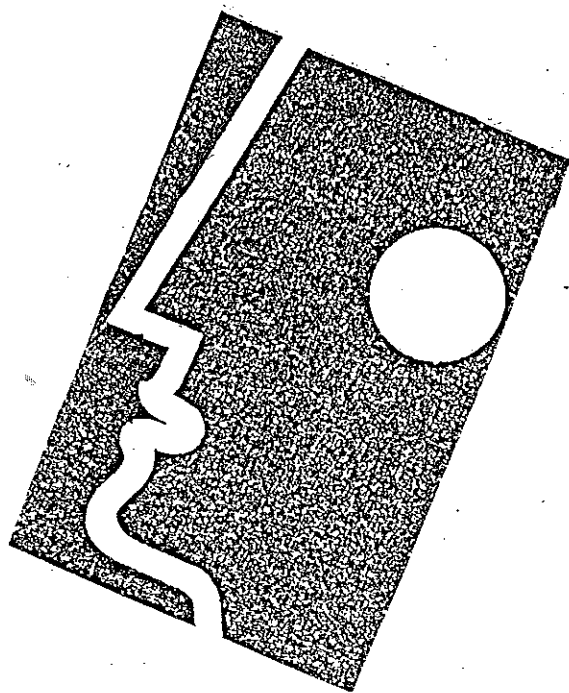


JULIO 1989 N° 4

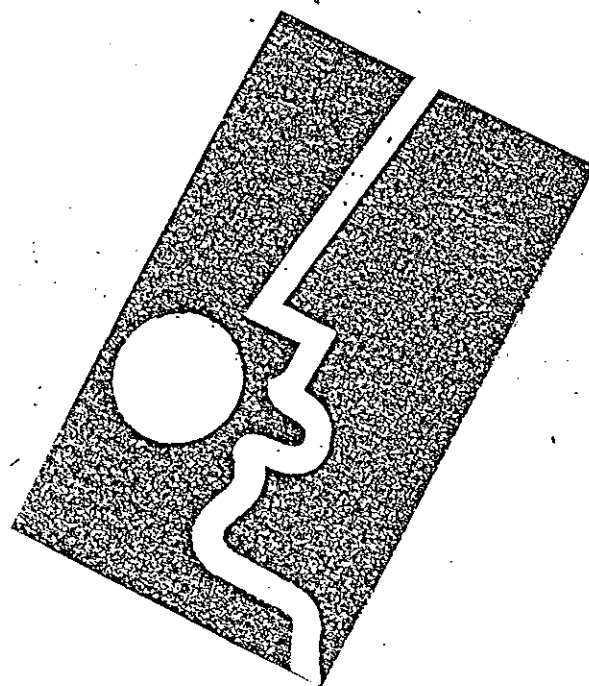
Precio :100 pesetas.

FALEMOS

FALEMOS



FALEMOS



FALEMOS

CASTRO DE RÍBERAS DE LEA - LUGO

- Editorial
- Entrevista
- Ecos de Sociedad
- Colaboraciones
- Poesía
- Humor
- Deportes
- Pasatiempos

Colaboraron en este número:

Antonio Otero Loureiro
Francisco Caeiro Chan
Jesús Seijas Díaz
Antonio Moreda Rodríguez
Eduardo Fernández Lorenzo
Manuel Díaz Válcárcel
Enrique Arias García
Juan Hermida Ratón
Manuel González Díaz
José María Folgueira Fernández
Luisa Inés López López
José Luis Méndez Paz

ÉDITORIAL

Falar, pensar e escribir son tres hábitos fundamentaes no ser human. Estes tres hábitos, propios dumha nación, vense alterados na nosa patria por circunstancias alleas à nosa vontade. Anque a maioría falamos galego hai umha minoría que non asume os hábitos propios da nación à que pergece e paradoxicamente ista minoría e a que pretende dirixirnos. Se temos conciencia deste problema temos que vuscarlle solución, pois non é problema somentes de catro tolos, é o problema do noso povo.

ENTREVISTA A BELOY

1).-¿Piensa seguir con el deporte en el hospital?

Por supuesto que pensamos seguir con el deporte y aunque tuvimos un lapso esta semana o estas dos últimas semanas lo recuperaremos inmediatamente tan pronto se ponga a funcionar la cafetería, y continuaremos con él los viernes sobre todo.

2).-¿Se va convertir este hospital en residencia?

En cuanto a la denominación ya está convertido este hospital en residencia, terminan de reconvertir o denominar mejor dicho, en residencia o en centro residencial rehabilitador, entonces se puede decir que si de todas maneras pienso que por tradición y por evolución de este centro que sí, que va seguir con unas características de hospital.

3).-¿En ese caso disminuirá el personal?

No, la intención no es de disminuirlo, sino de aumentarlo. Lo que pasa es que, por ejemplo las últimas circunstancias para la creación de la unidad de agudos en S. José, tuvimos que ceder personal al hospital de S. José, pero hay un compromiso por parte de la diputación en cuanto nos van a cubrir las bajas, y la intención es, de incluso, crear más plazas.

4).-¿Sabe cuando van a abrir la cafetería?

La semana que viene la cafetería se abre, se inaugura, si no surgen problemas, bien el lunes diecisiete, bien a partir de ese día.

5).- ¿Qué tipo de juegos se podrán realizar en la cafetería?

En la cafetería habrá una mesa de fútbol y un billar y no habrá ningún problema, por si se cree conveniente, de poner fichas de dominó, ajedrez, habrá toda clase de juegos de mesa que se pretendan y que demande sobre todo el residente y fútbol y billar ya por supuesto, y cartas todas las que



se quieran.

¿Qué tipo de consumiciones se podrán hacer en la cafetería?

Hay cinco clase de consumiciones que no va haber ningún problema, hay más, pero cinco que están en una máquina, esas todas algunas son fanta y cocea-cola, se prevé que no haya cerveza de momento y toda clase de zumos, es decir, bebidas sin excitantes. Esa es la clase de bebida de momento.

6).-¿Quién atenderá la cafetería?

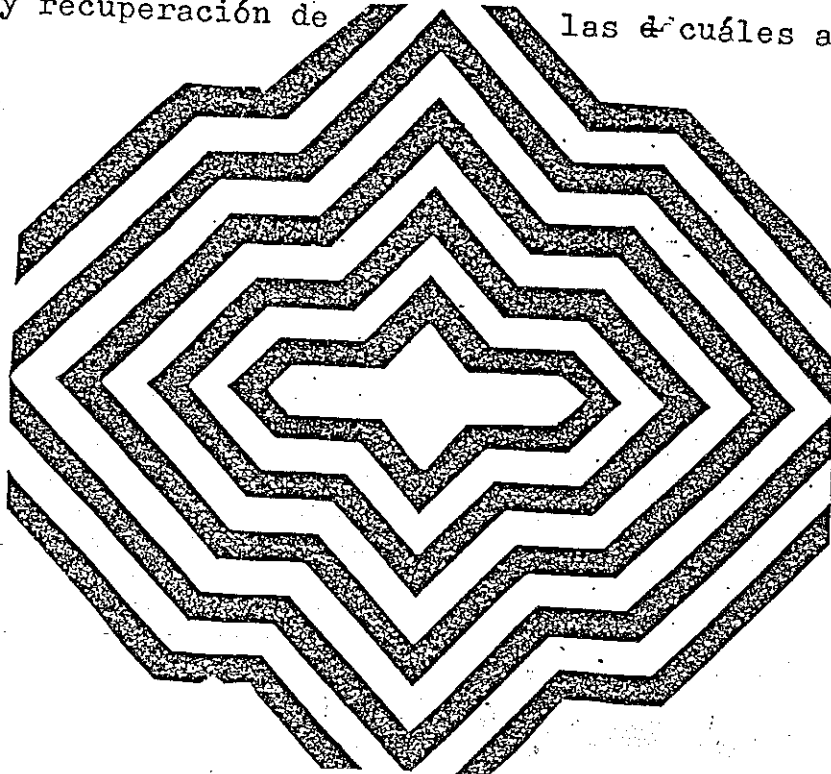
La cafetería se está en que la atiendan los residentes del centro, pues, dos en principio que son voluntarios, e si hay alguno más que quiera tendrá participación...en las labores de cafetería.

