



EDITORIAL

Potser ara és el moment idoni per replantejar-nos què passa al món de la política en general i a Espanya en particular.

Després de cacerolades multitudinàries en contra de la globalització, després de manifestacions i cacerolades encara més multitudinàries en contra de la guerra, els votants continuen fent costat precisament a la ideologia política que potencia els atacs, promou la globalització i fa veure que no sent la opinió del poble, o el que és més greu, ho ignoren deliberadament. I si després de tot continua sent la força més votada ens n'hauríem de plantejar la causa, si la ignorància, la hipocresia, la inèrcia, o què? perquè s'escapa de la lògica que els electors només fem valer la nostra opinió i el nostre poder a les manifestacions i que aquest no es reflecteixi a les urnes.

2003: ANY EUROPEU DE LES PERSONES AMB DISCAPACITAT

Aquest any se celebra l'Any Europeu de les persones amb discapacitat amb l'objectiu de sensibilitzar a la població sobre les diferents problemàtiques que encara existeixen en relació amb aquest col·lectiu, i així fer-ne possible la plena integració a la societat.

Per poder parlar d'integració, hauríem de saber de què es tracta; el Diccionari de la Llengua Catalana (1994) defineix integració com "el procés amb que una societat assimila els elements que hi són heterogenis: immigrants, marginats, etc." Tot i això, personalment crec que la integració és més que l'assimilació de grups tradicionalment marginats. La integració requereix comunicació, no es tracta d'absorbir un grup minoritari, sinó de conèixer-ne les diferències, acceptar-les i lluitar per solucionar-ne les problemàtiques.

És cert que existeixen moltes dificultats, és evident que hi ha molts obstacles que salvar, però si només veiem el problema i no hi busquem solució mai desapareixerà. Hem de saber què cal fer per solucionar un problema i com fer-ho, tothom és capaç de veure les dificultats però el que diferencia a les persones (discapacitades o no), és com s'hi enfronta, si resignant-se a les limitacions i recreant-se amb el problema o bé, lluitant contra ell.

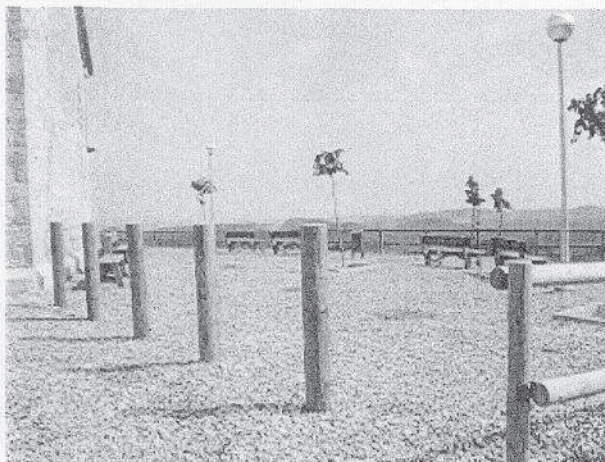
Donat que potser (segurament), això de les definicions i aquestes idees tan abstractes ja s'estan fent pesades, provaré d'explicar-ho amb un exemple, que en realitat és molt més gràfic.

Tothom sap que un nen amb cadira de rodes no pot anar a una escola que no tingui les seves instal·lacions adaptades (rampes, lavabos adaptats...).

Això, però, és una dificultat però no un impediment. La solució és tan senzilla com adaptar el col·legi.

Jo vaig sentir per casualitat l'opinió d'una professora d'un respectat col·legi privat de Lleida que més que parada em va deixar "cabrejada" (amb perdó). La professora en qüestió opinava que en lloc de gastar-se els diners (que evidentment no pagava ella) en adaptar un lavabo podrien portar la nena a un col·legi per a nens amb necessitats educatives especials, és a dir, que la senyora oblidant el que suposadament havia après a la universitat, pretenia que la nena anés a una escola especial sense tenir-ne cap necessitat, pretenia que rebés una educació que no s'adequava a les seves capacitats només per què pogués anar al lavabo a mig matí i així no haver de presenciar ella una despesa "inútil".

continua a la pàgina següent...



Mirador Ermita

En aquest exemplar:

Opinió
L'Ajuntament Informa
Salut, Altres notícies i curiositats...

Aquest fet exemplifica un pensament desgraciadament generalitzat que fa que les discapacitats siguin més grans del que ja són "gràcies" a aquests comportaments que res tenen d'integradors.

