llei de la puresa i, sense dubte, és gràcies a ella que la cervesa alemanya s'ha convertit en un símbol del país, al mateix temps de ser un producte apreciat i reconegut arreu del món.



La decoració del Wiesn és molt important, en aquest cas es recrea el Cel Blau de Baviera. / C. Reiter



BAR RESTAURANTE CASA PEPE





PARISQUERIA DESDE 1960

C/ San Carlos, 36 - Telf. 93 386 10 64 - 08922 Sta. Coloma de Gramenet www.restaurantecasapepe.com



Panoràmica del recinte de l'Oktoberfest, visitat cada any per més de sis milions de persones. / CEDIDA

Cervesa per a tots els gustos

Tot i l'extensa carta de cerveses que té Alemanya (més de 5.000), tot seguit una breu selecció de les que tenen més tradició, tot i que varia a cada territori.

Pilsener: es pot demanar gairebé a tot Alemanya, però és molt consumida al nord. Es tracta d'una cervesa rossa, amb un gust més o menys amarg i acostuma a tenir un contingut alcohòlic de 4° a 4,8°.

Weizenbier: es tracta d'una cervesa elaborada amb el llevat de la cervesa a temperatures molt altes. Amb un gust lleugerament afruitat i amb un fons especiàt. Prové del sud d'Alemanya i és on es consumeix majoritàriament. Els seus fabricants per excel·lència són la Paulaner i la Franziskaner.

Altbier: no deu el seu nom al fet que sigui antiga (*alt* en alemany significa antic o vell), l'etimologia es deu a que les espumes del llevat en el moment de la fermentació surten a la superfície o a la part alta (del llatí *altus*). Amb un fort gust amarg a llúpul, és molt popular a Düsseldorf.

Kölsch: una especialitat local de la ciutat de Colònia. De color groc clar, brillant i amb un gust prominent al llúpul, encara que no extrem. Fora de Colònia es denomina Kölsch a les canyes de barril d'uns 25

centilitres en contraposició a les típiques gerres de mig litre habituals.

Helles (cervesa clara): de color clar i molt popular a Baviera. Amb un contingut de malta i llúpul entre un 11 i un 13%. Alguns exemples d'aquest tipus de cervesa són: Augustiner Bräu, Löwenbräu, Spaten-Franziskaner-Bräu i Weihenstephan.

Dunkel (cervesa fosca): nascuda a Bohèmia i Baviera rep el nom pel seu color marró a negre. Té un gust suau i s'utilitza més quantitat de llúpul per contrarestar l'amargor de la malta. També se li diu Münchner. Com exemples: Altenrühener Dunkel spezial o Paulaner Original Münchner Dunkel. Totes les cerveses alemanyes tenen almenys una dunkel a la seva carta.

Schwarzbier (cervesa negra): deu el seu nom al color fosc. Es troba bàsicament a l'est d'Alemanya. Tot i el seu gust fort, és agradable al paladar.

Bockbier: amb un contingut d'alcohol força elevat, més del 6,25°, aquesta cervesa prové de la ciutat alemanya d'Einbeck, a la Baixa Saxònica. Pot ser de color dorada (rossa), marró o fosca. Existeixen diversos tipus de Bock i especialitats tan locals que només es poden degustar en certes regions.

Rauchbier (cervesa fumada): procedent de la ciutat de Bamberg, aquesta cervesa gaudeix d'una sòlida tradició: la malta és secada al foc, el que li dona un refinat gust de fumat.

Costums de la cervesa

On beure-la? Els llocs més tradicionals per beure una bona cervesa a Alemanya acostumen a ser: al costat dels ajuntaments (*Rathaus*), degut a què tradicionalment era un lloc de reunió per a la presa de decisions. O bé, als *Biergarten*, molt típics a l'estiu quan el bon temps anima a asseure's a l'aire lliure per degustar una cervesa, amb jardins i bancs i taules de fusta.

Com demanar-la? Si es demana simplement una cervesa, el que serveixen és una cervesa 'tirada' o de màquina, i no cervesa en ampolla. S'ha de demanar segons el volum desitjat: un litre, mig litre, etc. N'hi ha fins i tot de cinc litres!

Amb què s'acompanya? La cervesa és en la gastronomia alemanya un acompanyament natural en alguns plats. Fins al punt que moltes especialitats bavareses, per exemple, no s'entenen sense un tipus especial de cervesa al costat. D'altra banda, a Baviera pot ser que les cerveseries ofereixin un gran rave (*Radl*) com aperitiu. El *Bretzel* (pa tou en forma de vuit i amb sal gruixuda al damunt) és l'acompanyant per excel·lència de la cervesa.

de LO NUEVO Guillermo

¡ Míralo bien, no es otro colchón !
es el mejor colchón

VISCOELASTICA

- * efecto memoria
- * regulador de temperatura corporal
- * indeformable
- * antialérgico
- * antiácidos
- * adaptación total



+ calidad, + centímetros 21 = menos precio

Ofertas sensacionales

TE MERECE UN DESCANSO
TE MERECE ESTE COLCHÓN

Te informaremos sin compromiso

Tel : 93 435 55 37



El país de l'oli

Molts entesos consideren que en aquestes terres es fa el millor oli d'oliva del món. Les Garrigues és una de les comarques menys conegudes de Catalunya, i també una de les que més bé han conservat el model de vida rural que avui cerquen amb delit els habitants de les grans ciutats.

Text: Joaquim M. Pujals
Fotos: Josep Cano

Les Garrigues és una terra dura, eixuta, austera, aspra, de clima extremat, però precisament això li dona un atractiu especial i li proporciona la seva principal riquesa: unes olives diminutes, rodones, marrons, de pell fina i poca carn, el suc de les quals és per a molts el millor oli que es fa al món. L'olivera arbecquina –nom que li ve d'Arbeca, un poble garriguenc–, arribada a terres catalanes al segle XVII procedent de Palestina, és l'emprada en la producció de l'oli de la Denominació d'Origen Les Garrigues, el territori de la qual s'estén en part per les comarques veïnes de l'Urgell i el Segrià.

Encara que també s'hi conreen cereals, ametllers i vinya, la producció d'oli d'oliva és el centre de l'activitat econòmica d'aquest racó del sud de Lleida. Justament en aquesta època de l'any, des de finals d'octubre fins al gener, els camps registren una intensa activitat.

Desenes de camperols enfilats a escales pentinen les branques de les oliveres amb una mena de rasclats que fan caure els fruits sobre unes lones o sacs estesos a terra. Carreteres i camins s'omplen de tractors que els transporten als molins, on seran espremuts per a obtenir el preuat líquid –verd o daurat, segons el grau de maduració– que acabarà als nostres setrills.

No han de passar més de vint-i-quatre hores entre el moment de recol·lectar i el de moldre les olives, ja que el producte perdria qualitat a causa de la fermentació de l'aigua del fruit i l'oxidació de l'oli. Als molins, o almàsseres, les olives passen primer per una ventadora i una plataforma vibrant que n'aparten les restes de terra, pedres, fulles o branques amb que arriben del camp.

Oli cru

Després es netegen sota una dutxa d'aigua sense clor ni calç i tot seguit

passen al molí on, sense cap altra manipulació, s'aixafaran en fred per a obtenir l'oli que contenen tant la polpa com el pinyol, que s'ha de trencar. La pasta que en surti serà posteriorment centrifugada, decantada i filtrada, per tal de separar el preuat oli de l'aigua i les restes dels pinyols. Així, el d'oliva verge és l'únic oli vegetal que es consumeix totalment cru.

Són moltes les persones que viatgen a la comarca durant l'hivern per comprar a les cooperatives l'oli tot just acabat d'elaborar, que a banda del seu incomparable sabor aporta a qui el consumeix efectes molt beneficiosos per a la salut –té una acidesa molt baixa, no porta colesterol, per la qual cosa guareix de les afeccions cardíques, i conté en canvi diverses vitamines–.

Molts visitants viatgen a la zona per comprar a les cooperatives l'oli tot just acabat d'elaborar.

És una bona excusa per descobrir aquest territori realitzant la Ruta de l'Oli, que permet conèixer el procés artesanal d'obtenció d'un dels productes bàsics de la cuina mediterrània. Es poden visitar gairebé una trentena de cooperatives

de la zona, com les de Vinaixa, el Soleràs, Cervià de les Garrigues, Juncosa, l'Espluga Calba o la de Sant Isidre, a les Borges Blanques, així com el Molí de la Vall Major a la Granadella. El tercer cap de setmana de novembre se celebra a Arbeca la Fira de l'Oliva Arbecquina, i el 8 de desembre, la Festa de l'Oli Nou a Castellldans. El 30 i 31 de gener i l'1 de febrer tindrà lloc a les Borges Blanques una nova edició de les fires de les Garrigues i de l'Oli, que l'any passat van aplegar 60.000 visitants.

La premsa més gran del món

Al Parc Temàtic de l'Oli, situat en una masia entre Juneda i les Borges sota la qual s'han trobat vestigis d'un establiment dels templers, també podem seguir tot el procés i aprendre la història d'aquest aliment. Hi ha una gran col·lecció de premses –entre les quals la considerada la més gran del món– i una altra de setrills de quasi cinquanta països. A l'exterior viuen mig centenar d'oliveres d'entre 1.700 i 2.200 anys d'edat. Van néixer en temps dels romans –que foren els que van portar aquest arbre a la península– però no a les Garrigues, sinó a Ulldecona, a les Terres de l'Ebre, des d'on es van transportar al parc.