7).-¿Cuándo se abrirá el gimnasio?

El gimnasio aunque ya estaba previsto que estuviera en funcionamiento, en parte por falta de tiempo disponible y por personal que lo atiende tendrá que esperar por lo menos hasta el Otoño, septiembre octubre, y que continúe, entonces de nada nos vendría abrirlo ahora y tener que paralizarlo en el mes de agosto o a mediados de septiembre, entonces pienso que en septiembre, y todo más tardar octubre se abre el gimnasio y empieza a funcionar regularmente. Lo interesante es que las cosas empiecen y continúen, no empezarlas, y por unas cosas u otras tener que dejarlas.

¿Qué clase de gimnasia se va a realizar?

La gimnasia esde ...bueno... se podría decir de mantenimiento y recuperación de las & cuáles algunas cosas.



y de movilidad en otras, serán ejercicios de mantenimiento, nada más, y suaves sobre todo para habilitar al presidente de este centro para que pueda tener mejor movilización y ejercitar los músculos sobre todo.

8).-¿Es suficiente el número de empleados o harían falta más?

Como ya contesté en una pregunta anterior, la intención es de aumentar la plantilla de personal y por supuesto qué cuantos más hubiera mejor. De todas maneras, también hay que decir que al no haber ingresos en el centro, si se aprovechan bien los empleados que hay, si se pueden hacer muchas de las cosas que no se están haciendo hoy en día. Entonces primero creemos que cuanta más gente haya trabajadora en este centro mejor, pero si now tenemos que arreglar con las que tenemos, que si se les puede sacar mucho más participación de la que se está haciendo.

9).-¿Es suficiente el número de A.T.S.?

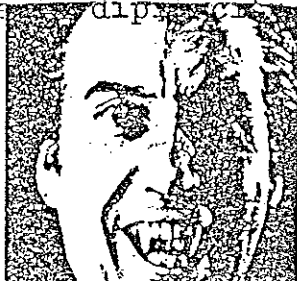
En número de A.T.S. estamos igual o similar a la mayoría de los centros psiquiátricos que hay, por lo menos, en la región gallega y casi me atrevería en el resto de España, en cuanto a enfermos A.T.S. estamos suficientes.

10).-¿Es suficiente el material de que dispone actualmente la enfermería o haría falta más?

Eh...Eh...En cuanto a material que dispone la enfermería igual que le respondí anteriormente estamos a un nivel que no tenemos nada que envidiar a otros centros y no nos congratulamos haciendo comparaciones con otros centros, si no, que estamos a buen nivel en cuanto a material. SE esta empleando material desechable que no en todos los centros lo tienen, que es lo primordial, para la atención de enfermería, y al haber el número suficiente de A.T.S., creemos que, si es buen material el que estamos utilizando.

11).-¿Sabe si van a venir más psiquiatras a este hospital?

Es difícil que vengan más psiquiatras a este hospital porque había dos plazas más convocadas a las cuales ningún psiquiatra optó. Entonces se duplicó y amortizó esas dos plazas, y



tendría, primero: Qué haber algún psiquiatra que demandara un puesto de trabajo en la diputación, y segundo que la diputación lo contratara laboralmente o que recuperara alguna de las plazas que absorbió. No es del todo fácil que eso suceda.

12).-¿Tienen que ser las monjas diplomadas en enfermería para actuar de enfermeras?

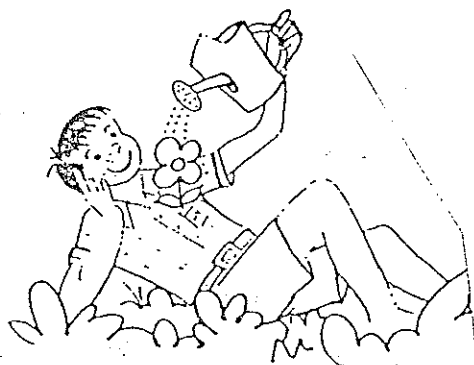
No es imprescindible de que sean diplomadas en enfermería, pero, si tienen que ser A.T.S., o bien, como decís diplomadas en enfermería. La diferencia estriba en que A.T.S., no hicieron la diplomatura que empezó en el 1.978 pero, es indistinto que sean A.T. S. o diplomadas en enfermería.

¿Que estudios hay que hacer para ser enfermera o enfermero?

Primero hay que tener bachiller superior y después hacer, o bien, la selectividad o unas pruebas de acceso a las Escuelas Universitarias de Enfermería específicas para estos centros. De superado las pruebas específicas o bien la selectividad se pasa a cursar primero de enfermería, segundo de enfermería, y tercero de enfermería dependiente de una escuela universitaria de enfermería, es decir, de grado medio la carrera y, como dije anteriormente la diferencia con A.T.S. es que los A.T.S. no necesitaban tener bachiller superior, sino, que con cuarto de bachiller podían optar a ayudantes técnicos sanitarios con tres años también, con asignaturas muy similares a las que se hacen en la diplomatura de enfermería, pero sin tener los dos cursos de bachiller superior ni acceso o selectividad para cursar estudios universitarios. Los tres cursos desarrollan estudios tanto a nivel humanístico como técnico sobre todo de cuidados psíquico y biofísico de cualquier persona.

13)¿Qué estudios hay que tener para ser enfermero o enfermera?

Tener bachiller superior y selectividad o pruebas específicas para el ingreso en las Escuelas Universitarias de Enfermería.



Después de estos requisitos se hacen tres años de carrera. Esta se divide: En un 40% de horas lectivas teóricas y en un 60% de horas prácticas. Un total de 4800 horas aproximadamente.

La Teoría consiste en el estudio del hombre en sus dimensiones Bio-Psico-Social, Asignaturas como Anatomía, Psicología, Bioquímica Salud Pública, etc, etc, .

Las prácticas se hacen en hospitales generales en contacto con los enfermos allí ingresados.

Se aprenden todas las técnicas de enfermería indispensables para la profesión: poner inyectables, hacer curas, instrumental de quirófano, administrar medicación, etc, etc, .

14).-¿Porqué no se hacen en el hospital el análisis de sangre y orina?

No se hacen porque no tenemos laboratorio para realizarlo, . Tampoco sería conveniente montar un laboratorio, sólo para los residentes de este centro, porque aparte de los que cuestan las máquinas, también se necesitaría más personal para atenderlas . Se están haciendo un promedio de 15 ó 20 extracciones por mes y otros tantos análisis de orina, no es un volumen tan importante o elevado como para que se justifique la existencia de un laboratorio.

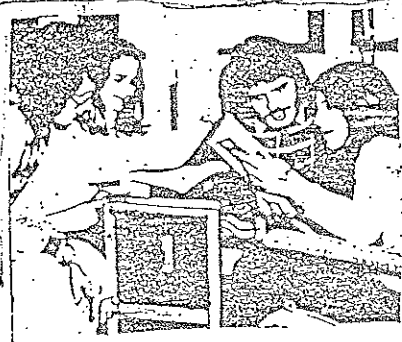
¿En que falta debe incurrir un cuidador o cuidadora para ser expulsado del centro?

