

## L'ajuntament informa

**Cotxe de línia** - Com tots sabeu, les negociacions que vàrem començar l'any 99 amb Ports i Transports de la Generalitat de Catalunya, han donat els seus fruits i s'ha obtingut l'ampliació del servei, al migdia, del cotxe de l'Alsina Graells, sense cap cost addicional pel municipi (al principi ens demanaven més de 3.000 pts. per dia).

**Conveni entre Medi Ambient i l'Ajuntament d'Almatret** - El dia 12 de novembre, es va signar un Conveni amb el Conseller de Medi Ambient de la Generalitat, per la conservació i millora del PEIN Tossals d'Almatret (baix al riu), d'una duració de dos anys. Entre els diversos compromisos que contempla el conveni, destaca el fet de que els possibles usos de la zona siguin compatibles amb els valors naturals de l'espai protegit.

Ja en aquest moment s'està fent un estudi d'ús, a càrrec de tècnics de la Generalitat, que es preveu que estigui acabat el primer trimestre del 2002. A partir dels resultats d'aquest estudi d'usos, es marcaran les prioritats per tal d'iniciar les actuacions.

Amb aquest ordre de coses, aquest mes de desembre, hem mantingut una reunió amb la Direcció General de Medi Ambient per negociar la partida pressupostària corresponent al 2002.

**Pou de la Vila** - Està previst arreglar aquesta zona amb bancs, taules per picnic i papereres, així com posar proteccions circulars a l'entorn dels arbres, amb els diners que hem rebut de les subvencions (I.E.I. i Diputació). Tanmateix, està previst a la primavera, intentar fer net l'interior del pou.

**Rotonda** - Hem sol·licitat a la Diputació de Lleida, el projecte i l'import econòmic de l'obra per arreglar la part exterior de la rotonda i l'accés fins al C/ Maials.

**Servei de gas propà** - Com ja sabeu, l'empresa Primagaz ha passat unes enquestes que permetran valorar les possibilitats i els acords a prendre, per tal d'instal·lar el servei de gas propà al poble. Esperem tenir aviat notícies que facilitin seguir amb les negociacions.

**Carretera Riba Roja - Almatret - Mequinença** - Estem en contacte amb els enginyers que estan fent el projecte, per tal de disposar de la informació i per opinar en funció dels interessos del municipi. En aquest sentit estem treballant en equip els consistoris dels tres pobles, més el de Faió, per arribar a criteris comuns. Els interessos més destacables, són: un traçat idoni i que un cop acabat el projecte (a finals de l'any 2002) surti l'obra a subhasta l'abans possible. Estem en contacte amb totes les Administracions Públiques, tant autonòmiques com centrals, i amb tots els partits polítics de l'àmbit parlamentari per aconseguir aquest objectiu.



## INFORMACIÓ SANITÀRIA: Cuidem els nostres ossos

Avui parlarem del **mal d'esquena**, degut, la major part de les vegades, a una posició incorrecta.

Per tal de prevenir-lo o de disminuir-lo cal que recordem i posem a la pràctica les següents recomanacions:

- Si hem d'estar molta estona drets, per exemple per rentar els plats, per planxar o per atendre darrere d'un mostrador, hem de treballar còmodes evitant flexionar el tronc del cos cap endavant. És bo procurar no estar drets quietos massa estona seguida i canviar de posició. És útil avançar una cama i recolzar el peu sobre un petit tamboret que haurem col·locat davant.
- El calçat és molt important. Si hem de caminar una estona, utilitzar sabates ben subjectes, de taló baix, d'uns 3 cm., i ample.
- Cal repartir el pes de manera equilibrada en els dos costats del cos, per exemple a l'anar a comprar. També els escolars han d'alleugerir el pes de la motxilla i procurar que aquesta estigui ben centrada a l'esquena (no penjada a un costat o a l'altre).
- Per aixecar pesos hem de doblegar els genolls i no l'esquena.
- Al seure, no ens deixem caure pesadament sobre el seient. Tota l'esquena ha d'estar fermament recolzada en el respall de la cadira (no seure a la punta de la cadira) i si no toquen els peus a terra, cal recolzar-los sobre un tamboret petit. Si estem davant d'una taula (per treballar o per menjar), no ens posarem massa lluny.
- Dormir sobre un matalàs ferm. És bo per la esquena dormir de costat amb els genolls doblegats o de panxa enlaire amb un coixí sota els genolls.

## LA MARATÓ DE TV3: LA SIDA.

La Marató de TV3 ha arribat enguany a la seva desena edició, encarant un dels reptes més importants del segle XXI, la sida.

La sida (síndrome d'immunodeficiència adquirida) va ser detectada als anys vuitanta i ha esdevingut un greu problema de salut, tant per la seva transcendència sanitària com per la repercussió social.

Aquesta malaltia està causada per un virus que actua destruint el sistema de defensa de la persona infectada. A la llarga, aquesta pèrdua de defenses facilita l'aparició d'infeccions i també l'aparició d'alguns càncers; és llavors quan es diu que la persona portadora del virus pateix la sida.

Des de l'any 1981 fins ara, a Catalunya s'han diagnosticat uns 14.000 casos de sida i es creu que poden haver-hi unes 25.000 persones infectades que encara no han desenvolupat la malaltia. Afortunadament en els darrers temps s'ha detectat un descens en el nombre de persones que emmalalteixen, gràcies a que es disposa de tractaments que milloren la supervivència. De totes maneres, encara no s'ha descobert cap tractament guaridor ni cap vacuna que impedeixi que les persones s'infectin; per tant la **prevenció** continua sent una eina bàsica per la lluita contra el sida i cal recordar que la transmissió sexual és cada cop més freqüent entre el joves.

La Marató ha contribuït a millorar la informació sobre aquesta malaltia i a recollir diners per la investigació de nous medicaments. També Almatret ha col·laborat amb el seu gra de sorra: els donatius i el bingo, organitzat per l'Associació de dones l'Alba, han permès aportar 70.000 pts. Gràcies per la vostra participació.