La capital de la comarca, les Borges Blanques, té en la plaça porxada de la Constitució el seu racó més emblemàtic.

Altres museus dedicats al producte són el de l'Oli i el Món Rural de Castellldans, l'Ecomuseu de l'Oli de la Pobla de Cérvoles o el Molí d'Oli d'Argilés. Al Vilosell es pot visitar una col·lecció privada sobre el món de la pagesia. I, és clar, no es pot

anar a les Garrigues i no contemplar els seus camps d'oliveres, entre els quals hi ha escampat un interessant patrimoni de construccions pageses de pedra seca –aixecades sense unir els rocs amb cap mena de ciment o argamassa–: hi ha excepcionals cabanes de volta, però també receptacles d'aigua, marges o espones, aixoplucs i recers.

La capital de la comarca, les Borges Blanques, té en la plaça porxada de la Constitució, amb cases dels segles XVII i XVIII, el seu racó més emblemàtic, però el lloc preferit pels seus habitants és sens dubte el Terrall, un parc al bell mig de la ciutat que envolta dos grans

estanys –antigues basses per a regar i abeurar el bestiar– plens d'ànecs, cigones i peixos. No gaire lluny, una botiga ofereix gelats... d'oli, faltaria més!. Al Vilosell i la Pobla de Cérvoles podem passejar per bonics carrers empedrats, i a Vinaixa, admirar l'església romànica de Sant Joan Baptista.

Art rupestre i fortalesa ibèrica

Però no tot és oli a les Garrigues. Aquestes terres eren habitades molt abans que les oliveres endinssin les arrels en els seus àrids sòls. La comarca guarda un dels més importants exemples d'art



Agricultor mostrant una branca d'olivera arbecquina.

Escolta



107.4 FM

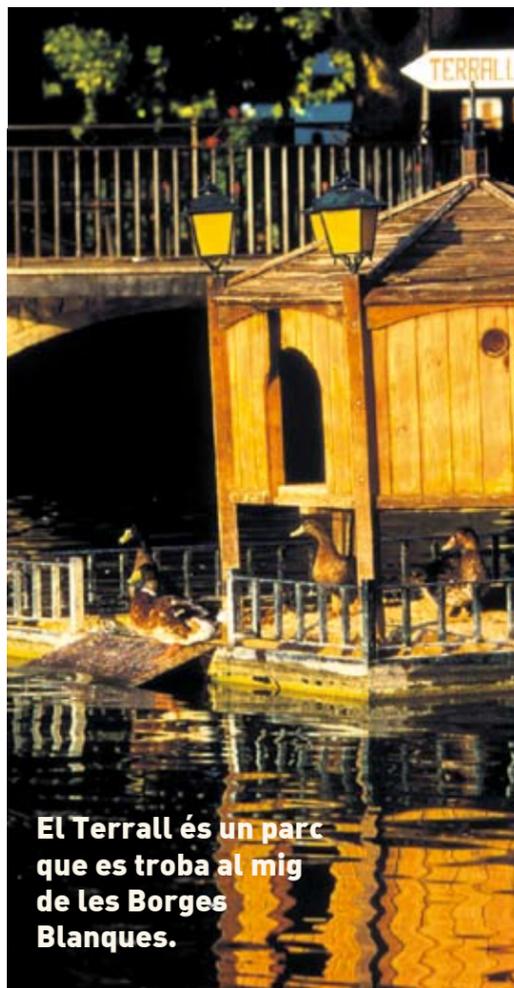
música
de
bon gust...



prehistòric del nostre país: les pintures rupestres del Cogul, situades a un quilòmetre d'aquesta localitat i declarades Patrimoni de la Humanitat per la Unesco. Es conserven quaranta-cinc figures humanes o d'altres animals i inscripcions de l'alfabet ibèric i llatí.

La civilització ibèrica va deixar a les terres garriguenques un altre monument excepcional: la fortalesa dels Vilars (segles VIII al IV abans de JC), que es troba prop d'Arbeca. Es tracta de l'únic cas de ciutadella fortificada d'aquesta època i també l'únic de població situada en una zona plana, enmig d'una àmplia zona cultivada, en lloc d'estar al cim d'un turó per facilitar-ne la defensa, com era habitual en aquella cultura. Estava envoltada d'unes altes muralles de pedra amb torres massisses davant de les quals hi havia un fossat amb pedres clavades al sòl per impedir l'aproximació dels enemics a cavall.

Hi ha altres fortificacions més modernes a les Garrigues, com els castells medievals d'Arbeca i l'Albi –ambdós en runes– i els ben conservats i restaurats de l'Espluga Calba i la Floresta. La indústria de la pedra ha estat especialment important per a aquest darrer poble, on en Fèlix Martín conserva l'antic ofici dels picapedrers, que la seva família, la qual ha treballat a la Sagrada Família, ha conreat al llarg de tres generacions. La localitat alberga una sala d'exposicions de treballs seus amb aquest material.



El Terrall és un parc que es troba al mig de les Borges Blanques.

Al Parc Temàtic de l'Oli s'hi pot seguir tot el procés d'elaboració d'aquest producte.

COM ARRIBAR:

La comarca de les Garrigues és a uns 160 km de Barcelona.

En cotxe: s'hi pot anar per l'autopista AP-2 (sortides 7 i 8), per l'autovia A-2 o per la N-240 des de Tarragona.

En tren: serveis regionals de la línia Barcelona-Lleida, estacions de Vinaixa, la Floresta, les Borges Blanques i Juneda (902 240 202 i www.renfe.es).

En autobús: l'Alsina Graells porta de Barcelona a Juneda i les Borges Blanques (902 422 242 i www.alsa.es). Autocars Xampany (Tel. 973 275 599 i www.xampanysl.com) enllaça diversos pobles garriguenques.

ON MENJAR:

Restaurant Masia Salat. Vora el Parc Temàtic de l'Oli. Ctra. N-240, km 71. Tel. 973 143 274. www.grupsalat.cat

El Carro Blanc. Raval de Lleida, 40. Les Borges Blanques. Tel. 973 142 140.

ON DORMIR:

La Garbinada. Pl. Catalunya, s/n. La Granyena de les Garrigues. Tel. 973 136 275. www.garbinada.com

Hotel Benet. Pl. Constitució, 21-23. Les Borges Blanques. Tel. 973 142 318.

INFORMACIÓ:

Oficina Comarcal de Turisme i Centre d'Interpretació de les Garrigues: Av. Francesc Macià, 54 (seu del Consell Comarcal). Les Borges Blanques. Tel. 973 142 658. www.turismegarrigues.com i www.centreinterpretaciogarrigues.com.

Parc Temàtic de l'Oli: Masia Salat. Ctra. N-240, km 71. Tel. 973 140 018. www.grupsalat.cat

Crucero FERIA de Abril

Sevilla 2009

**A bordo del buque Ocean Majesty
Salida desde Barcelona
del 25 Abril al 2 Mayo**



PRECIO FINAL!
TASAS INCLUIDAS

**Precios por persona en camarote doble.
Incluido 170€ tasas embarque por persona.**

Camarote Interior	desde	1.160€
Camarote Exterior	desde	1.560€

3ª y 4ª persona: en el mismo camarote: **50% descuento.**
sobre el importe del Crucero + 170€ de tasas
Niños hasta 14 años: Sólo pagan **125€** de tasas.

ITINERARIO	PUERTO	LLEGADA	SALIDA
Sábado 25 Abril	Barcelona (Embarque 12 horas)		15 horas
Domingo 26 Abril	Navegación	--	--
Lunes 27 Abril	Sevilla	10 horas (*)	--
Martes 28 Abril	Sevilla	--	--
Miércoles 29 Abril	Sevilla	--	--
Jueves 30 Abril	Sevilla	--	22 horas (*)
Viernes 1 Mayo	Navegación	--	--
Sábado 2 Mayo	Barcelona	17 horas (*)	--

Horario sujeto a variaciones debido a las mareas.

VIAJES ECUADOR

HALCON VIATGES

Información y reservas 93 300 64 63

Amb la casa a l'esquena



La llibertat de moviment o la possibilitat de fer les vacances lluny de les grans concentracions urbanes sense haver de renunciar al confort són alguns dels atractius de viatjar amb la casa a l'esquena que, cada vegada, atrauen a més persones a passar les vacances fent caravanning.

Julieta Domènech

El que avui es coneix com caravanning no va arribar a Espanya fins els anys 70, uns 30 anys més tard que a la resta de països europeus. Des de llavors, però, el sector s'ha desenvolupat de manera constant. Tant és així que avui el caravanning creix a l'estat espanyol a un ritme molt superior que a la resta d'Europa: es calcula que a la península hi ha prop de 145.000 caravanes i que n'hi ha 200.000 més que anualment visiten el país.

Un perfil variat

Lluny d'estereotips que encaixonen els usuaris de càmpings i caravanes en una edat o un estrat social, el caravanning s'ha diversificat tant en els últims anys que avui s'ha convertit en una forma vàlida de viatjar per molts tipus de persona: des de joves que marxen de vacances amb el grup d'amics buscant les opcions més econòmiques, fins a famílies amb nens petits que, en temporada alta, cerquen comoditat i seguretat passant per parelles grans que opten pels destins de més llarga distància. Tots troben

en el caravanning la millor manera per passar les vacances ja que les opcions que ofereix són moltes i variades.

El més nou

Del 27 de setembre al 5 d'octubre, el recinte de Gran Via de Fira de Barcelona va acollir el Saló Internacional del Caravanning, la major convocatòria del sector al sud d'Europa. El saló, que enguany celebrava la seva 28a edició, va comptar amb més de 58.000 visitants que van passejar-se pels 31.000 metres quadrats de pavellons que mostraven les últimes tendències del caravanning.