Tendría que cometer una falta muy grave, puesto que si esta es grave o leve, no se les puede expulsar, sino, que se les incoa expediente y se les inhabilita para su función temporal o se les reduce la paga del mes; no se les expulsa.

Nunca fué expulsado de este centro: cuidador , cuidadora o otro funcionario.

¿Porqué metieron mujeres como cuidadoras en la sección de hombres?.

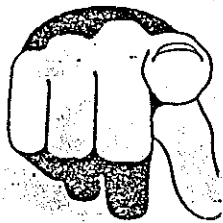
Primero.-Por necesidades del servicio: Se fueron jubilando cuidadores y entraron mujeres en su puesto.



Segundo.-Creo interesante romper con normas heredadas "Hombres para hombres", "Mujeres con mujeres". Hoy en día los mismos cuidados dan las cuidadoras que los cuidadores.

¿Qué diferencia hay entre cuidador y enfermero?

.- Diferencia en cuanto a titulaciones y estudios. El enfermero tuvo que hacer el bachiller superior y tres años de carrera, como ya dije anteriormente. El cuidador no realizó estos estudios. El enfermero se preparó para realizar unas técnicas de enfermería como: Poner inyectables, realizar curas, poner sondas, abordar situaciones especiales en el cuidado de enfermos., programar actividades y recoger información. El cuidador no estudió, ni practicó esto, pero está muy preparado para poder atender al residente de este centro porque tiene muchos años de experiencia y pasó por muchas situaciones que le enseñaron en la práctica a superarlas. También hay cuidadores y cuidadoras que siguen preparándose y aprendiendo técnicas nuevas.



UN DIA DE PLAYA.

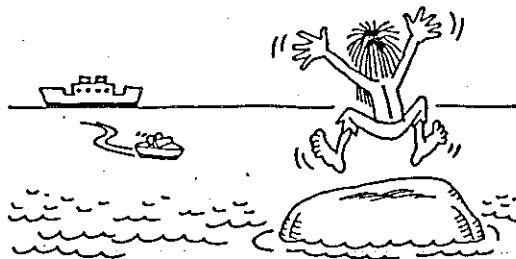
El pasado viernes día catorce de julio salimos por la mañana de este centro un grupo bastante numeroso se gente, vinieron dos autocares a recogernos. Partimos inmediatamente hacia la costa y a eso de hora y media de viaje, llegamos a Mondoñedo y avistamos el mar, pasamos de largo por dicho pueblo, algo que era chocante, era la forma de los tejados de las casas, que se asemejaban a las alas de las mariposas invertidas, también vimos un mural en una pared, era el restaurante "MOBI DYK" pero no nos paramos y pasamos de largo, fuimos hasta San Cosme de Barreiros, en cuya playa nos paramos a descansar y de paso a tomar contacto con el agua marina, pudimos observar desde no muy lejos, un pequeñito barco pesquero que iba arrastrando las redes y capturando peces.

Al cabo de una hora y pico entramos en el restaurante, que por cierto se llamaba "OLINAS DO MAR", este restaurante es grande como es de esperar por estar enmarcado en una zona sumamente turística. Ocupamos entre todos dos filas de mesas, eramos unos ciento treinta comensales, para servirnos hicieron falta cinco personas:

Lo primero que comimos fué ensaladilla rusa y paella, la ensaladilla estaba muy apetitosa, seguidamente nos sirvieron merluza guisada acompañada de cachelos y además carne de vacuno con patatas, tomamos mucha gaseosa de naranja y limón, también nos dieron helado de vainilla y chocolate y café puro, que por cierto Pepiño, no se lo quería perder, ya que mucho antes de que nos lo sirviesen se levantaba repetidamente en la mesa y apremiaba a uno de los camareros de que le sirviesen café, luego al final Sor María José pasó repartiendo cigarrillos CELTAS largos a todos los hombres:

Los cuidadores, cuidadoras y monjas que venían con nosotros eran: Elías, Gil, Sor Julia, Sor Nieves, Sor María José, Sor Leonila "Nuestra querida Superiora", Pepita, Ernestina, Jimena, y espero no dejar a nadie olvidado, después de la

copiosa comida, salimos a tomar el fresco y nos pusimos a jugar con una pelota de plástico, hasta que de repente, los cuidadores dijeron: Vamos a jugar un partido de



futbol, nos fuimos al lugar donde la arena estaba fresca y dura y allí tuvo lugar el apasionante encuentro. Tres horas después aproximadamente nos fuimos recogiendo y en campo junto a los autocares y enfrente del restaurante tomamos una merienda a base de boñadillos de queso y mortadela respectivamente acompañados de refrescos, luego Sor María José tan animada como siempre, acompañada de su guitarra amenizó la tarde que terminó bailando, al igual que las otras hermanas, incluso Doña Ana con su clásica simpatía se marcó un bailecito, también cantó uno de los conductores de autocar que venía con nosotros, que por cierto tenía muy buena voz, Sor María José nos dió pastillas contra el mareo, subimos a los autocares y emprendimos el viaje de regreso, en el que Sor Julia en un autocar y en el otro Sor Maria José no dejaron de cantar y recantar.

MANOLO Y SEIJAS.



Inauguración de la Cafetería

=====

El día dieciseis de julio de 1989, tuvo lugar la inauguración de la cafetería. Una inauguración un poco descafeinada, ya que faltaba la maquina del café, por lo demás el acto estuvo bien. Los asistentes, fueron agasajados con cacahuetes y coca cola. No se pudo sacar ninguna foto, ya que los periodistas no disponiamos aun de camara fotografica, y por tanto en el periodico no podemos reproducir ninguna.

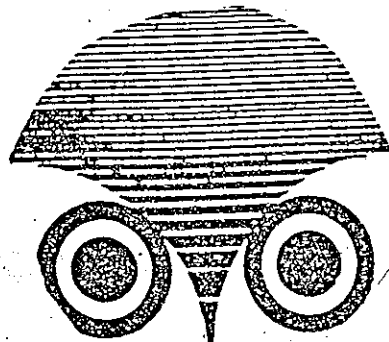
Firma: Seijas



CARTA DE UNA RESIDENTE ARGENTINA.

La que escribe estas letras de estado civil soltera,
Argentina 3 de Mayo de 1.931 Luisa Inés López y López .
En mi país me han mandado a la escuela donde cursé mis
estudios primarios. En la escuela de Santa Ca Teresita
aprendí a coser y a bordar, un primo nacido en España nos ha
mandado a visitar este país, el 7 de abril de 1977, donde
descansan mis abuelos y sus hijos en España. Me han mandado a
llamar a D. Remigio López Vázquez que vive en Puebla de S.
Julián-Páramo-(Friol). Me han encerrado en el hospital de
Castro Riberas de Lea y no me han vuelto a sacar. Pues en este
lugar estoy muy mal si quieren mandarme llamar de Buenos
Aires se lo agradeceré.

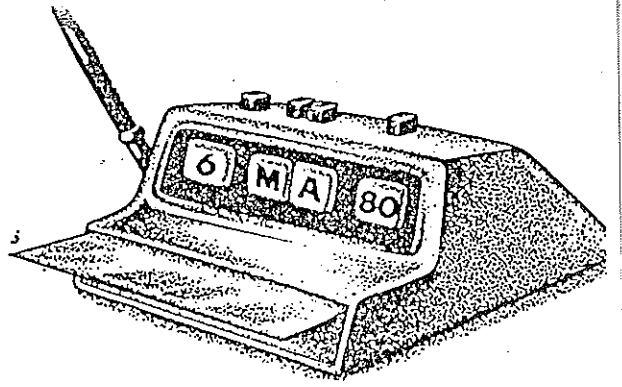
(LUISA--)



ROSALIA DE CASTRO.

