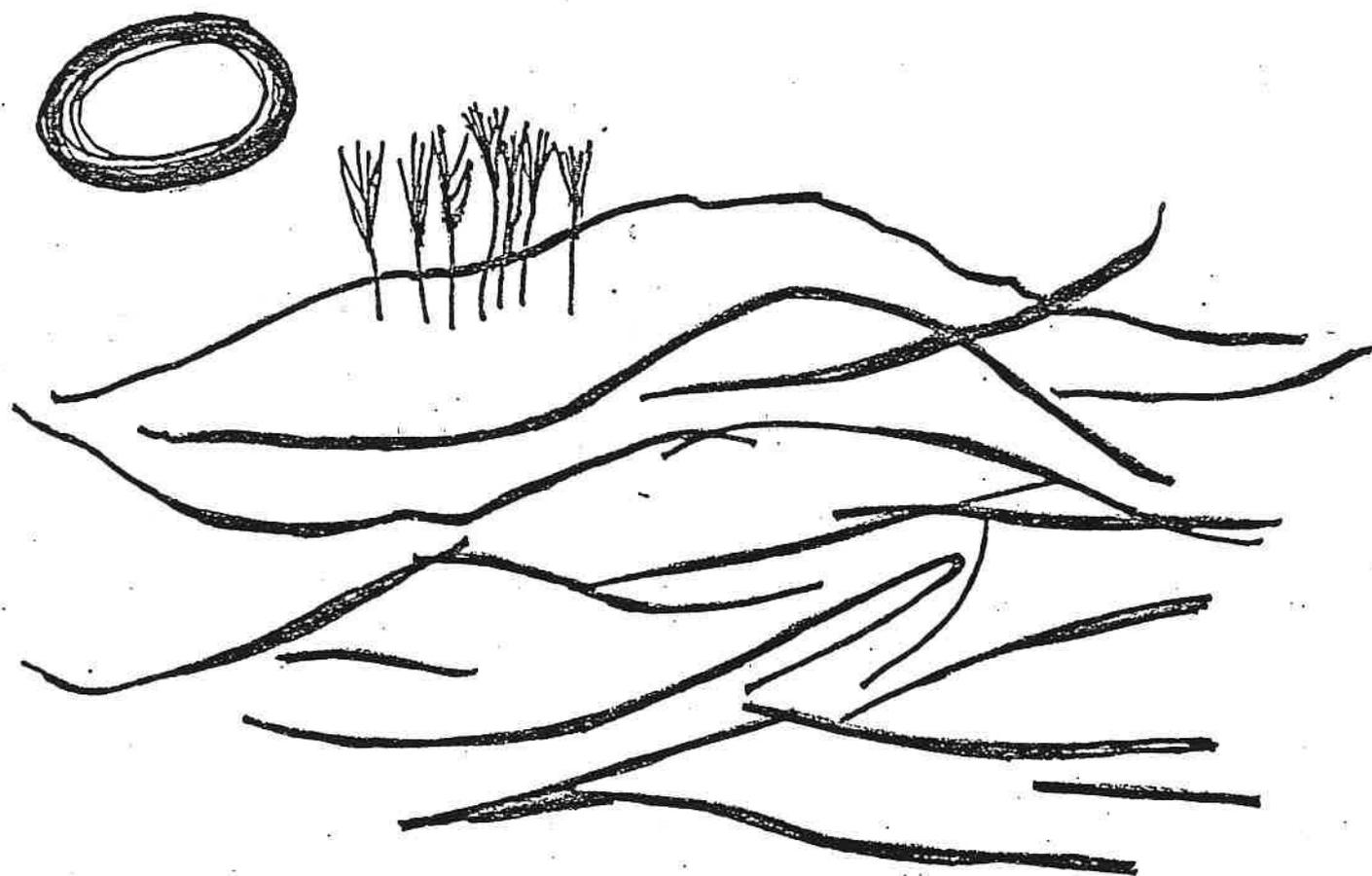


ABRIL- 90 Nº11
PRECIO 100 PTS

FALEMOS



Mario

CASTRO DE RIBERAS DE LEA - LUGO

AÑO I - Nº XI - ABRIL - 1.990.

INDICE:

- Editorial.
- Entrevista.
- Colaboraciones.
- Poesía.
- Humor.
- Deportes.
- Pasatiempos.