L'evolució de caravanes i autocaravanes en els últims anys tendeix a oferir vehicles que combinen dissenys més moderns amb prestacions que augmenten el confort. Així, les autocaravanes d'última generació aposten per substituir el blanc convencional per colors més d'avantguarda, tant en l'interior com en l'exterior. A més, i amb l'objectiu d'oferir més comoditat, els nous vehicles incorporen vidres panoràmics que faciliten la visió a la cabina de conducció

Les autocaravanes d'última generació aposten per substituir el blanc per colors.

o interiors amb habitacions tipus suite, en què la dutxa està separada de la resta del bany.

Pensant en la butxaca

En temps de crisi, però, no només cal pensar en les possibilitats més modernes sinó també en la butxaca. És per això que els fabricants d'autocaravanes presenten també models nous de menys de sis metres en què la relació qualitat-preu és la principal atracció. Es tracta de vehicles de petites dimensions i dissenys actuals que no renuncien a oferir totes les prestacions pròpies de les autocaravanes però ho fan en un espai més reduït.

Passa el mateix amb les caravanes, on predominen els models lleugers i econòmics que, però, es combinen amb l'última tendència: la caravana que s'adapta a les necessitats del viatger. Es

tracta gairebé de caravanes a la carta en què les marques ofereixen la possibilitat al comprador que es creï la caravana al seu gust.

A la llum del led

Un dels elements dels vehicles en què la innovació ha trobat un bon terreny per desenvolupar-se ha estat el de la il·luminació. Disseny i funcionalitat són els nous pilars de la il·luminació per caravanes, que tenen com a tecnologia més novedosa el diode emissor de llum. Més

La llum que ofereix el led ja s'ha convertit en el millor aliat del caravanning.

conegut com led, aquest diode permet la mínima despesa energètica garantint, a la vegada, la màxima qualitat. La llum que ofereix el led ja s'ha convertit, a hores d'ara, en el millor aliat del caravanning ja que, a més de ser de bona qualitat, és econòmic i ecològic. Tres qualitats que tenen molts dels complements

de les caravanes que giren actualment les carreteres del nostre país, tant diferents a les que haurien pogut tenir els nostres pares o avis.

Per recordar aquells antics models, el Saló Internacional del Caravanning a més de les últimes novetats del sector, també va mostrar una relíquia històrica: una caravana fabricada l'any 1948 i que, després d'haver estat utilitzada durant 50 anys en un càmping italià, ha estat restaurada per poder mostrar una peça d'una altra època que ens mostra l'evolució que ha fet el sector en els darrers anys.

Vocabulari imprescindible

El món del caravanning ofereix diverses opcions perquè tothom trobi la millor manera de gaudir-ne. Cal, doncs, conèixer-ne el vocabulari imprescindible.

Autocaravana

És la preferida pels usuaris que han de fer desplaçaments llargs, ja que no requereix de cap esforç especial en la conducció. Les autocaravanes són vehicles que serveixen també com allotjament i es caracteritzen per aprofitar al màxim l'espai interior amb l'objectiu d'oferir el major nombre de comoditats. Com que n'hi ha de molts tipus, característiques i dimensions, els preus

varien molt: des dels 35.000 euros fins als 250.000.

Bungalow

Dins dels allotjaments propis d'un càmping, els bungalows són petites cases de fusta que, fetes amb parets lleugeres, ofereixen tots els serveis propis d'un habitatge. Els bungalows acostumen a costar entre 20.000 i 35.000 euros.

Caravana

Coneguda també com a roulotte, la caravana és el vehicle sense motor habilitat com habitatge que s'enganxa a l'automòbil per tal de desplaçar-se. Els usuaris acostumen a ser famílies que l'utilitzen com a residència fixa per les vacances en un

càmping, tot i que també hi ha viatgers que usen caravanes per trajectes de llarg recorregut, utilitzant-les com allotjament en les diferents etapes de l'itinerari. Tant en un cas com en l'altre, els usuaris poden desplaçar-se pels voltants utilitzant només el cotxe, cosa que els permet una major mobilitat. Els preus van dels 16.000 als 40.000 euros.

Remolc-tenda

El remolc-tenda és l'evolució de la tenda de campanya tradicional. Amb un ús similar al de la caravana, i com que té una mida molt més reduïda, és molt més còmoda i fàcil de transportar. A més, el remolc-tenda és també el més econòmic, amb preus que oscil·len entre els 3.000 i els 5.000 euros.





¿Un presidente en la Casa Blanca?

Paco Santana

Se me ocurre una sola razón por la cual el senador por Illinois, Barack Obama, no llegue a ocupar la Casa Blanca: Que es negro. Contra las encuestas diarias existe el estilo reticente del norteamericano a reconocer perjuicios por cuestión de la raza. Pero el voto es otra cosa. En la línea de opinión de Josep Ramoneda podría añadir –con menor probabilidad en mi opinión– que fuera asesinado. Tampoco es imposible. Basta traer a cuento a los hermanos Kennedy, Martin Luther King, o el mismo Abraham Lincoln –precisamente por abolir, entre otras cosas, la esclavitud de los negros.

A cada instante tuve la sensación de que al viejo héroe de Vietnam le daba de un momento a otro un patatús.

No pasaré a enumerar las bondades del candidato demócrata, no es para tanto, sólo que la alternativa se me antoja de peli de terror. Durante los debates en los que los candidatos se mantenían en pie, o caminaban por el plató erre que erre cada uno con su murga, en ellos, digo, me fue imposible atender al discurso de MacCain. A cada instante tuve la sensación de que al viejo héroe de Vietnam le daba de un momento a otro un patatús. Se le ve viejo, agotado y con la movilidad de un Madelman.

Una razón poderosa para preferir a Obama es leer en algunos diarios USA –hay que decir que no precisamente afines al

senador de Arizona– que MacCain tiene un 36% de probabilidades de morir antes de tres años; todo esto según el cálculo de vida que suelen realizar las aseguradoras consultadas por los periodistas. ¡Menudo panorama imaginar a la Palin rifle en ristre pisoteando una piel de oso observando desde su mirador en Alaska al Zar Putin y, si es necesario, declarando la guerra a diestra y siniestra! En fin, que no nos queda más que esperar vientos favorables. Vientos que, desde la cátedra de Columbia, reclama el Nobel Stitgltz, para quien deberían venir de la Izquierda.

Y hablando del Nobel, la Academia Sueca ha concedido estos días el de Economía al profesor de Princeton, Paul Krugman. Gracias a sus columnas en *The New York Times* y a sus libros y ensayos –recomiendo vivamente la lectura de *El gran engaño y América después de Bush*– algunos hemos logrado comprender qué se esconde tras los términos: globalización, mercado, comercio y últimamente sistema financiero. Este azote de la Administración Bush, de su Secretario del Tesoro y el equipo de economistas que les acompaña, tendrá a estas alturas las tripas revueltas de pensar que, por muy necesarias que sean –que lo son– las medidas tomadas por europeos y americanos, sería suficiente destinar el 1% de lo presupuestado para restablecer la cordura en el mundo financiero en erradicar el hambre de casi mil millones de seres humanos en el planeta. Él, que llegó a recomendar al Banco Mundial la condonación de la deuda de los países pobres como primer e indispensable paso para acabar con la hambruna mundial. No le hicieron mucho caso, a la vista

está. Nos importa una mierda que tanta gente no tenga nada que llevarse a la boca. Así son las cosas...

Este mundo de las finanzas se transformó por un desvarío megalómano de la avaricia en un casino, en las Vegas, como le he oído a Antonio Banderas. Un mundo virtual vendido como oro cuando

Nos importa una mierda que tanta gente no tenga nada que llevarse a la boca. Así son las cosas...

no era más que basura, un castillo de naipes desmoronado de sopetón ante las miradas atónitas de los Estados donde cundió el “campi qui pugui” como un reguero de pólvora. Mientras unos terminaron en las filas del paro, ante el abismo de la pérdida de sus posesiones o abocados a un futuro de incertidumbres, otros acababan en un lujoso hotel para fundirse en parrandas y masajitos unos cuantos cientos de miles de euros. Y tuvieron los muy miserables la jeta de aclararnos que les correspondía por el trabajo bien hecho. Y aquí no pasa nada. Primero Paz y después Gloria.