Nació en Padrón el 24 de febrero del 1.837 y murió el 15 de julio de 1885.

Es una de las mejores poetisas gallegas. Contemporánea de Bécquer



Enfermiza y con amplia visión interna del futuro. Sus obras "CANTARES GALLEGOS" y "HOJAS NUEVAS" escritas en lengua vernácula sentida como necesaria para despertar el alma: esto es lengua poco conocida. En castellano publica "EN LAS ORILLAS DEL SAR".

El paso del tiempo, la muerte que destruye y vence y la fe en Dios tan presente en su alma enferma son constantes en la vida y obra de Rosalía. Parece una profetisa de la muerte. Siempre temblando por algo presentido. El paisaje le sirve para transmitir su miedo, de un mundo que vive de espaldas al amor. Es también autora de narraciones entre ellas: "EL CACIDEÑO", "RUINAS", "EL PRIMER LOCO", "LA HIJA DEL MAR", etc, etc, etc. Y novelas "LA HIJA DEL MAR", "EL CABALLERO DE LAS BOTAS AZULES". Entre sus poemas destaca el siguiente:

Adiós rios ,adios fontes
adiós regatos pequennos
adiós vista dos meus ollos
nos sei quando nos veremos
Miña terra ,miña terra
terra donde me eu criei
hortiña que que ro tanto
gigueiriñas que prantei
Prados ꝛ rios arboredas
pinares que move o vento
paxariños piadores ,ee
casiña do meu contento
muiño dos castañares
noites craras de luar
campañiñas trimbadoras
de igresiña do lugar
amoriños das silveiras
que eu lle daba o meu amor
daminiños entre o millo
¡adiós para siempre adiós!
¡adiós gloria adiós contento!



!Deixo a casa onde nacín!
deixo a aldea que conoco
por un mundo que no vin
Deixo amigos por extrños
deixo a veiga polo mar
deixo en fin, cuanto ben quero
!Quen pudiera no o deixar!

Anónimo.



Declaro de: Aduana los rarasos son

entonces y rarasos, no de mucha altura,
puedo ser de buena estatura, en el campo de Doñana
hay rarasos rarasos, pero son de esos, de los que
hacen lo que les da la gracia, la cuenta de los rarasos.
Rarasos y rarasos, los rarasos igual los rarasos.
Rarasos y rarasos, yo se las rarasos
en las rarasos rarasos. No es rarasos todo el
que se de la gracia, si no el que las gracia, las gracia,
el que para rarasos tiene gracia.
pero en rarasos y gracia rarasos hay que por cierto
estari mejor que el rarasos del Boquey. *(Signature)*

Joana de: Folguera

Es en el monte desde donde
se ha escorder el arizonte, el
caliente y fuerte, por el monte
tambien se dibierte.

Ha sido y sigue siendo el
monte, fuente de riqueza
para mucha gente.

Es el ingeniero el que de
esto nada entiende; aun que
yo le diga tra este que de
flores el monte no lo siembre,
y no por que no se pueda,
mas si por que podria
disminuir la riqueza de
su herencia.

Hay monte bueno y mon-
te malo en cualquier condado,
aun que lo peor de esto lo
llaba el criado, y mas si el
amo es un mallado.

Joana de Folguera

Poema de: Polguerra

En la Sierra no es que
se viva de cualquier manera.
Pero es lugar de pelea elegido
por la guerra, más vale que no
buella la guerra y vivamos en
paz en todo el mundo por las
orillas de las Sierras. Que estas
son buenas para disfrutar
de las pasadas cenizas.

Quieras o no quieras si hay
guerra tienes que luchar, y si
hay paz, tienes que trabajar,
todo es pues funcionar.

Para tener algo que valiese
al hogar, es preferible luchar
que ganar, y es preferible tra-
bajar al robar lo mal estar.

Si feliz, y en paz o en
guerra trata siempre de engran-
dear tu herencia.

Polguerra

CARTA DE UNA RESIDENTE ARGENTINA.

Viajé a España el 7 de abril de 1.977.

Vine con el gusto de conocer Lugo. He

escrito a mi tierra, al presidente de la nación argentina "General Alfonsín" del cuál han quedado muy contentos de su visita en julio. Visitó al Sr. Laxe y volvió a EE.UU donde le invistieron con el título de "DOCTOR HONORIS CAUSA".

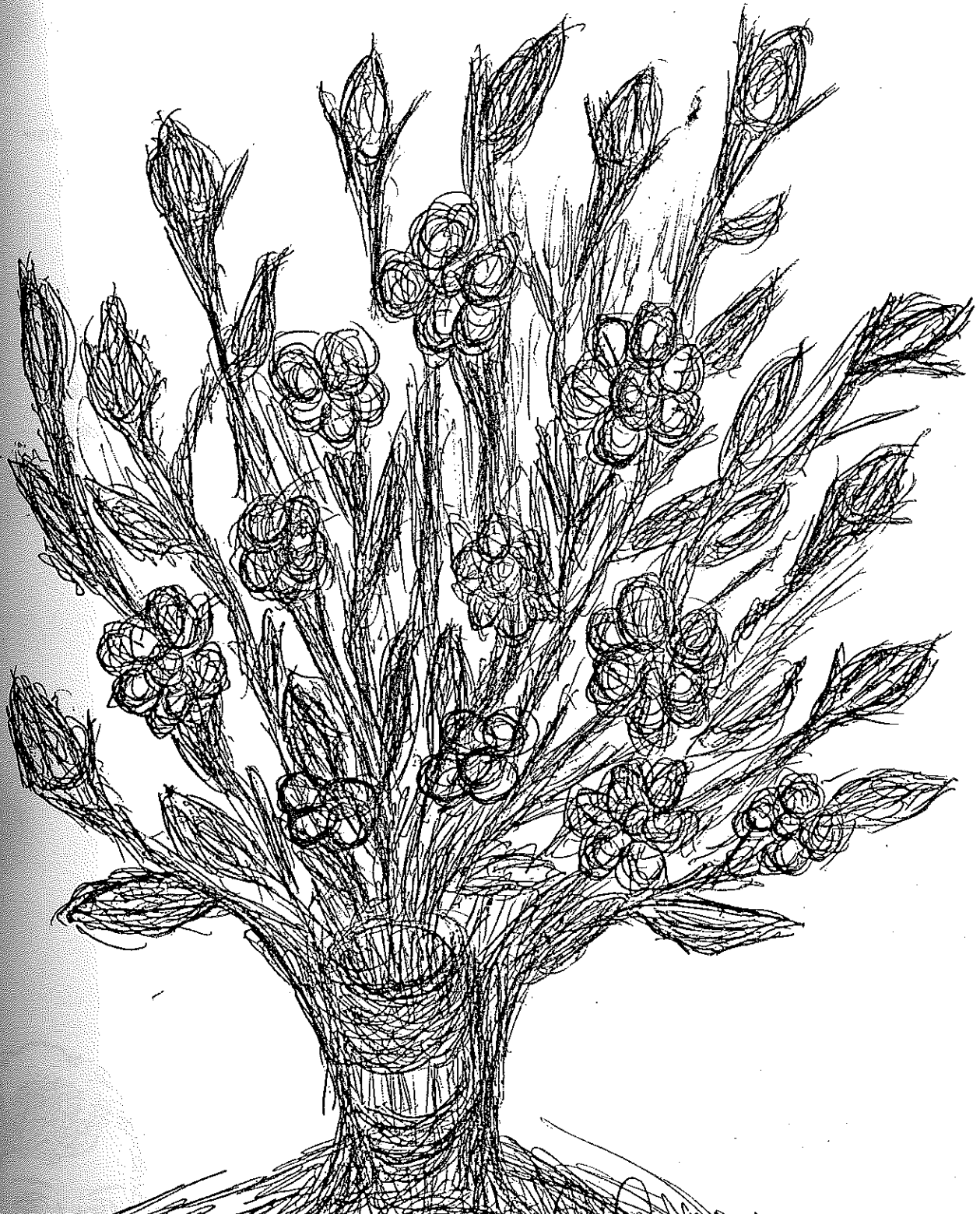
El 9 de julio fué fiesta patria, hubo elecciones y fueron ganadas por Carlitos Menén que según dicen ,peronista. Ayudará al pobre y al necesitado, que mueren en el país gente de hambre y defrío. Saludo a V. muy atentamente.