El debat sobre la integració social dels discapacitats és extens i es podria tractar des de múltiples vessants, però aquest article només volia expressar una mica que tot i que anem avançant cada cop més, pas a pas, el camí és llarg i existeixen moltes formes de discriminació que molts cops ens passen per alt.

L'any Europeu de les persones amb discapacitat vol com a fi últim sensibilitzar l'opinió pública europea sobre el dret de les persones amb discapacitat i crec que això només s'aconsegueix a partir de l'apropament i l'acceptació del que és diferent a la majoria, un cec o un nen amb *síndrome de Down*, perquè hem de recordar que un discapacitat no és només una persona amb cadira de rodes sinó que hi ha molts tipus de discapacitats, i fins i tot, si filem una mica prim, tothom té algun tipus de discapacitat en el sentit que per exemple, no tothom pot córrer 200 metres llisos i de la mateixa manera que això no impedeix a ningú viure la seva vida i ningú el discrimina per aquest fet, una persona coixa tampoc té perquè patir cap discriminació.

Núria Pujol

L'AJUNTAMENT INFORMA

- **Medi Ambient:** A principis de maig s'ha començat la campanya de distribució del líquid per les mosques, tal com s'ha fet en anys anteriors. Es prega la màxima participació dels veïns, a l'igual que en les campanyes anteriors.

Paral·lelament, està previst ensulfatar amb atomitzador l'entorn del poble i de les piscines, cada quinze dies o més sovint si es creu necessari.

Tots som conscients de les molèsties de les plagues de mosques, així com del seu possible risc per la salut; per això preguem que cadascú de nosaltres prengui el màxim de cura possible en disminuir els focus de contaminació. Sabem que hi ha substàncies químiques que poden aniquilar-les de forma més ràpida, però també us recordem que la seva utilització està prohibida dins els nuclis urbans, degut al seu alt risc per la salut.

Només el treball en equip de tots nosaltres, cadascun a la seva mida, farà més eficaç la lluita contra les mosques.

El DARP ha respost afirmativament a la nostra sol·licitud contra la processonària del pi, dient que prepararan les actuacions pertinents.

S'ha presentat Memòria Tècnica Valorada a la Conselleria de Medi Ambient, dins de l'ordre d'ajuts de les zones PEIN, per la instal·lació d'una illa flotant al riu, que sigui punt d'observació d'aus. L'import de la sol·licitud és de 30.000 euros, aproximadament.

- **Serveis:** La Delegació de Cultura ens comunica que el mes de setembre tenen previst començar el servei del nou bibliobus, que consistirà en un nou autocar, de més capacitat, dotat d'aire condicionat i connexió via satèl·lit per disposar de la informació dels llibres disponibles i per la sol·licitud ràpida dels mateixos; aquesta sol·licitud es podrà fer també des de casa i amb antelació, via internet. Degut a aquests canvis, queda suspès el servei actual.

- **Obres:** S'ha adjudicat a l'empresa Touriño & Marcos l'adequació de la zona de lleure públic (part de darrera del polisportiu). El seu inici està previst un cop acabades les 24 hores de Futbol Sala. Estem obligats a acabar l'obra abans del quinze de setembre, degut a les condicions de les subvencions; per aquest motiu i el curt termini que ens han donat per licitar l'obra, ens obliga a que es faci simultàniament a la campanya de les piscines. S'ha demanat a l'empresa que tingui cura considerant aquestes circumstàncies. Preguem comprensió per les possibles molèsties que es puguin ocasionar.

De les obres per les que vam demanar ajuts (veure nº 14 de La Garbinada) us podem dir que ja ens ha sigut concedit el corresponent al tancament i resta de la coberta de la zona del bar de les piscines, amb un pressupost de 29,566,67 una subvenció de 26.500,00 €.

En data 27 de maig, hem acordat aprovar inicialment el projecte presentat per NEG Micon per a la instal·lació d'un parc eòlic, subestació transformadora i línia d'evacuació d'energia en aquest terme, així com notificar aquest acord a la comissió territorial d'urbanisme, a qui correspon l'aprovació definitiva.

- **Varis:** Adjuntem còpia del pressupost previst per l'any 2003.

Les subvencions de l'Ajuntament a les entitats sense ànim de lucre, per l'any 2003, són:

Associació de Pesca (arranjament de camí): 900€. Associació de Dones: 751,27€ . Associació de Gent Gran: 600€. AMPA: 600€.