No puedo resistirme a reproducir las palabras de Paul Kennedy, que ocupa la cátedra J. Richardson de Historia y es director del Instituto Sobre Seguridad Nacional en la Universidad de Yale: *En este mundo globalizado e interconectado, ningún hombre (ni ninguna mujer) es una isla. Así que, en las inmortales palabras de John Donne –personaje de Hemingway, añado yo– “no preguntes por quién doblan las campanas. Doblan por ti”. Amén.*

GUIA DE SERVICIOS

St. fost  **restaurante**

c/ Santes Creus, 11
c/ Tajo, 8
08031 BARCELONA Información tel. 93 357 68 02

El Rincón de los Primos

Anunciado en  **RTT**

C/Padró N° 73
08291 Ripollet (Barcelona)
Tel. 93 691 48 48
www.elrincondelosprimos.tk

Har de tapes **EL RINCON DE LOS PRIMOS**

CENAS DE EMPRESA Y DESPEDIDAS DE POLTEROS

KINFOSTOCK

PORTÁTILES (PIII) DESDE 135 €
ORD.SOBREMESA (PIV) DESDE 75 €
TFT 100 €

Todos nuestros equipos con 1 año de garantía

Consulta tarifas en kinfostock@yahoo.es Tel.: 635 47 14 38

Reformas integrales  **KUBIK** ESPAI INTERIOR, SL Reformas integrales

PROMOCIÓN NOVIEMBRE

Nevera COMBI de regalo en todos los presupuestos aceptados

Anunciado en  **Tele Taxi TV**

Mataró, 29 - 31 Granollers Tel. 93 840 54 65 Mov. 647 450 858

 **TALLER M. GARCIA**

• MECÁNICA DEL AUTOMÓVIL Y COMPRA - VENTA
• RECARGA Y REPARACIÓN DE AIRE ACONDICIONADO



C/ San Joaquin, 69-71 Santa Coloma de Gramenet 08922 (Barcelona) Tel: 93 466 40 75 Fax: 93 466 51 55 Móvil: 666 54 49 73

Restaurant Braseria 

Van Joanet

Carnes a la Brasa
Torradas
Embutidos Ibéricos
Pescados

Telèfon 93 358 25 54

Tajo nº 6 (Cerca de la plaza Ibiza) Autobuses 88/87/102/185 Metro L-5 parada Horta

REST. LA XURRERIA



TODOS LOS DOMINGOS DE 9 A 12H.
LAS AUTÉNTICAS PORRAS

C/. Pirineu, 3 Manresa
Tel. 93 873 23 57

 **VILATRONICA**
COMPONENTS ELECTRÒNICS

info@vilatronica.com · www.vilatronica.com

Misser Rufet, 3 (local 4-5) · Tel. 93 817 13 98 · Fax 93 817 36 16
Avinyonet, 6-8 (Pol. Ind. de Llevant) · Tel. 93 818 11 14 · Fax 93 892 08 58
08720 VILAFRANCA DEL PENEDES (BCN)

Ctra. Sant Vicenç, 2-10, local 2 · Tel./Fax 977 18 18 12
43700 EL VENDRELL (TARRAGONA)

Escolta



107.4 FM

música de bon gust...

Haga rentable su negocio

Dpto. de publicidad



Tel : 93 466 56 56

Los cuentos de papa



Eusebio Burgos

Los viajes en coche hacia el colegio resultan en la mayoría de los casos monótonos. Los mp3, ipop, psp, dvd y demás artilugios han conseguido que cada día al volante, los padres nos sintamos meros taxistas. Suben y bajan conectados a sus aparatos ajenos al resto de acompañantes. A la pregunta de cómo ha ido el cole la respuesta del silencio. Miras por el espejo retrovisor, y los descubres con auriculares y el bajo canturreo de una canción. Como las retenciones son importantes, tantas noticias económicas, todas negativas, acaban creándote ansiedad y ganas de salir corriendo. Esta dinámica la rompió mi hijo pequeño cuando se empeñó en que le regalásemos un perro. La rebeldía infantil y la disciplina paterna suelen moverse en el plano de dejar pasar el tiempo. Pero él insistía. Me llegó a decir que no se lo quería comprar porque yo jamás había sentido el cariño de un amigo perruno. Hasta ahí podíamos llegar me dije. Y le conté la historia de "Chispi". Era de raza mestiza, arlequín. Muy poca cosa. Apareció en el barrio de súbito y se unió a la pandilla como si fuera uno más. Dormía

en una vieja cabaña de derribo, husmeando por entre las casas bajas que poblaban el barrio. La posguerra fue un tiempo de barrios en los que coincidían las infancias, los perros y las casas abandonadas. Venía detrás de nosotros al entrar en el colegio, cuando acudíamos al campo de fútbol o a la explanada, a contar secretos. Incluso los jueves por la tarde, al salir de misa, nos esperaba meneando la cola y dispuesto a participar de las peleas callejeras. Le pusimos un collar antipulgas, compartimos nuestros bocadillos y le regalamos el festín de algún capricho robado de las vacías despensas de mamá. Nunca se me olvidará cuando levantaron las aceras del barrio para colocar los colectores. Aquello sí que eran trincheras. El resto de la guerra era cosa nuestra. Cada uno en un lado, esperando el momento. De pronto, las piedras volaban junto a nuestras cabezas mientras corríamos por entre las zanjas para protegernos del impacto. "Chispi" recibió más de uno. Pero el sólo ladraba, moviéndose nervioso, como si quisiera decir a aquellos locos, que debían ser tiempos para la paz, después de una locura de muertes todavía tan cercana. La contienda terminaba al grito lejano de nuestras madres. ¡Pedrito, Manolo...

a cenar. Mi madre, siempre se ahorró el chillido, debió pensar que Eusebiito quedaba muy ridículo. Así lo recuerdo. De todos modos, la memoria es un género de ficción que traza sus historias entre los olvidos y la recreación, con una realidad que cambia de piel en la fuga silenciosa de los años, y se convierte en un territorio mágico, en un país que vive al otro lado del espejo. "Chispi" desapareció como había llegado, de forma misteriosa, sin otra justificación que la azarosa vida en la que le tocó ladrar. Quisimos pensar que se había escondido enamorado, que había conocido otro barrio más lujoso y con más futuro, que simplemente se cansó de nosotros. En los ojos abiertos de mi hijo, se refleja la imaginación insaciable de un niño, la curiosidad de ese mundo mágico que le descubro. Explanadas, guerra de piedras, fútbol en la calle... Ahora, al subir al coche, no se aleja con maquinillas, ni tan siquiera me pide un perro. Ahora me pide que cada mañana le describa mis recuerdos, que le hable de esa vida fabulada y distinta que nos tocó vivir, que en definitiva haga de padre y le cuente un cuento.

Burros y políticos



Miguel Ángel Rodríguez El Sevilla

La semana pasada conocí en Sevilla a un tipo que tenía 50 burros. Cuando me lo contó, lo primero que pensé fue "Más burros que en un ayuntamiento" pero no, en un ayuntamiento por lo general, hay más burros aún. Y que conste que digo esto sin querer que se enfade nadie conmigo, sobre todo los burros. Y si se enfadan los de los ayuntamientos será porque *Quien se pica es porque ajos come*. La verdad es que hay comparaciones que no deberían hacerse: por lo menos los burros valen para tirar de un carro, y cuánta gente hay en un ayuntamiento que no sabe hacer nada. Aunque

sigo opinando que no se debe generalizar, pues hay burros que saben latín. Decía este buen hombre que cuidaba a los borricos que saben rebuznar de 20 formas diferentes, cuando los humanos, si sabemos dos o tres idiomas, mucho es. También decía que son la solución a la crisis del petróleo, pues un burro es capaz de hacerse más de 20 kilómetros detrás de una zanahoria. Por esa regla de tres, se haría 100 kilómetros con medio kilo y si el kilo de zanahorias está a un euro, nos haríamos el Barcelona Sevilla por tan sólo 5 euros, eso sí, montados en burro. Por un lado iba a ser algo negativo para la economía, pues los fabricantes de coches irían a la ruina, pero por otro, los agricultores se iban a hacer de oro sembrando zanahorias. Lo comido por lo servido. Y los

políticos, que aunque algunos no trabajan en ayuntamientos son igual de burros, dirían que la industria del automóvil no está en crisis, está en recesión económica, está desacelerándose o está cayendo prudentemente dentro de los márgenes normales de crecimiento, cuando lo suyo sería que hablaran en el idioma del pueblo y dijeran *la cosa está chungu, la cosa está joía*, o dirían que nos empecemos a roer el codo si queremos llegar a final de mes, pero no, no hablan en estos términos porque piensan que todos los demás somos unos burros y nos vamos a creer lo que nos dicen. No quiero ni pensar el mosqueo que tendrán conmigo los que trabajen en un ayuntamiento. Igual me ven por la calle y me dan una coz.

No todo vale



Rosa Rodríguez

De nuevo, y como es habitual en los medios de comunicación, en este caso la televisión, veo unas imágenes que me dejaron perpleja. Aunque he de reconocer que no fui capaz de acabar de verlas, fue suficiente para darme cuenta del grave problema que existe en los colegios e institutos. En aquellas horribles imágenes tres o cuatro adolescentes de entre catorce y quince años, le propinaban una brutal paliza a una compañera y mientras una de ellas la pateaba en la cabeza, cara, estomago y la arrastraba por los pelos, las demás la animaban a que la matara. Me imagino que saben de lo que les estoy hablando pues salió en los telediarios de casi todos los canales. Tendemos a banalizar todo este tipo de situaciones de tal manera que hacemos que no se adopten medidas de protec-

ción, a no ser que nos toque a nosotros o a alguien cercano. Según un estudio reciente, uno de cada cinco chavales con edad escolar entre siete y dieciocho años son víctimas de hostigamiento psicológico. El acoso psicológico deja poca huella, poco rastro, pero afecta en la capacidad de concentración del niño, problemas de memoria, falta de autoestima o fingir una dolencia para no asistir al colegio o al instituto. Situación de acoso es aquella en la que el alumno es agredido o se convierte en víctima de forma repetida de acciones negativas, tanto verbales como físicas, por otro alumno o grupo de ellos. Buena parte de los niños que acosan sufren ellos mismos alguna clase de maltrato en el ámbito familiar. A través de las agresiones a otros compañeros canalizan su frustración. Vivimos en una sociedad en la que poco a poco se va perdiendo cualquier clase de autoritarismo. Dejamos atrás a los padres algo dictadores donde se hacía

lo que ellos decían y punto, y pasamos a ser unos colegas para nuestros hijos. Los padres damos mal ejemplo: somos los primeros que tendemos a justificar todas las conductas de nuestros hijos, incluso las peores. ¿Qué papel juegan los profesores? Ahora ya poco pueden hacer, la verdad, pues pasamos de profes castigadores de antaño con pescozón incluido, a una situación de igualitarismo, es decir, el profe es igual que el alumno. Hablando esta semana con un profesor de bachillerato me comentaba que incluso el director del instituto les prohibía expulsar de clase a un alumno, aunque éste les faltara el respeto o no pudieran continuar la clase por sus impertinencias. Estos profesionales, a veces, son objeto de malos tratos por parte de los alumnos o incluso en alguna ocasión por los padres de los alumnos. Así que alguna cosa habrá que hacer al respecto por que en esta vida no todo vale, o por lo menos así debería ser.