Esperando contestación.

LUISA.



= *Fs Karst* =



AMOR ENTRE DOS.

El amor es sin lugar a dudas lo más bello y lo más sincero que posee el ser humano, es el sentimiento que más une y cuyas cadenas al unir dan la libertad, no hay ninguna persona que no haya sentido la íntima y desbordante sensación de querer compartir la razón por la que es feliz, esto es, por lo tanto lo que más nos acerca a Dios.

Decía un rabino explicándole a su discípulo "El Cantar de los Cantares" del rey Salomón, que toda alma enamorada de Dios..... es atraída por él y tras comunicarse con ella desaparece, como huye el ciervo a la profundidad del bosque.....El alma entonces vuelve a buscarle sin cesar, y, cuando cree alcanzarle, él la atrae más lejos aún.

Este es el sentimiento que debe habitar en el corazón de todo enamorado ya que sin él el amor es vano.

Estas son las intenciones y el sentimiento de Rosalía de Castro al decir aquellas frases, (Hainos que van pola vida levando na frente unha estrela e no bico un cantar).

MANOLO.



EL COSMOS.

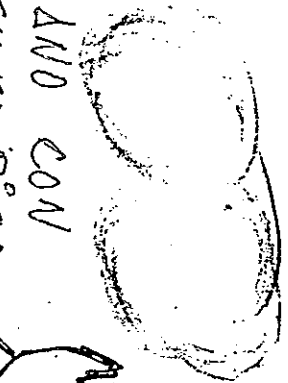
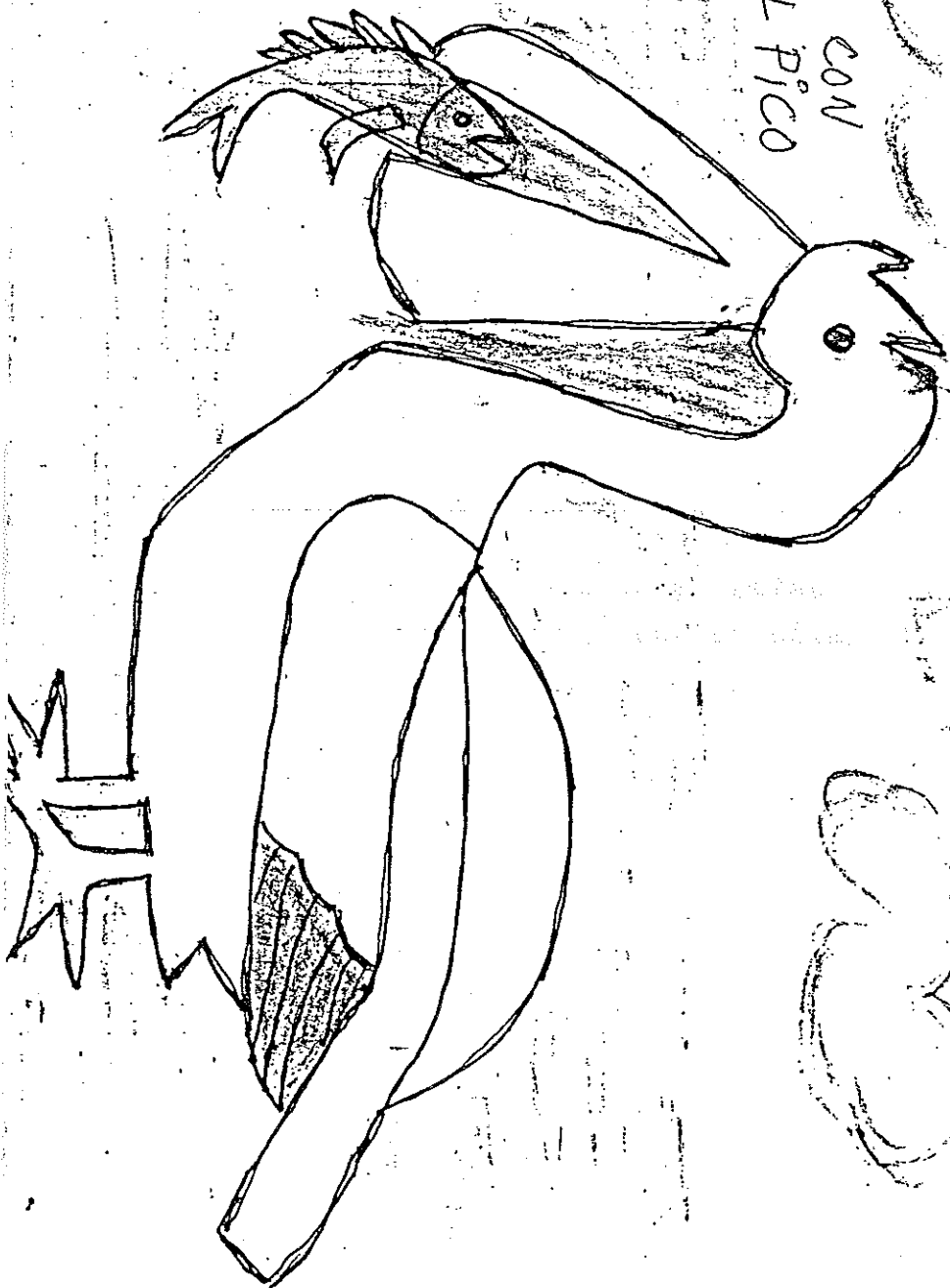
Vivimos inmersos en un microcosmos, que está inmerso a su vez en un macrocosmos, en donde no hay arriba ni abajo y en donde todo está en constante movimiento, micro quiere decir pequeño y se observa mediante microscopios, macro quiere decir grande y se observa mediante telescopios, cosmos es toda cadena evolutiva. El cosmos es realmente infinito se desconoce



limite en lo que se refiere a grande tanto como en lo que se refiere a pequeño, el cosmos más diminuto lo constituye el átomo el cual está formado por electrones que evolucionan girando en torno a un núcleo constituido por protones y neutrones en cuyo interior anidan los quarks por el contrario los macrocosmos aumentan en relación a cómo se esparcen las galaxias como consecuencia de reacción expansiva según la teoría de la relatividad promulgada por Einstein, pero la verdadera puerta del macrocosmos por donde se puede llegar a espacios infinitos en lo que se refiere al concepto de dimensión es a través de los kuasars o soles negros, los cuáles son soles consumidos que dejaron de arder y explotaron y como consecuencia se desploman sus masas sobre ellos mismos llegando a tener una densidad similar a por ejemplo: la de la torre Eiffel en el tamaño de una aguja, siendo este el ejemplo, pero sería según una máquina pone varios metros cuadrados de hierba concentrados en una alpaca.