Colaboraron en este número:

Luisa Inés López López
Jesús Seijas Díaz
Antonio Otero Loureiro
Antonio Moreda Rodríguez
Constantino Vázquez López
Mario García Zas
Manuel Díaz Valcarcel
José Aguiar López
Domingo Gómez Garrido
Darío Corral Peteira

Colaboraciones especiales:

D. Pablo González Regueira (Médico)
Sor M^a José (A.T.S)

EDITORIAL

El caso Guerra y ahora el caso Naseiro, nos hace pensar que la financiación de los partidos no es todo lo legal que debiera ser ; esperamos que se promulgue una nueva ley que regule la financiación de los partidos políticos.

En estos días se proclamó la independencia de Lituania, haciendo valer su derecho a la autodeterminación, derecho al que esperan otras naciones sin estado , Letonia, por otra parte, - sigue los pasos de su vecina república.

Durante los días 24 y 25 de Abril asistimos a la manifestación solidaria que protagonizaron los labradores gallegos, que sacaron a las carreteras sus tractores para protestar por las irregularidades en el pago y el precio de la leche. Esta manifestación tuvo un apoyo masivo por parte de la sociedad gallega.

En los últimos días de Abril el presidente de la Xunta, Manuel Fraga se desplazó a mediar con el fin de entrevistarse con los más altos mandatarios del Estado, esperamos que esta visita haya dado sus frutos.

El Príncipe Felipe realizó su primera visita oficial a Cataluña; El Príncipe habló catalán y entre otras cosas dijo que Cataluña sería lo que quisieran los catalanes, dando esperanzas a muchos para seguir luchando por el derecho a la autodeterminación de Cataluña

ENTREVISTA A QUIQUE RIELO

1ª PREGUNTA.-¿ Qué funciones desempeña en el hospital?

RESPUESTA -Soy encargado de mantenimiento, me encargo de las compras y dirijo un poco la administración.

2ª PREGUNTA.-¿ Qué mejoras experimentó el Hospital desde que empezó a trabajar aquí?

RESPUESTA- El hospital en cuanto a edificio se subsanaron muchas cosas, en cuanto se refiere al agua caliente, calefacción, comida etc.

3ª PREGUNTA.-¿ Qué presupuesto tiene el hospital actualmente?

RESPUESTA -El presupuesto del hospital viene siendo de ciento veinte millones, sin incluir al personal.

4ª PREGUNTA.-¿ Qué se sabe de las ventanas de Torremolinos?

RESPUESTA. Ya hicimos varias propuestas. El problema base es que no se sabe, que destino tendrá el centro. Si pasará a la seguridad social. Desde luego tanto yo como la directora sabemos que es urgente.

5ª PREGUNTA.- ¿Qué ocurrió con la ambulancia del hospital?

RESPUESTA -Al no haber ingresos aquí. Y crease la unidad de agudos en el hospital de San José, se decidió mandarla para allá. Pero siempre que sea necesario estará a nuestro servicio.

6ª PREGUNTA.-¿ Cómo residente en Castro.- Qué opina del trato que dan en el pueblo a los internos de este centro.?

RESPUESTA -No sé sería cuestión de preguntarles a los propios enfermos. Sabemos que a muchos se los respeta, como verdaderos vecinos de Castro. Sin embargo a otros, debido a su capacidad de relación, habría que pensar en salidas colectivas.

7ª PREGUNTA.-¿ Cómo cre que se portan los enfermos de este centro en Castro.

RESPUESTA para mí bien, lo que pasa que , algunos son capaces de hacer una salida que les gratifique. Por eso hablaba antes de hacer salidas colectivas.

8ª PREGUNTA.-¿ Dispone de todos los medios suficientes para atender al mantenimiento de este hospital.

RESPUESTA si disponemos de medios, porque además, podemos contar con una brigada de la Diputación.

9ª PREGUNTA .-¿Está contento con las funciones que desempeña?

RESPUESTA Sí estoy contento con las funciones que desempeño, me gusta mi trabajo.

10ª PREGUNTA .-¿Qué mejoras cree que se podrían hacer en el hospital.

RESPUESTA .Se hicieron muchas y probablemente se podrían hacer muchas más: como mejorar las funciones de laborterapia. Como en la sección de deportes, etc.

11ª PREGUNTA.-¿ Son suficientes los empleados que hay para atender el mantenimiento de este hospital.

RESPUESTA Sí son suficientes porque además tenemos que contar con la brigada de la Diputación.

12ª PREGUNTA.-¿Cuál es el criterio que se sigue para administrar las pensiones de los internos?.