grupo ALMANSA e hijos
Su Carpintería de Aluminio

Oficinas centrales:
Beato Oriol, 24-25-26 · Tel 93 575 02 22 · Fax 93 575 09 16
Enric Morera, 9 · Tel/Fax 93 575 42 42
08110 Montcada i Reixac
www.grupoalmansa.com · info@grupoalmansa.com



BanSabadell Fincom
Financie sus compras hasta 9 meses sin intereses





Un grupo de profesionales con más de 30 años de experiencia ofreciendo su servicio a empresas y particulares. En nuestra amplia gama de productos, encontrará lo que necesita.

ventanas | mallorquinas | todo tipo de rejas | techos de aluminio | vidrios | mosquiteras
divisiones de oficina | vallas | puertas | mamparas de baño | persianas | celosías

TERRASSA	BARCELONA	GRANOLLERS	EL MASNOU	BARCELONA	CASTELLAR DEL VALLÈS	GIRONA
Pare Llaurador, 12 Tel. 93 780 71 65	Av. Borbón, 21-23 Tel. 93 340 52 17	Av. Joan Prim, 111 Tel. 93 849 85 85	Amadeo I, 33 Tel. 93 540 45 00	Santa Engracia, 68 Tel. 93 350 83 16	Passeig, 79 Tel. 93 715 89 03	Crta. Barcelona, 166 Tel. 872 08 11 11

Què diuen els estrangers de nosaltres?

Tot i que no es pot posar tothom en el mateix sac, els estrangers diuen que som: alegres, sorollosos, relaxats i sentimentals. A alguns els sorprèn la nostra devoció pel futbol. Els tòpics més repetits són: el sol, la platja i els toros. El que és evident és que el nostre país, amb les seves virtuts i defectes, no deixa indiferent a ningú.



Mònica Villanueva

Les dones

Com ens veuen? Si plantegéssim aquesta pregunta a cadascun dels 60 milions de turistes que va visitar Espanya l'any passat, segurament obtindríem una infinitat d'opinions diferents. El que sí és veritat és que hi ha alguns trets que molts coincideixen a ressaltar. "De seguida veus venir un grup d'espanyols a l'estranger perquè viatgen en grups nombrosos i parlen amb un to de veu molt alt, ja sigui en un museu, restaurant o al metro", comenta l'alemany Paul Körbitz que viatja regularment a la península. A l'australià Rory Hales li crida especialment l'atenció la manera de parlar. Diu que cridem molt i que utilitzem molt les mans. "Se'ls nota de seguida si estan enfadats o contents" explica. En Rory va tenir ocasió d'estar en un dinar familiar el dia de Reis i li va sorprendre que tothom cridés encara que estigués a la mateixa taula, "era com si ningú se sentís", comenta perplex.

Els comentaris dels homes estrangers sobre la bellesa femenina espanyola demostren que no cal ser com la Penelope Cruz per tenir èxit. En Juanjo Ballesteros, d'origen argentí, ho resumeix molt clarament: "Les dones espanyoles són terriblement belles". L'Albert Caselli és un italià que treballa regularment amb empreses catalanes i explica que en un principi s'esperava que totes les dones "tinguessin el cabell negre", tot i que més tard es va adonar que moltes coses -com els toros i el flamenc- són atribuïdes al sud d'Espanya i que per tant, "tampoc totes les noies són morenes". En canvi, el que més fascina a en Josh Malowney, nordamericà que porta un any vivint a Barcelona, sobre les dones catalanes -en aquest cas són les úniques que coneix- és "la seva extrema expressivitat i totes tenen molt temperament". Pel que fa la forma de vestir, a la

Clotilde Rouain -francesa- li sorprèn sobretot que ens vestim "amb la millor roba que tenim a l'armari a partir de les 12 de la nit". Malgrat això, reconeix "l'exquisit gust a l'hora de triar vestuari i anar sempre a la moda", tot i que no sempre ens gastem "molts diners".

Bojos pel futbol

L'afició general que hi ha cap el futbol no deixa indiferent a ningú. Al periodista Reiner Wandler, que treballa al *Tageszeitung* alemany explica irònicament els hàbits de lectura de premsa: "En el pont aeri Madrid-Barcelona, els viatgers van amb el seu maletí, el seu ordinador i dos diaris (un generalista i un esportiu). S'asseuen i comencen a llegir el diari esportiu. L'altre, el generalista, desapareix amb el maletí. No és fins a l'aterratge de l'avió quan reapareix. Aleshores, amaguen el diari esportiu entre els seus papers de feina i treuen l'altre per portar-lo sota el braç".

Més enllà dels toros i la paella

Malgrat veure'ns com un país burocràtic, amb moltes tradicions i força nacionalista, també ens diuen que som relaxats, que sabem gaudir del temps lliure però que al mateix temps sabem "treballar dur", tal i com afirma l'italià Emiliano Ravasi, que porta dos anys vivint a Londres. D'altra banda, l'alemany Paul Körbitz reconeix que la fama de *fiesteros* és ben merescuda ja que sempre tenim "energia per animar les festes", comenta. En aquest sentit, es pregunta si deu ser perquè mengem tan tard al vespre o per la *siesta* que suposadament fem tots. L'australià Rory Hales, després de viatjar per tota la península i mig món, afirma que ningú com nosaltres "sap com passar-s'ho millor a l'hora de sortir de festa". Altres clixés sobre els hàbits espanyols són el fet que som poc puntuals i coses curioses com la que ens explica l'Emiliano Ravasi quan diu que gairebé tots els italians "pensen que la marca Corona és espanyola" o que els italians sempre ens han vist "com els cosins pobres, però que aquesta imatge ha canviat recentment". Segurament degut "a l'estabilitat política i al fet que la família tradicional conviu amb nous models", explica Ravasi que veu el nostre país "amb arrels històriques però al mateix temps adaptat socialment i culturalment a la globalització".

de LO NUEVO Guillermo

Te invitamos a conocer la fuente de salud y ahorro

No tendrás que comprar y transportar más botellas ni garrafas de agua. Ahorrarás dinero cada día

Tendrás agua fría o caliente al instante

Transforma el AIRE en AGUA PURA

¿Te imaginas poner un aparato en casa que sin estar conectado a ningún grifo ni tubería te dé 18 litros de agua al día?

¡ INCREÍBLE PERO CIERTO !



- * sin conexiones al agua
- * sin desagües
- * sin botellones
- * alta tecnología

LLAMA SIN NINGÚN COMPROMISO Y TE INFORMAREMOS...

Ideal para :
Domicilios particulares
Chalets - Torres
Oficinas
Embarcaciones
Tiendas
Hospitales
Escuelas

TEL: 93 435 55 37



Frutos secos: fuente de salud

¿Cuántas veces nuestros abuelos nos han dado un puñado de almendras o nueces? Y sabían muy bien lo que hacían porque los frutos secos tienen una gran cantidad de propiedades nutricionales para la salud, gracias a su alto contenido en fibra y grasas no saturadas.

Marta Burgués

Almendras, nueces, piñones, pistachos... es una suerte contar con tanta variedad de frutos secos en nuestro país, ya que tal como comenta Marta Guarro, nutricionista de Unilever, "en general todos son beneficiosos para toda la población". Otra ventaja es que estos alimentos, totalmente incorporados a la dieta mediterránea, pueden comerse tanto solos, como en ensaladas, para postres, como guarnición al lado

de carnes o pescados... las combinaciones son infinitas.

Tradicionalmente, los frutos secos solían ser el alimento de las clases más bajas y pobres. Su nivel energético es tan alto que con poca cantidad se saciaban y alimentaban, contando con las calorías necesarias. A ello también se debe el nombre del conocido postre, el músico (que normalmente contiene frutos secos, como pasas, almendras, avellanas o nueces).

Beneficios nutricionales

Miles de estudios han demostrado las ventajas que aportan los frutos secos a nuestro organismo. Tienen muchas calorías y proteínas, son ricos en grasas insaturadas (las buenas) y contienen importantes cantidades de fibra. "Además, cuentan con los elementos necesarios para prevenir enfermedades cardiovasculares", comenta Marta.

Los frutos secos tienen muchas calorías y proteínas, y son ricos en grasas insaturadas

También poseen propiedades naturales que ayudan a reducir el colesterol y tienen antioxidantes, "son muy buenos para erradicar ciertas enfermedades y contra el envejecimiento prematuro". También, dependiendo del fruto seco, son bajos en azúcares.

Desventajas

Los frutos secos no deben comerse ni fritos ni salados, algo que suele ser bastante común en nuestro país. "Se desaconseja porque la sal no es beneficiosa para el organismo".

¿Qué cantidad de frutos secos podemos comer al día?

La ración de frutos secos que podemos tomar diariamente es de 28-30 g diarios, lo que se traduce en un puñadito, "en el caso de las nueces serían 4 o 5, y si comemos piñones comeríamos unos 15 más o menos".