En nuestra parte del cosmos toda medida está comprendida en cuatro dimensiones que son: largo, ancho, alto, y tiempo, se sabe que viajando suponiendo que se pudiese hacer a la velocidad de la luz que es exactamente de trescientos mil km. por segundo todo ser vivo se vería alterado en su estructura genética y transcurriría en él el tiempo más lentamente. Los kuasars o soles negros fueron descubiertos al observarse mediante telescopio el espacio, y, tras notar como una nube de gases cósmicos se desplazaban a gran velocidad llaneando debido a dicho efecto, desaparecían poco después siendo absorbidas por un sol negro, por lo cual se le dió en llamar en principio agujero negro ya que era completamente obscuro y no podía ser apreciado en el espacio sideral.

PELICANO CON
PEZ EN EL PICO



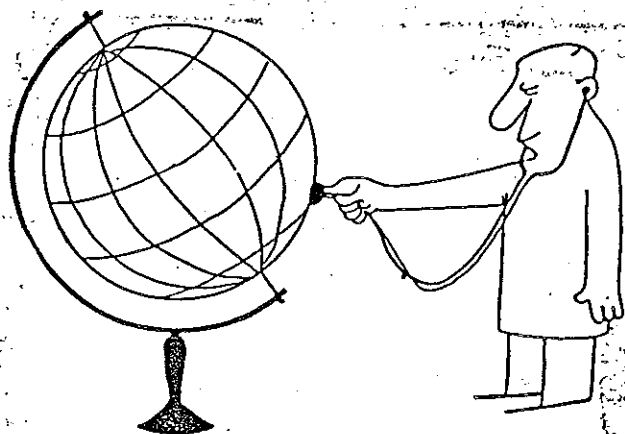
CONFIDENCIAS.

Una de las cosas que más afecta a las personas, en la civilización de este siglo es la ansiedad, que puede dar origen a enfermedad o angustia.

Cabe distinguir el deseo en sí, y el objeto deseado: Como puede ser un juguete para un niño, una chica para un adolescente, un examen para un estudiante, un vaso de agua para un sediente, un bocadillo para un hambriento, o bien la salud para un enfermo. Todas estas cosas pueden exigirse como derecho, a la sociedad o bien que nos las condicionen a un estudio o trabajo previo como conquista de dignidad por parte del individuo. Recuerdo una época en la que lo único que se pedía era el derecho al trabajo ¿Qué hacer los enfermos? ¿Quién puede hablar de que tenemos derechos o solamente deberes?

Veo personas que hablan de ello según estén encuadrados en la oposición o en el poder cumpliéndose eso de que "yo soy yo y mis circunstancias" "cada un fala da feira según lle vai nela", todos debiéramos de tener más delicadeza y formalidad. ¿Porqué estamos encuadrados entre comunismo y capitalismo? ¿Hay soluciones intermedias para las masas? pues sí. ¿Hasta que punto deben complacerse los deseos? ¿Qué hacer cuando se hacen obsesión? Acudir a un buen psiquiatra. Hay remedios naturales: Que se reconozcan como derecho.

¡Ay! de los catorce años! ¿Qué tiene todo esto que ver con el alcohol drogas y demás evasivas? ¿Habrá personas capaces de aconsejar sabiamente ante esto? Pues sí, pues no a nadie le gusta comprometerse y alguien tiene que servir de cebo. Desgraciadamente esto es así.

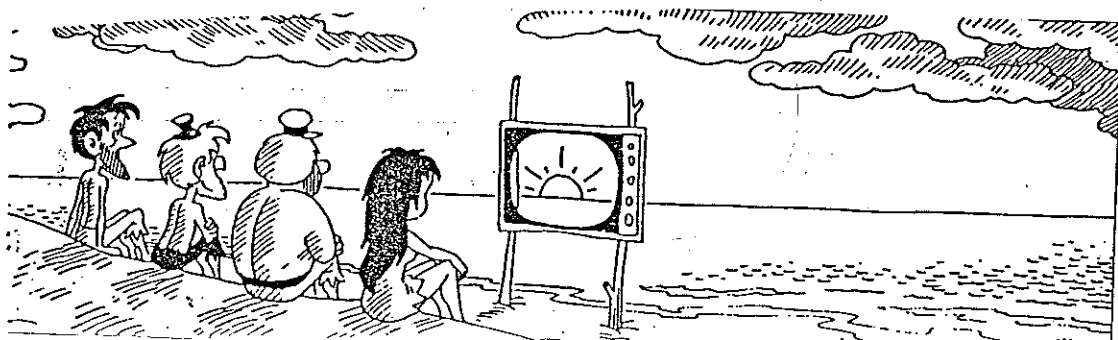


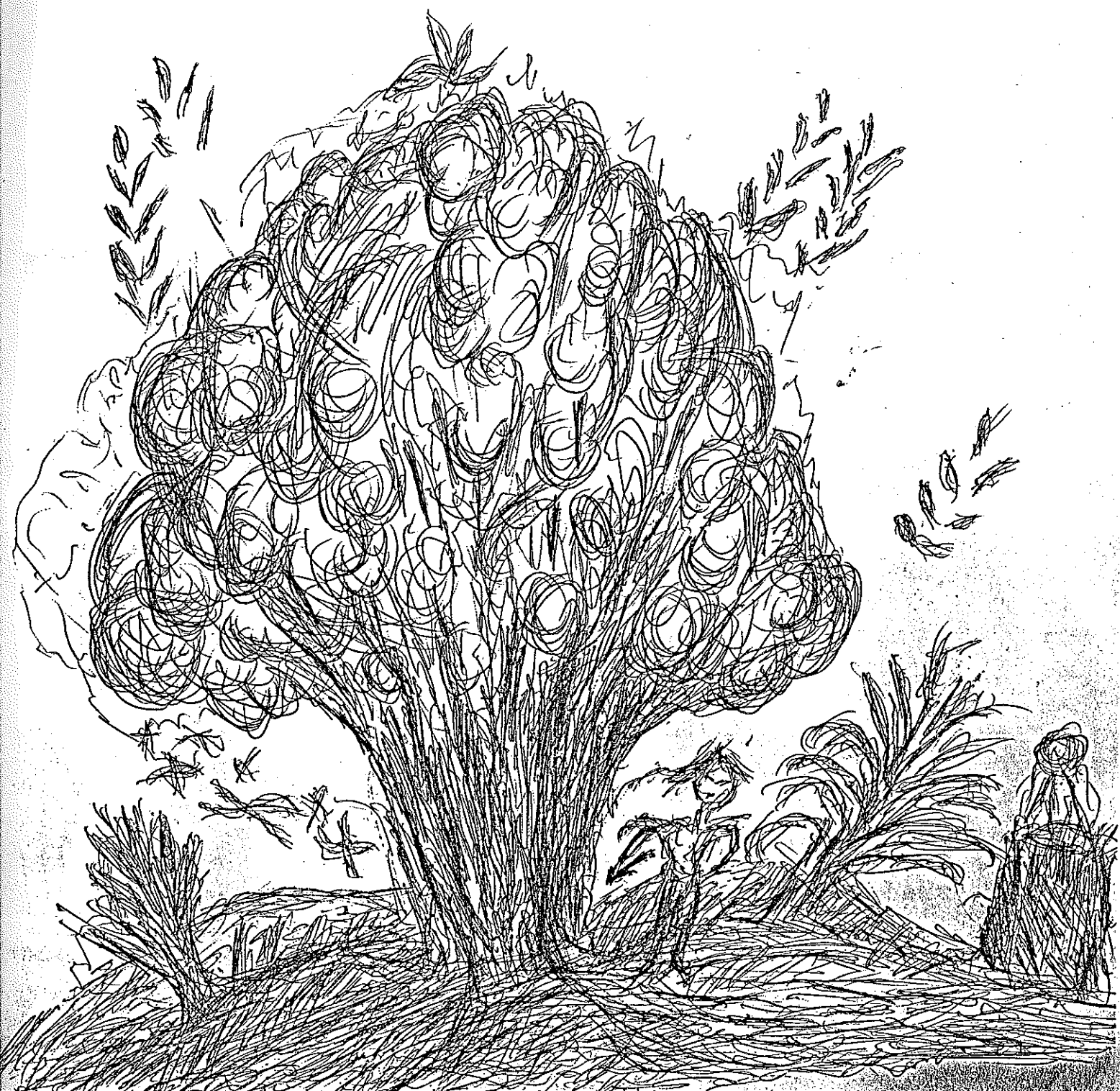
LA NATURALEZA.