El dia 14 de juliol es va constituir el nou Ajuntament amb els següents tràmits:

1 - Constitució de la Mesa d'Edat, integrada pel Sr. Jesús L Quiroga i Josep J Pallisé. 2 - Comprovació de Credencials. 3 - Declaració de constitució de la Corporació i Presa de possessió dels regidors:

Sr. Ramon Pallàs. Sr. Josep Pallisé. Sr. Evarist Giralt. M^a Teresa Tamarit. Sr. Miquel Pons Vilà. Sr. José M Ballesté i Sr. Jesús Quiroga.

4 - Elecció de l'alcalde: Vots emesos 7. Vots vàlids 7. Elecció per 7 vots a favor: Sr Ramon Pallàs.

5 - Acceptació del càrrec.

Pròximament s'informarà dels responsables a cada àrea de treball, tràmit que correspon al proper Ple Extraordinari.

FEM SALUT

La Fibra Alimentària.

La fibra alimentària està present en diversos aliments d'origen vegetal que consumim habitualment. D'entre els més importants destaquem els cereals integrals, la fruita, les verdures, les hortalisses i les llegums.

La fibra no proporciona energia. Esta formada per polisacàrids o sucres compostos que són utilitzats pel nostre organisme per augmentar la mobilitat intestinal (moviment del budell) i la grandària del bolus fecal, fets que ajuden a evitar o a corregir l'estrenyiment i a prevenir algunes malalties, entre elles el càncer de colon.

La fibra produeix sensació de sacietat i per això és bo menjar-ne quan es vol controlar el pes.

La fibra regula l'absorció del sucres en el budell, fet pel que s'aconsella especialment a les persones diabètiques, i contribueix a evitar l'excés de colesterol.

La quantitat diària recomanada de fibra és la següent:

Adults: entre 20 i 35 g. (segons els casos).

Infants de més de tres anys d'edat: com a mínim una quantitat en grams que s'obté sumant 5 a l'edat que té l'infant; així per exemple un nen de 8 anys hauria d'ingerir, amb els aliments, 13 g. de fibra al dia.

Per facilitar la tria d'aliments que us procurin la quantitat necessària de fibra diària, tot seguit us diem la composició d'alguns dels més rics:

<u>Aliment</u>	<u>Fibra per 100 g. de part comestible crua</u>
Pa blanc (cuit)	4 g
Pa integral (cuit)	9 g.
Carxofa	1,5 g.
Tomàquet	1,5 g.
Enciam	1,5 g.
Patata (cuita)	2 g.
Mongeta tendra	3 g.
Llenties	4 g.
Pèsols	5 g.
Espinac	6 g.
Cigrons	6 g.
Albercocs, mandarina, taronja, cirera, maduixa, etc.	2 g.
Figues, plàtan	3 g.
Ametlles (sense closca)	14 g.



Desfilada Moda Infantil—Maig 2003

EXPOSICIÓ DE FOTOGRAFIA

El dia 19 d'abril es va inaugurar una exposició de fotos de Montse..... que, menció apart de la vessant artística, a molts de nosaltres ens va semblar entranyable per la seva contribució a la reflexió sobre el nostre patrimoni cultural i de formes de vida. En aquest sentit, recollim ací unes ratlles de l'autora:

"Quan vaig advertir que la porta del molí estava oberta i vaig empènyer per entrar-hi, vaig pensar que la vida allí dins s'havia detingut feia molt temps.

Una pel·lícula de pols i oblit cobria la maquinària, tot el contingut en el recinte, i vaig tenir una sensació estranya al contemplar el pas dels anys en uns segons.

Quasi era possible percebre l'aflicció amb que tot fou abandonat: els engranatges, les premses, el fluir de l'aigua ..., tot va quedar detingut un dia i jo estava allí contemplant una metàfora trista del progrés"

Montse Martín

¡Ja fa 10 anys!

Era i és costum de sempre entre els veïns del nostre honrat poble d'Almatret, congregar-se durant les festes de guardar i dies senyalats per assistir a espectacles públics d'entreteniment i diversió en el que l'ànim creix i serveixen per descans i oblit dels moltíssims quefers de cada persona, que segons el seu estat i condició ocupa, amb freqüència afeixuga.

Però..... ens faltaven les " piscines ". Era tant l'entusiasme que despertava a la gent del nostre poble, i que amb raó es demanava desde fa molts anys a l'Ajuntament d'Almatret d'aquell temps, ja que disposava d'una nova i suficient canonada d'aigua, i l'ajut econòmic de l'administració (a la que sempre li agraïrem, així com també a la voluntat de tots els veïns que hi van contribuir), va decidir d'una vegada construir-les. Els temps es canvien i es renoven, com també els costums, introduint novetats, sense perjudici de que sobrevisquin els antics usos i públics espectacles.