Si empezamos a tomar un puñado de frutos secos diarios, podemos sustituir la leche entera por la desnatada para no tomar más grasa.

Es importante destacar que si una persona introduce los frutos secos en su alimentación y no está acostumbrada "hay que intentar que éstos sustituyan alguna fuente de grasa de su alimentación que no es tan saludable", puntualiza. Por ejemplo, si empezamos a tomar un puñado de frutos secos diarios, podemos sustituir la leche entera por la desnatada para no añadir más grasa a la alimentación. Lo ideal es hacer una mezcla con varios frutos secos que tengamos al alcance, y comer un puñadito que contenga piñones, almendras, pistachos y nueces, por ejemplo.

Clasificación: frutos secos y ventajas

En general, y tal como hemos puntualizado anteriormente, todos los frutos secos son beneficiosos, pero algunos han sido más estudiados que otros y sus resultados son más conocidos. "Los beneficios de las nueces las sabe casi todo el mundo; sin embargo, por ejemplo siempre se ha pensado que los pistachos no son tan buenos y ello no es cierto. El año pasado un estudio confirmó que son excelentes para la salud cardiovascular". Los pistachos se incluyen en la primera declaración sanitaria cualificada de la Administración de Fármacos y Alimentos de EE.UU., aprobada en julio de 2003.

Nueces

Es el más calórico de todos los frutos secos, con 650 calorías por 100 g. Las nueces son muy buenas para el corazón y se han hecho muchas campañas que así lo ratifican.

Castañas

Son las que tienen menos calorías de todos, con 174 por 100 g. Se tiende a pensar que engordan mucho, "pero no es cierto". Lo que sí hay que destacar es que tienen más azúcar que otros frutos secos, pero son más bajas en grasas y proteínas. "Se recomienda no comerlas sólo un día, sino durante todo el otoño". También contienen vitaminas del complejo B, y minerales como el potasio y manganeso.

Almendras y avellanas

Son muy ricas en fibra y en componentes activos, lo que reducen considerablemente los niveles de colesterol. Por otro lado, también tienen un alto contenido en calcio.

Cacahuetes

Lo que seguramente mucha gente no sabe es que los cacahuetes no son frutos secos, sino legumbres, "pero se engloba dentro de ellos por su alto valor calórico".

Coco

El coco seco es uno de los menos recomendados porque tiene más grasas saturadas.

Pistachos

Totalmente recomendables, son especialmente beneficiosos en el tratamiento de anemias y algunos trastornos nerviosos.

¿A quiénes benefician más los frutos secos?

Toda la población en general es apta para comer frutos secos, aunque hay que controlar la cantidad que ingerimos. Ahora bien, hay determinadas excepciones, así no pueden comerlos las personas que tienen sobrepeso o problemas de páncreas.

Por el contrario, se suelen recomendar a personas que han de aumentar de peso, pero que no tienen hambre. "Gracias a los frutos secos no se sacian demasiado y aumentan sus calorías". También son perfectos para los que realizan trabajos forzados y precisan de mucha energía diaria.

Niños

Se recomienda que los niños coman frutos secos a partir de los dos años, nunca antes. "Son ideales cuando están en la etapa de crecimiento", explica la nutricionista.

Deportistas

Es, quizás, el sector de población que mayores cantidades necesita, "gastan mucha energía y, por ello, deben consumir calorías y les dan mucha energía".

Vejez

En la vejez aparecen dolencias que afectan seriamente al organismo. Siempre que los médicos lo recomienden, es vital la degustación de frutos secos, sobre todo, los que reducen el colesterol y los que previenen enfermedades cardiovasculares.



La intolerància al gluten, celíacs

Tot i que cada vegada hi ha més notícies sobre aquesta malaltia, els celíacs encara són els grans desconeguts de la nostra societat. Els celíacs són persones que, segons l'Associació Catalana, per una predisposició genètica, reaccionen a la ingesta del gluten, proteïna present al blat, la civada, l'ordi i el sègol.

Marta Burgués

Ingerir gluten provoca als celíacs una lesió a les vellositats del budell prim que afecta la capacitat d'absorbir els nutrients dels aliments. La prevalença de malalts a Espanya és la mateixa que a la resta d'Europa: actualment, hi ha un celíac per cada 100 persones. És més freqüent en les dones, amb una proporció 2:1. El Ministeri de Sanitat i Consum està conscienciat amb aquesta malaltia, gràcies a l'esforç de la Federació d'Associacions de Celíacs d'Espanya i a la de Catalunya que lluiten per a reconèixer el drets i la millora de la qualitat de vida dels celíacs.

Simptomatologia de la malaltia celíaca

Un percentatge important de pacients (75%) està sense diagnosticar, així hi ha persones que poden ser celíaques sense saber-ho, ja que els símptomes no estan del tot clars. La Federació Espanyola apunta que els més freqüents són: pèrdua de pes, fatiga, nàusees, vòmits, diarrea, distensió abdominal, pèrdua de massa muscular, alteracions del caràcter, dolors abdominals, anèmia... però, tant pel nen com per la persona adulta, els símptomes poden ser atípics o estar absents, dificultant així el diagnòstic.

Mesures del Ministeri i les Associacions

El Ministeri ha anunciat noves mesures per atendre als malats celíacs, en un pla

que se centra en l'etiquetatge d'aliments, entre d'altres. És una mesura pionera a Europa, que, a més d'ajudar als celíacs en la compra, la intenció del Ministeri és saber a quants ciutadans afecta aquesta malaltia. A més, el Ministeri està elaborant un Reial Decret en aquesta matèria, en el qual hi participa l'Associació Catalana. "Si s'aprova hi haurà un control dels fabricants sobre les contaminacions als aliments, per tal de que hi hagi més seguretat alimentària", afirma Matilde Torralba, presidenta de l'Associació de Celíacs de Catalunya. Les fites de l'Associació Catalana són seguir amb la difusió del coneixement d'aquesta malaltia, i "aconseguir subvencions econòmiques que compensin, d'alguna manera, fer la dieta sense gluten, que resulta força cara", explica la presidenta.

Oci: restauració

Una de les dificultats més importants que es troben els celíacs és quan van a menjar fora de casa i a l'hora de viatjar. Des de l'Associació Catalana es fan cursos al sector de l'hostaleria "per tal que coneguin els aliments que poden ingerir i oferir un servei en condicions", afirma Matilde Torralba.

Investigació

Afortunadament, des de fa uns 10 anys hi ha molta investigació en aquest tema. Els últims resultats, "es troben relacionats amb temes neurològics i, tot això fa que se segueixi treballant molt en

aquest camp", explica Matilde Torralba. També, alhora, s'investiga per trobar una vacuna o medicament per pal·liar aquest problema. "De moment, tot són proves que s'estan realitzant i encara falta desenvolupar, però tenim bones esperances en un futur molt proper", comenta la presidenta.

Classificació d'aliments Què poden i no poden menjar els celíacs?

Aliments lliures de gluten

Són tots aquells que per naturalesa no contenen gluten.

- Llet i derivats: formatges, mató, nata, iogurts naturals, quallada
- Tot tipus de carns, vísceres fresques, congelades i en conserva al natural.
- Embotits: pernil salat i pernil cuit de qualitat extra.
- Peixos frescos i congelats, i congelats sense arrebossar, marisc fresc i peixos i marisc en conserva al natural o en oli.
- Ous.
- Verdures, hortalisses i tubercles.
- Fruïtes.
- Arròs, blat de moro, tapioca, així com els seus derivats.
- Llegums.
- Sucre i mel.
- Olis i mantega.
- Cafè en gra o mòlt, infusions i refrescos de taronja, llimona i cola.
- Vins i begudes escumoses.
- Fruïtes secs crus.
- Sal, vinagre de vi, espècies en branca, en gra i totes les naturals.

Aliments que poden contenir gluten

Tots aquells que per naturalesa no contenen gluten, però poden arribar a incorporar-lo pel procés tecnològic o per contaminació creuada.

- Embotits: mortadella, xoriço, botifarra, salsitxes, etc.
- Patés.
- Formatges fosos.
- Conserves de carn, mandonguilles, hamburgueses.
- Conserves de peix en salsa, amb tomàquet fregit.
- Salses, condiments i colorants alimentaris.
- Xocolates i cacau, i altres begudes de màquina.
- Fruïtes secs torrats o fregits amb farina i sal.
- Caramels.
- Determinats gelats.

Aliments que contenen gluten

Productes elaborats a partir de cereals prohibits per a celíacs.

- Pa, farina de blat, civada, sègol.
- Brioixeria i pastissos.
- Galetes, pa de pessic i d'altres productes de rebosteria.
- Pasta: fideus, macarrons...
- Figs seques.
- Begudes destil·lades o fermentades a partir de cereals: cervesa, aigua de civada.
- Productes manufacturats en el que entri en composició qualsevol de les farines ja citades, i en qualsevol de les seves formes: fècules, sèmols, proteïnes.
- Hòsties de la comunió.

Medicaments i celíacs

Existeixen diverses llistes merament orientatives per al metge, però s'ha de consultar sempre el prospecte, ja que des de 1989 "els laboratoris farmacèutics estan obligats legalment a declarar si un medicament conté gluten", puntualitza Matilde Torralba. Això no és aplicable a un altre tipus de productes que es venguin en farmàcies o botigues de dietètica.