La naturaleza es todo lo que vemos cómo todos sabemos y en ella se encuentran importantes cosas como: Los vegetales, los animales y los minerales. Gracias a todos estos componentes vivimos los seres humanos.

El hombre de hoy no cuida la naturaleza cómo el hombre primitivo, hoy en día es por descuido no por obligación. Si nos diésemos más de cuenta, miraríamos más de cara al futuro y la conservaríamos mejor para el mantenimiento de nuestra salud y de las vidas que nos rodean en ella que son múltiples. A mí me gustaría ser mucho más estudioso hacia la naturaleza tanto de la tierra como del mar, para predicar hacia la humanidad los perjuicios que hacemos en ella.

JOSE LUIS.





LA HORTENSIA.

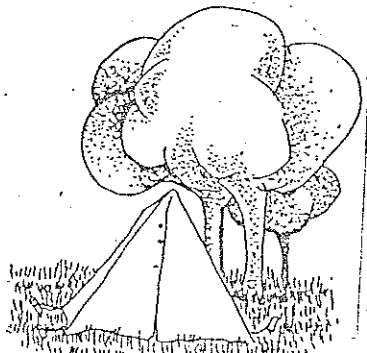
Si alguna vez ha soñado con un lugar de descanso y silencio relax y tranquila belleza, nada mejor que buscar un rincón cerca de los árboles o de las paredes y cubrirlo de hortensias. Un factor importante para conseguir este pequeño rincón verde es la abundancia de agua o de lluvias frecuentes, para asegurarse que el grado de humedad del terreno sea el requerido por estas plantas.

No es de extrañar que las hortensias sean tan populares. Sus grandes inflorescencias se abren en verano, cuando el ambiente arbustivo está más necesitado, siendo éstas tan numerosas que cubren por completo el arbusto, y hacen con sus hojas, que el calor del verano sea menos agresivo al proveerlo de sombra.

Los sorprendentes colores de las flores, el frescor del agua en el ambiente y el verde del arbusto son factores importantes para predisponer al relax, por eso nada mejor y sugerente que un rincón de hortensias para llevarnos a la paz y al olvido.

Las hortensias no son difíciles de cultivar, siempre que se satisfagan sus necesidades: un buen suelo, mucha agua, y cierta protección contra las heladas rigurosas.

Nunca a pleno sol, ya que este podría secar sus bellas hojas. Las especies de hortensias cultivables son numerosas. Existen más de cuatrocientas variedades.



DIA DA PATRIA GALEGA.

Soy un enamorado de mis conciudadanos gallegos sobre todo de los hombres del campo, artistas consumados en sacar provecho de las cosas como la agricultura y ganadería. Vivimos en una zona templada y de condiciones óptimas para el trabajo, lo que nos hace aptos para la emigración ya que somos muy estimados por ellos en todas partes sobre todo la mujer gallega, con su heroísmo y capacidad de sacrificio: cuidar de los hijos, del marido y a la vez los animales domésticos. Todo ello configura el orgullo de ser gallego y de tener personalidad propia un tanto mermada por el colonialismo.

Escribo todo esto en honor al día de la patria gallega de la cuál también he visto algo en los periódicos y en la televisión, en particular, la serena ofrenda del Principe con la par-
celebración de eucaristia ante Santiago Apóstol.
¡VIVA GALICIA!: ¡VIVA ESPAÑA!..

A.O.L..



POESIA.

¡Oh dorado oro.....!
Doradas son las mieses
para pan y manjares
la fruta que prefieres
y el dulce para amarte
y dorado es el oro
que realiza bodas
Del amor es tesoro
Si no estás a solas
Oro fué mi camino
que más libre que el viento
obró feliz conmigo
con belleza y talento
Oro es la justicia
abierta a la razón
a quien tiene la dicha
como tenía yo
Oro es la canción
que canta a mi camino
libre a la educación
y defensa al gran destino
Oro es la juventud
que nos defiende la vida
responde a la salud
y que nunca se olvida
Que demande ese oro
la respuesta del tiempo
que no dea conjojo
lo que fué mi talento
El tiempo no está sólo
está en el Universo
lo que yo tanto imploro
camino de lo eterno
Si obras son amores
yo nunca mal he hecho
Oro a mis defensores
el oro a un buen recuerdo
Si el poniente se extingue
nos brillará la aurora
y espantará la esfinge
el bien que no se borra.

ANONIMO.

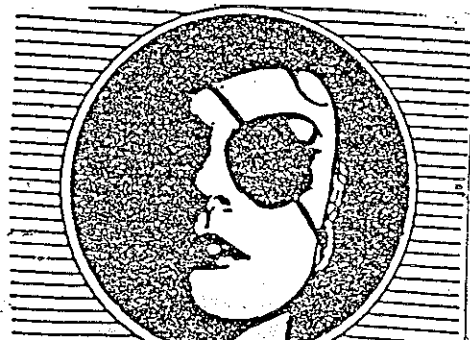
HUMOR.

En una ocasión dos guardias estaban de vacaciones y uno de ellos le propuso al otro que fueran a las carreras de caballos, llegaron y se pusieron a apostar, el guardia que invitó al otro le dice: Oye, que mi tricornio es mágico si le aprieto los cuernos y digo un número me da mucha suerte, dí un número y apostamos, vamos a ver; Cuántos años tenías cuando te casaste ? ,veintitrés, . Bueno pues apostamos por el veintitrés, corrieron los caballos y ganaron 3.000 pesetas, . Volvió a apretar los cuernos, ahora dime, cuál era el número de la fecha del día de tu boda, . -El catorce, . Bueno apostamos al catorce, corrieron y ganaron otra vez, y esta vez ganaron 6.000 pesetas. Bueno pues apostemos otra vez, la noche de bodas cuanto saltos mantuviste con tu mujer, . -Pues ocho, . Bueno pues aprieto los cuernos y apostamos al ocho, apostaron y esta vez ganó el número tres y perdieron 30.000 pesetas, y el que jugó el dinero dice desengañado, vaya, me está bien por presumir de campeón.

Un psiquiatra, le preguntaba a un paciente: Qué le producía el alcohol y éste le contesta: A mí el alcohol no me gustaba, me gustaba el efecto, nada más.

Saben lo que pasó cuando murió Franco y pensaban en enterrarlo. Unos decían en El Escorial, otros en El Valle de Los Caídos, uno dijo en Jerusalén, y otro respondió: Ahí no, que enterraron a uno y resucitó.

Existen algunos pájaros que comen a diario cantidades cuyo peso es tres veces mayor que el de su propio cuerpo.