RESPUESTA Hay algunos, que por su reconocida capacidad hay algunos que por su reconocida capacidad hacen de ella lo que quieren . A otros sin embargo se les abre cartilla, y de acuerdo con las asistencias sociales y monjas se les atiende a sus necesidades.

13ª PREGUNTA.-¿Cuándo se abre el gimnasio?

RESPUESTA No lo sé, sé que estaba en proyecto, pero eso es cosa de la directora.

14ª PREGUNTA .-¿ Va a cambiar la fotocopiadora?

RESPUESTA se están haciendo gestiones para traer una multicopista.



A PAIXON POLITICA

Sentir é boo. Demostra que temos sentimentos. Mais cando ises sentimentos se convirten en paixón política hai que analisalos, pois poden anula a razón, do mesmo xeito que un forofo do fútbol é capaz de pelexarse en defensa do seu equipo, tamén en defensa d'un ideal se pode chegar a matar.

Mais é iso lóxico?

Si un ten umha idea compartida coc un grupo ou partido político, penso que ten dereito a defendela e a loitar ata conquistar que sexa maioría i eisi acadar o poder.

Mais, analisemos os métodos.

Si ese grupo vive unmerso no mundo capitalista onde a oferta e a demanda son estimuladas pol-a publicidade e a política pol-a propaganda, non lle queda máis remadio que orgaizarse deacordo as suas posibilidades económicas e coñecer a fondo o seu povo pra logo desenrolar umha acción tendente a acadar o poder e impor as suas ideas.

Mais, si a prensa comercial, a radio e a televisión responden somentes a intreses económicos ou ós partidos políticos que xa estan no poder. Que faguer?

Vexamos os métodos que empregaron pra o disfrute d'ise poder.

Os métodos foron a violencia, a presión do capital e finalmente o perdón da Eirexa a ises métodos suponse en nome de Deus.

Eisi que non se estranen que haxa xente galega que sabendo como se estruturou a aitual sociedade galega lle prante lume ós montes, vaia a un siquiatra ou simplemente non vote.

Antón Moreda

GALICIA Y LA EMIGRACION

Galicia fue una nación en la que siempre hubo emigración dada su economía basada en la agricultura y pesca con su alto índice de natalidad y familias numerosas conocedoras como pocos del arte de sacar el sustento de la naturaleza: tierra y mar.

Todos los gallegos son muy trabajadores, ya que el clima templado los favorece aunque los tiempos actuales todo cambió un poco.

De niño me acuerdo de la emigración hacia Hispanoamericana luego la de Europa, siendo también importante la interior hacia Asturias, País Vasco y Cataluña.

Hoy se ha llegado al crecimiento cero y parece que esto toma nuevo rumbo, ya no se habla tanto de buscar una segunda patria: todos hacemos falta aquí. Lo ideal sería que todos los hijos de Galicia encontraran trabajo aquí donde nacemos, Sin embargo viajar, andar mundo, conocer diversos países y culturas, también es una experiencia que humaniza que enriquece e ilustra; aunque cuando se va con un contrato de trabajo a veces cuesta mucho adaptarse y uno siente morriña, pues no es lo mismo ir como trabajador que como turista.

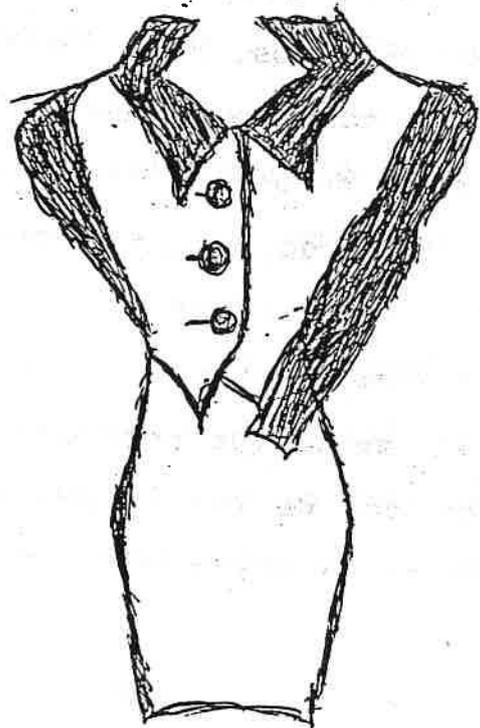
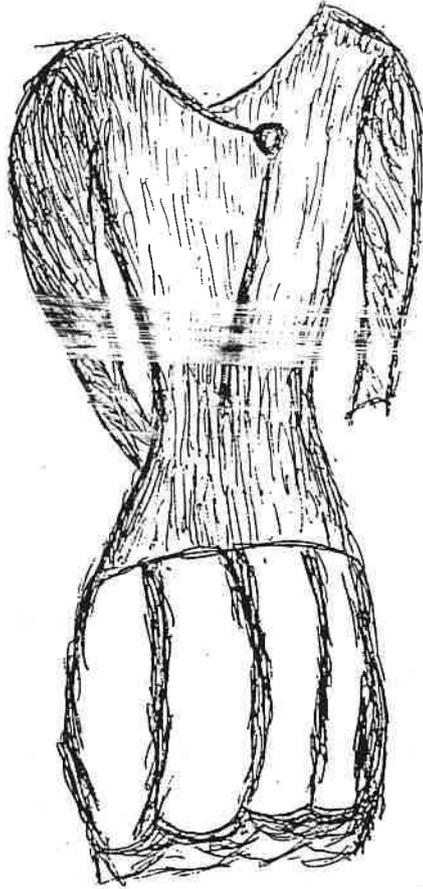
A.O.L.