CAMPING Vinaròs

Camping Vinaròs Tel./ Fax.: 0034 964 40 24 24
Ctra. N.340- Km. 1054 E-mail: info@campingvinaros.com
12500 Vinaròs www.campingvinaros.com
Castellón





La hipertensión, un mal silencioso

Al principio, y en la mayoría de los casos, no presenta síntoma alguno. Y ahí radica su gravedad, ya que muchas veces el enfermo no es consciente de que padece hipertensión y no recibe el tratamiento adecuado, cuando es muy fácil de detectar en las lecturas de cifras tensionales. Este mal silencioso se cobra cada año la vida de 40.000 personas en España.

Núria Hueso

En contra de lo que muchos creen, la hipertensión, que significa un aumento de la presión arterial, no es solo cosa de mayores. Cada vez se detectan más jóvenes hipertensos, muchos de ellos con edades comprendidas entre los 30 y 50 años. Actualmente hay en España 10 millones de hipertensos, es decir, con la presión arterial igual o por encima de 140-90 (la primera cifra corresponde a la presión arterial sistólica y la segunda y menor a la diastólica). Aunque no se han encontrado las causas que provocan esta enfermedad, según las investigaciones científicas, puede incidir directamente en su desarrollo factores genéticos, el estrés, una alimentación no adecuada, la edad, la obesidad etc., así como tener hábitos poco saludables relacionados con el abuso del tabaco y el alcohol. Aunque al principio los síntomas no se perciben, en algunas ocasiones se pueden sufrir dolores de cabeza acompañados de vértigos, náuseas, cansancio o sensación de hormigueo en manos y pies. La hipertensión se detecta sim-

plemente en las lecturas de las cifras. No diagnosticarla puede conducir al deterioro y daño de órganos vitales y en los peores casos, en derrames cerebrales o trombosis.

Coincidiendo el 10 de octubre con el Día Nacional de la Hipertensión, se calcula que en España hay más de 3 millones de personas que son hipertensas y no lo saben. Para prevenir la hipertensión, aunque en muchos casos sea hereditaria o de causa desconocida, es recomendable una ingesta pobre en sodio, es decir, de alimentos que no contengan sal, mantener un peso adecuado, ejercitar el cuerpo con actividad física regular y evitar el alcohol y el tabaco. Su tratamiento consiste en seguir los pasos anteriores y en según que casos, también es necesario una medicación específica, quizás en el caso de la persona afectada, para el resto de su vida. Al tratarse de una enfermedad asintomática y para saber si el medicamento está dando resultado es necesario hacerse lecturas tensionales, mejor si es a la misma hora que la vez anterior para que la comparativa sea más eficaz y

así evitar falsos negativos o por qué no, falsos positivos.

Asimismo, la Sociedad Española de Hipertensión Arterial (SEH-LELHA) está elaborando, junto con Sanidad, un plan de control de los pacientes aquejados por esta dolencia. El objetivo es concienciar a la población para que tome medidas preventivas, es decir, antes de que aparezcan los primeros síntomas de la enfermedad, y también cuando ya se ha diagnosticado, siguiendo las recomendaciones médicas para su control. Aunque se estima que en España el 90% de la población se ha tomado la tensión al menos una vez en el último año, se aconseja consultar al médico cuando una persona alcanza la presión arterial de 130-85, ya que según la doctora Nieves Martell, coordinadora de El Club del Hipertenso, "llegados a ese punto, hablamos de un paciente prehipertenso", es decir, que tiene todos los puntos para desarrollar la patología y ya debería empezar a tomar medidas respecto a la dieta y al ejercicio físico.

Organitza:

FONDO COMERCÇ

adl Agrupació del Comerç i la Indústria DE SANTA COLOMA DE GRAMENET

ELS DIJOUS FÉS LA RUTA DE L'ESTALVI

al Barri del Fondo

Disseny: Albert Soler - Espal Gràfic i Visual

Amb el suport de:

SC+ Ajuntament de Santa Coloma de Gramenet Diputació Barcelona xarxa de municipis

Comerç Catalunya Generalitat de Catalunya

CONSELL COMARCAL DEL BARCELONÈS

FEM BARRI

Entrevista a César Biosca, conductor, junto a Justo Molinero, del programa *Brigada Criminal en Tele-Taxi TV*

“Yo no podría ser policía, requiere demasiada disciplina”



Es muy joven, pero lleva más de 20 años dedicado a la radio. Empezó siendo casi un niño, y hoy César es de los veteranos del Grup Tele-Taxi, con su programa *Vaya lío* en Radio RM de lunes a viernes de una a cuatro de la tarde. Ahora César vuelve a la tele de la mano de Justo Molinero, presentando conjuntamente el programa *Brigada Criminal*, los jueves a partir de las 9 y media de la noche.

María José Cordero

César, si no te hubieras dedicado a la radio, ¿te hubiera gustado ser policía?

Noooo. Lo que pasa es que en el barrio en el que yo vivía con mis padres había un edificio que era del patronato de la policía, y muchos de mis amigos eran hijos de policías, guardias civiles y comisarios, y de ahí mi afición por el tema. Pero yo no podría serlo, requiere demasiada disciplina y yo no sirvo para esto, ja, ja, ja.

“Empecé comprando una hora de programa semanal y al final Justo me dio la oportunidad de entrar en plantilla”

En la radio comenzaste muy joven, ¿no?

Sí, empecé comprando una hora de programa semanal y al final Justo me dio la oportunidad de entrar en plantilla. Yo en la radio he pasado por todos los horarios, de día, de noche, de fin de semana...

Vamos, que ya eres todo un clásico de la radio.

¡Qué bonito te ha quedado eso! No, no, sencillamente es un trabajo que me gusta y que siempre me ha dado mucha libertad, y me ha permitido relacionarme y conocer a mucha gente interesante.

Y ahora la tele... ¿cómo surgió la idea del programa *Brigada Criminal*?

En realidad empezó siendo una colaboración en el programa magazine de Justo en la tele. Pero ahora Justo me ha propuesto retomar la idea y presentarla junto a él los jueves por la noche. Hacemos un repaso de los sucesos semanales en Catalunya, casos judiciales, temas

“Hacemos un repaso de los sucesos semanales en Catalunya, casos judiciales, temas que a todos nos interesan”

que yo creo que a todos nos interesan y para ello contamos con la colaboración de los Cuerpos y Fuerzas de Seguridad del Estado.

¿Y ha sido muy difícil conseguir esa colaboración?

En absoluto. A mí tanto la Policía Nacional como la Guardia Civil como los Mossos d'Esquadra siempre me han tratado

con mucha amabilidad y me han proporcionado todo lo que les he pedido.

En el primer programa de *Brigada Criminal* pudisteis entrevistar al abogado de Iván Matas, el albañil que fue absuelto de asesinato por un jurado popular...

Sí, el señor Jordi Claret i Andreu, un gran abogado. Este es un caso en el que se vio claramente que una mala investigación policial puede llevar a la cárcel a un inocente, o dejar en la calle a un asesino.

¿Qué más veremos en *Brigada Criminal*?

A ver, el objetivo es informar de todos los temas policiales pero dándole un aire informal, siempre teniendo en cuenta que son casos a menudo dramáticos. Queremos que la gente conozca el gran trabajo que realiza el colectivo policial en general. Es un trabajo difícil y peligroso, pero ellos lo realizan de forma profesional y en muchos casos vocacional. De hecho, muchos de mis amigos de la infancia hijos de policías son hoy inspectores o sargentos con los que mantengo una excelente relación.

Conoceremos el trabajo de los buenos... pero, ¿y la otra cara de la moneda?

Los malos, ¿no? Bueno, la verdad es que yo he conocido a muchos buenos y también a algunos malos... que no siempre son tan malos. A veces tienen

“La verdad es que yo he conocido a muchos buenos y también a algunos malos... que resulta que no siempre son tan malos”

circunstancias personales muy duras que los acaban llevando a delinquir. Sí, también queremos llevar las cámaras a las cárceles y conocer de cerca a algunos de estos presos, las circunstancias que los llevaron a prisión, su día a día privados de libertad. Queremos saber qué lleva a una persona a hacer cosas de las que luego se arrepienten... o no. En fin, cara y cruz de los sucesos y casos policiales.

¿Qué interesante! ¿Habrá alguna otra sección?

Bueno, queremos ser también un programa al servicio de la gente. Así que dedicaremos un espacio a dar a conocer casos de desapariciones, y por supuesto cualquier otro tema que nos puedan plantear los telespectadores a través del teléfono o del correo electrónico.

Pues os deseamos mucha suerte con este nuevo programa de Tele-Taxi TV

Muchas gracias. Nos esforzaremos para que la gente nos vea y sienta el programa como suyo.