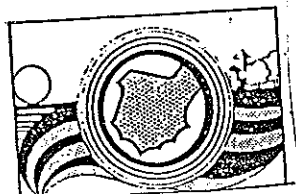


Se juntan un catalán un vasco y un gallego, y hablando de los adelantos dice el catalán: Pues en Cataluña a uno le cortamos una pierna le pusimos una ortopédica y ahora juega al fútbol. Dice el vasco: nosotros le cortamos el brazo a uno y ahora es boxeador. Entonces el gallego dice: Pues nosotros le cortamos a uno la cabeza, le pusimos una calabaza y ahora es presidente de la XUNTA.

Estando en el recreo del colegio tres amigos se pusieron a hablar uno decía: Yo he venido de París, el otro: Pues a mi me trajeron de Londres. Entonces los dos le preguntaron al tercero de dónde había venido y éste contestó: Ami cómo somos pobres me hicieron en casa.

Un recluta que se licenció sin llegar a ser veterano se casó y cuando se fué a la cama con la mujer una y otra vez él no le hacía nada. Entonces la mujer le dijo: Tú eres un hombre y yo una mujer ¿Porqué no me das con lo que le dan los hombres a las mujeres? y el respondió :Comida tienes, ropa tienes calzado tienes, que más puede darle un hombre a una mujer? y ella le dijo: Pues un hombre a una mujer le dá con el órgano de mear. Entonces él le dijo: Si eso te hace feliz. Se levantó de la cama cogió la bacinilla y se la rompió en la cabeza.

Iban en el tren y un señor salió al pasillo a fumarse un cigarrillo. Cuando estaba fumando vino una señora muy guapa y le preguntó: ¿El tocador de señoras por favor? y él le respondió Servidor de usted señora.



DEPORTES.

FIGNON NO ESPERABA PERDER.

Laurent Fignon este parisino de 29 años que acaba de compararse un apartamento de cien millones de pesetas junto al Bois de Vincennes, ha recibido un palo tremendo. Por la mañana era un hombre feliz, que ya se jactaba de haber condeguinado su tercer tour. Por la tarde hombre desdichado, que se hundió moralmente cuando conoció su derrota y apenas quiso hablar con nadie. Dentro de lo que cabe, aceptó la derrota con deportividad, felicitó a Lemond por su excelente dontratóloj y por su triunfo.

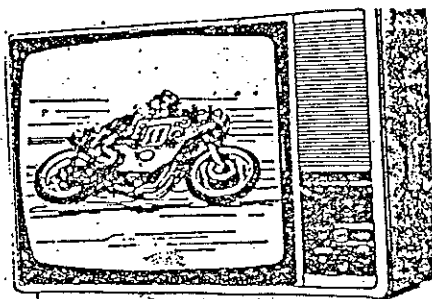
CLASIFICACIONES.

- 1.-Gregg Lemond (USA ADR7) ...0 h, 26m, 57s, .
- 2.-Thierry Marie (FRA SUPER V)..... a 33
- 3.-Laurent Fignon (FRA SUPER V).....a 33
- 4.-Jelle Nijdam (HOL.) a 1.07

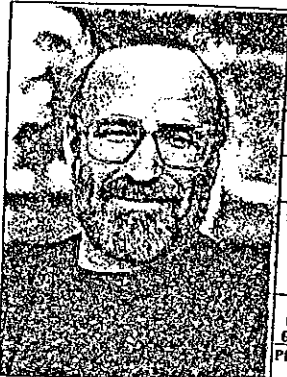
General definitiva:

- 1.-Greg Lemond (USA ADR)
- 2.- Laurent Fignon
- 3.-Pedro Delgado
- 4.-Gert Jan Theunisse(Hol)
- 5.-Lajarreta (ESPAÑA).

MANUEL GONZALEZ.



TELEDEFINIDO



MIGUEL GENIER

Escriba el nombre y apellido del periodista retratado donde señalen las estrellas, y averigüe el título del programa televisivo que presenta ordenando las letras que aparezcan numeradas en el casillero.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
O	E	R	C	D	D	E	L	A	S
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
E	S	T	R	B	L	L	A	S	

MATA DE PELO GUILLOTINADO	M		INSTRUMENTO MUSICAL HÉROE MEDIEVAL	F	NOMBRE CHINO AUSENCIA DE RIQUEZA	L	DESCIENDE EN PICADO SERIE DE PETARDOS	C	60 MINUTOS PARTE DE LA PUERTA	H				
	D	E	C	A	P	I	T	A	D	O				
CORTEJÓ, GALANTEO PENASCOSA	L	I	G	O			SOLTAR LA CARCAJADA CIUDAD CATALANA	R	E	I	R			
EMBUSTE *	C		DUPLICA, AUMENTA DISEÑO A "COBI"	R	E	D	O	B	L	A	SÍMBOLO DEL SODIO INSPIRÓ A BEETHOVEN	N	A	
	R	A	M	O	N	*	AL REVÉS, SÍMBOLO	T	R	E	C	E	T	ENJUGAN
POSESIÓN LUSA EN CHINA PEZ MARINO	M	A	C	A	O	NOVILLOS FRAGANCIA	E	R	A	L	E	S		
	M	E	R	O		PARTIDA- RIO DE HITLER	N	A	Z	I	TURMA LATINA ARMA BALLENERA	I	L	E
FLOR BORRÓNICA SARTA DE CUENTAS	L	I	S		ASIENTOS CORRIDOS RAIZ PROFUNDA	G	R	A	D	A	S	ANTÍLOPE DE AFRICA	C	
	R	O	S	A	R	I	O		INSECTO TEJEDOR LOS HAY QUE MATAN	D	R	A	N	A
DINASTÍA DE REYES TAIFAS	VÁLIA POR 100 EN ROMA SOCAVÓN	C	DOLERENCIA PULMONAR ORDENA, MANDA	A	S	H	A	DIESEN CREDITO	P	APÓCOPE HARTAR, LLENAR	U	N		
	A	B	A	D	I	NÍVEOS, BLANCOS QUIEROLA	A	M	P	O	S	BANDO DEL SULTAN	HURTAS DE LA COMPRA	
ADUCE LENGUA TROVADOR- RESCA	A	L	E	G	A	DECORÁIS	O	R	N	A	I	S		
	O	C		C	O	M	P	R	E		PALIQUE DE GRILLO PARTIDO MEXICANO	C	R	I
PUEDA SER CREMA- TORIO DIMISIÓN	H	O	R	N	O	FISGONES GRAN MOTORISTA ESPAÑOL	E	S	P	I	A	S		
	C	E	S	E		SOBRE- CARGADA HOGAR	L	A	S	T	E	A	D	A
ÁRBOL FRUTAL	PRIMERA VERTEBRA LÍNEA DE ROTACION	A	T	L	A	S	CORRIENTES ATMOS- FÉRICAS RÍO PARAGUAYO	A	I	R	E	S		
	P	E	R	A	L	VALLE DE SANTANDER GALIO	P	A	S					
MECACHIS! PASARÁN EL BALÓN	J	O		CUCHIPAN- DA, FESTIN	A	G	A	P	E					
	C	E	N	T	R	A	R	A	N					

SOLUCIÓN

1. RAMÓN TRÉCET ENJUGAN
 2. MACHO
 3. MACHO
 4. MACHO
 5. MACHO
 6. MACHO
 7. MACHO
 8. MACHO
 9. MACHO
 10. MACHO
 11. MACHO
 12. MACHO
 13. MACHO
 14. MACHO
 15. MACHO
 16. MACHO
 17. MACHO
 18. MACHO
 19. MACHO
 20. MACHO

TARKUS