Tothom sap que el turisme ha estat, és i serà una de les fonts més important que contribueix al sosteniment i progrés de l'economia i benestar d'un poble. És portador de valors humans, transmissor de cultura i afavoreix la pau i bones relacions entre pobles i nacions.

Per tot això, aprofitem la nostra " piscina ", no solament per gaudir de les seves cristal·lines aigües, dels seus meravellosos jardins i instal·lacions, si no, com a llançadora i divulgadora del prestigi d'Almatret i dels bons i sans costums dels seus vilatans.

Benvolgudes " Piscines "

Que per molts anys ens em puguem gaudir.

Robert Vila

Tot va començar ara fa deu estius, quan la passió pel futbol d'uns quants del poble els va fer moure.

Es va decidir fer un campionat de futbol sala, per fer alguna cosa diferent i per passar unes hores agradables fent una de les coses que més els agrada, jugar i veure jugar a futbol. Així es com van néixer les 24 hores de futbol sala d'Almatret.

La primera edició, tot i ser la primera i no tenir experiència organitzativa, va ser un èxit, i jugant amb això, la bona acceptació que va tenir per part de la gent va portar a que quedessin ganes de repetir.

Poc a poc es va anar aprenent organització, i cada vegada es va anar prenent més seriosament, intentant donar a aquest esdeveniment esportiu una vocació de continuïtat.

I així, allò que va començar com una reunió per jugar a futbol sala s'ha convertit en una festa, referent de l'estiu i que porta "vidilla" al poble.

Un any més doncs, i ja en van 10, es tornaran a celebrar les 24 hores de futbol sala, els dies 5 i 6 de juliol. Us hi esperem a tots!!

Mònica Rius

LES MINES I ELS MINERS D'ALMATRET.

Entre els anys 1910 i 1920 es van obrir moltes boques de mines per extreure carbó (lignit) de sota terra. Es treballava de dilluns a dissabte, a cops de pica, a tant la vagoneta de 1000 Kg., empenyent les vagonetes fins a fora al carrer i estirant-les amb una mula (més tard amb tractors).

Es portava el carbó a Faió, Flix i fins a Xerta, en barques (llaüts), en carros fins al riu i més tard en camions. El tren repartia el carbó per les indústries, per les calderes, els forns, per escalfar estufes, etc.

La conca minera més important estava formada per les mines de Mequinenza, La Granja i Almatret.

Hi havia moltes més mines que eren més pobres, però s'aprofitava tot, encara que fos de baixa qualitat perquè no es tenia res més.

L'època en que es va extreure més carbó d'aquesta conca va ser entre els anys 1914 - 1918, per la guerra europea i també quan la guerra civil espanyola; avui encara s'extreu el carbó d'aquesta conca amb maquinària moderna i el porten a les tèrmiques.

Pel que fa als miners, fins els anys 50 - 60, treballaven amb el sistema antic, picant el carbó, amb poc aliment de dilluns a dissabte, repartint per tota la setmana el poc pa que hi havia i quasi sense rentar-se la cara.

Més tard es va millorar, es donava racionament als miners i familiars, es va mecanitzar i es transportava al personal en camions cada dia fins al poble, etc.

Ara, els pocs miners que queden guanyen bons sous i els supervivents d'aquella època viuen gaudint de bones pensions.

Josep Arbonés.

Curiositats

L'enigma d'estiu

Dos amics, el Carles i el Joan, van anar al casal del seu barri per jugar unes partides d'escacs.

Es va posar a jugar, i de cinc partides en van guanyar tres cada un i no van fer taules en cap de la resta.

Com s'ho van fer?.

Solució a l'enigma de primavera:

El dia de la setmana era el dijous.

Equip	GARBINADA
Coordinació:	●.....
	Glòria Arbonés, Núria Pujol i Jordi Santaulària.
Redacció:	●.....
	Glòria Arbonés, Miquel Ballesté, Miquel Camarassa, Pilar Lax, Alícia Pons, Núria Pujol, Verònica Pujol, Mònica Rius, Jordi Santaulària. Marta Mur.
Editorial:	●.....
	Núria Pujol, Mònica Rius, Alícia Pons
Muntatge:	●.....
	Miquel Ballesté
Fotos:	●.....
	Esperança Alsina i M. Martín
	Amb la col·laboració de l'Excl. Ajuntament d'Almatret:
	Telèfon : 973 13 80 13 Fax : 973 13 80 67
	E-mail : ajuntament@almatret.ddi.net