Guía de restauración gallega

Rincón de Galicia
Manuel Barcia
Gerente

ESPECIALIDADES :
Pulpo a feira
Lacón a la gallega
Vinos de Ribeiro

De lunes a viernes
Menu diario
y Carta
Sábado hasta las 11h. de la mañana

Paseo Sanllehi, 21 Tel : 93 713 11 60 08213 Polinyà

O'xeitoso
RESTAURANTE MARISQUERÍA

Avda. Virgen de Montserrat, 208 · Tel. 93 435 30 69 · 08041 BARCELONA

RESTAURANTE-BRASERÍA
CASA COUSO

Carnes a la brasa
Mariscos
Comida Gallega
Variedad en montaditos
Cenas todos los días

Avda. Carrilet, 340
08901-L'Hospitalet Tel. 93 261 56 45

reservas
Tel. 93 26156 45

Menú diario - Tapas variadas
Especialidades gallegas
Carnes a la brasa
Parrilladas de pescado y marisco

LÚA NOVA
RESTAURANT - TAPES - BAR
Garcilaso, 33 - 08027 Barcelona
Tel : 93 408 02 34

Programación **RADIO TELE-TAXI**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
00:00 La Noche Mágica	00:00 Les nits de Mónica Mónica Dego	00:00 Les nits de Mónica Mónica Dego	00:00 Esta noche, ¡Nos la comemos! Robert Espada			
04:00 Lleva't amb nosaltres* Javier Díaz	04:00 Què fas? Miki Cazorta	04:00 Vamos contigo				
07:00 Arranca Miguel Ángel Molinero	08:00 Tal com sona Paco Barrera	07:00 El Domingüero José Luís Rouco				
08:00 El Jarroteo Justo Molinero	13:00 Entre tú y yo Paco Carrasco	10:00 El Jarroteo Miguel Ángel Molinero				
13:00 Lo Nuestro es así Carol Sánchez	17:00 Llénate de radio María José Salvador	14:00 Què fas? Miki Cazorta				
15:00 El pont de la tarda Juan Carlos Puente	15:00 El pont de la tarda Juan Carlos Puente	15:00 El pont de la tarda Juan Carlos Puente	15:00 El pont de la tarda Juan Carlos Puente	15:00 El pont de la tarda Juan Carlos Puente	20:00 Lonxe da Terra Manuel Valdés	17:00 Llénate de radio María José Salvador
17:00 Tal com sona Paco Barrera						
20:00 Punt de trobada Guillem Alférez		20:00 Caravana Musical Guillem Alférez				
22:00 Flamenkitos somos todos Robert Espada						

*durante las vacaciones de Javi estará Miki Cazorta

PROGRAMA EN CADENA CON RADIO RM

Programación **RADIO RM**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
00:00 La Noche Mágica	00:00 Les nits de Mónica Mónica Dego	00:00 Les nits de Mónica Mónica Dego	00:00 Esta noche, ¡Nos la comemos! Robert Espada			
04:00 Lleva't amb nosaltres* Javier Díaz	04:00 Què fas? Miki Cazorta	04:00 Vamos contigo				
07:00 El Despertador Juan Carlos Borrego	08:00 Sabadeando Richard Bertomeu	07:00 El Domingüero José Luís Rouco				
08:00 El Jarroteo Justo Molinero	13:00 Entre tú y yo Paco Carrasco	10:00 El Jarroteo Miguel Ángel Molinero				
13:00 Vaya Lío César Biosca	17:00 Llénate de radio María José Salvador	14:00 Què fas? Miki Cazorta				
16:00 Quédate conmigo María José Cordero	20:00 Què fas? Miki Cazorta					
19:00 Cita a las 7 Richard Bertomeu		17:00 Llénate de Radio María José Salvador				
21:00 Entre tú y yo Paco Carrasco		20:00 Caravana Musical Guillem Alférez				

*durante las vacaciones de Javi estará Miki Cazorta

PROGRAMA EN CADENA CON RADIO TELE-TAXI

ENRIQUE TOMÁS

93 383 84 85



“La Central Jamonera”



* Exposición y venta de jamones y paletillas
* Gran variedad de quesos y embutidos
Particulares y Empresas

Av. Santa Coloma ,24 Tel.: 93 466 05 64

..GRACIAS DE NUEVO POR SU CONFIANZA...



BADALONA

*c/ Listz,30 Tel.: 93 383 91 67

STA. COLOMA DE GRAMENET

*Av. Santa Coloma,24 Tel.: 93 46605 64

BARCELONA

* C.C. " LES GLORIES " Av. Diagonal,208

* C/ Rogent, 92 - 94 Tel.: 93 433 56 69

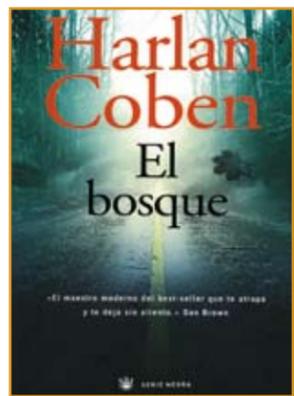
* VIA JULIA C/ Joaquim Valls, 88 Tel.: 93 350 05 68

HOSPITALET LLOB.

* C.C. LA FARGA - PLANTA 1 Tel.: 93 338 35 80

CORNELLÀ

*C.C. EROSKI Tel.: 93 474 54 16



El Bosque, Harlan Coben

Hace veinte años, en un campamento de verano, dos adolescentes aparecieron asesinados y otros dos desaparecieron. Para cuatro familias la vida cambió para siempre. Dos décadas después, está a punto de cambiar otra vez. El luto de Paul Copeland, fiscal del condado de Essex, por la muerte de su hermana apenas comienza a remitir. Cope, como le llaman todos, se ocupa sólo de

su hija de seis años tras la muerte de su esposa. Cuando encuentran a la víctima de un homicidio con pruebas que la relacionan con Cope, los secretos también enterrados de la familia del fiscal se ven amenazados. ¿Es la víctima uno de los campistas que desapareció con su hermana? ¿Podría estar viva su hermana? Cope debe enfrentarse a lo que dejó atrás aquel verano.



La lección de anatomía, Marta Sanz

Marta Sanz deshace alguno de los tópicos sobre la condición femenina; el cuerpo y la imagen, la familia, la maternidad y las relaciones de trabajo entre mujeres. Se reivindica el derecho a mirar desde otro lado, a veces oscuro, a veces humorístico, para seguir adelante. Se habla sobre la urgencia de detenerse y de pensar. De no

complacer siempre. La lectura de estas páginas produce una sensación con la que resulta difícil encontrarse en la literatura de hoy. La autenticidad de un exhibicionismo, de un desnudo, que es valiente y paradójicamente generoso. Marta Sanz fue finalista del Premio Nadal en 2006 con *Susana y los viejos*. Es autora también de las novelas *El frío*, *Lenguas muertas*, *Los mejores tiempos* y *Animales domésticos*.

Música



El Barrio
Gracias a vuestra voz nació mi silencio

La salida de un nuevo disco de El Barrio siempre es un gran acontecimiento. En este caso es un disco en directo más un DVD grabado el 1 de marzo de 2008 en el Palacio de Deportes de la Comunidad de Madrid. Tanto el CD como el DVD tienen un magnífico sonido con el que "los barrieros" podrán disfrutar del su ídolo en directo y comprobar que cuando El Barrio canta, se despiertan los sentidos. Este CD hubiera podido ir acompañado de alguna canción nueva que justifique aún más la razón de ser de este disco que, sin duda, al acercarse las fiestas navideñas, su compañía discográfica no quiere perder la oportunidad de vender más Barrio.



Varios artistas
Lo Nuestro '08

Ya convertido en todo un clásico. Cuando el año toca a su fin es costumbre en los últimos años la aparición en el mercado del disco *Lo Nuestro* con las mejores canciones, a nuestro juicio, que han sonado más en el año que se va. Aquí encontrarás a Estopa, Chambao, Rosario, La Oreja de Van Gogh, El Canto del loco, Javier Estrada, Los Rebutitos, Sergio Dalma, Ecos del Rocío, Nena Daconte, Pitin-go, Marta Quintero, El Arrebato y así hasta 21 temas de 21 artista diferentes con el propósito de que los disfrutes y los colecciones. Esta a la venta en todas las tiendas de discos. Si lo pides por teléfono a Moval Music, te lo traerán a casa: 902 215 255.



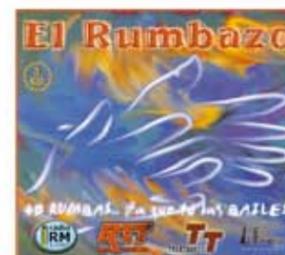
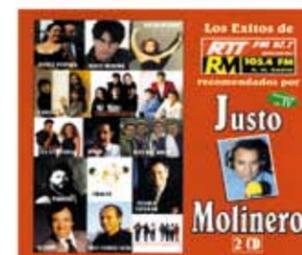
Enrique el Piculabe
Camino y Tiempo

Enrique Bermúdez "El Piculabe" emerge con fuerza de la mano de Juan José Suárez "El Paquete", reconocido músico de la "Barbería del Sur" y productor musical, ganador de dos Grammy Latinos (2005 y 2006). *Camino y Tiempo* es el álbum debut del Piculabe con la colaboración de importantes artistas flamencos. Al toque Don Pepe Habichuela, José Miguel Carmona y Moraito Chico. A los coros y voces nombres de la talla de Montse Cortés, La Negra, Juan Antonio Salazar y Enrique Heredia "El Negri". Todo un recorrido por el flamenco más auténtico y actual. "La voz del Piculabe es profunda y cala en el alma", dice Diego El Cigala.

MOVAL *mp music*



93 246 91 82



Horarios de Atención

De lunes a viernes:
 Mañanas de 9:00 a 14:00 h. Tardes de 16:00 a 20:00 h.
 Sábados y domingos: de 10:00 a 14:00 h.

Tu tienda

de música

Periòdic mensual d'anàlisi
econòmica i empresarial en català,
únic amb OJD

Pasatiempos

SUDOKUS

FÁCIL

1.

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

2.

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

MEDIO

1.

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

2.

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

SOLUCIONES

2.

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

1.

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

2.

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

1.

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



Plural, independent i amb la
informació imprescindible

www.monempresarial.com



som-hi

Som-hi és una actitud. I també el primer pas, davant els reptes, davant el conformisme, davant els somnis, som-hi tots i totes. Perquè si volem anar a més, res ni ningú es pot aturar.

www.gencat.cat