EL MUNDO DE LA MODA

Yo creo que el mundo de la moda, es uno de los más atractivos que existen. Desde que nuestros primeros padres se taparon con unas hojas ante la presencia de Dios. Después de que habían cometido el pecado original. El hombre y la mujer han sentido necesidad de cubrir su cuerpo. Las primeras prendas que aparecieron sobre la tierra fueron las pieles, pero no eran como las de ahora, ya que no se confeccionaban como se confeccionan hoy, sino que según se sacaban del animal así se vestían. Los cazadores primitivos cazaban animales salvajes, les aprovechaban la carne para alimentarse y las pieles para vestirse. Una de las primeras materias primas, que aparecieron para confeccionar prendas de vestir fue la seda. La seda, como todo el mundo sabe se obtiene del gusano de seda, y procede de La China. Los primeros telares aparecen en la Edad Media.

Hoy en día se hacen desfiles de modas, que consisten en que chicos y chicas desfilan, paseando modelos, para que la gente conozca las distintas modas. Por último diré, que el mundo de la moda mueve mucho dinero y es una fuente de ingresos muy grande. Reconozco que este artículo, a lo mejor, no tiene mucha calidad. Pero es que tengo la cabeza muy desoxigenada.

Seijas



LUISA INES LOPEZ

LA "GENTE DE BIEN" TIENE MIEDO

No hace mucho tiempo, leí un artículo de un educador de calle de la ciudad de Barcelona, en el que disertaba sobre la realidad de la delincuencia en aquella ciudad, la inseguridad ciudadana, la situación real de las cárceles, la vivencia de los delincuentes tanto en libertad como encarcelados, etc.

La conclusión de este señor era que la situación es muy difícil de mejorar, ya que existe por un lado una terrible ignorancia de la realidad por parte de la sociedad, y también, una situación que califica como que "la gente de bien" tiene miedo.

Esto me hace pensar en otra situación parecida y conocida para nosotros: la situación de los enfermos mentales, la inseguridad que por ignorancia, sufren las personas ante un problema de este tipo que afecta a algún familiar o conocido, la insuficiente dotación de medios, de los centros de hospitalización, la situación de los enfermos, tanto ingresados como insertados en la sociedad, etc. y, sobre todo, esa realidad que late en el fondo y es que "la gente de bien" tiene miedo.

Un miedo en gran medida fuera de toda lógica, ya que es debido a una ignorancia que se podría salvar, si los temas sobre la enfermedad mental se tratasen de forma seria pero sencilla, en los medios de comunicación, si estos temas no fueron siempre precedidos de una noticia escándalo bien aprovechada para crear interés, si estos temas no fuesen manejados para crear intereses políticos.

Pero, la realidad es que "la gente de bien" tiene miedo y lo único que quiere es dormir tranquila, asegurándose de que los "locos" estén bien encerrados, lo de menos es dónde y cómo,

y así, un hospital, poco a poco, se deteriora y a "la gente de bien" le preocupa poco. Y así una persona pierde lentamente su posibilidad de inserción, pero a "la gente de bien" no le interesa. Y así incluso una persona con nombre y apellidos, con familia, con historia, puede llegar a convencerse paseando horas y horas por un pasillo, de que su existencia debe trascurrir así, lenta, ~~tediosamente, sin futuro, sin ilusión;~~ y mientras tanto, "la gente de bien" está en su oficina ocupada en su nómina, en su sofá, preocupado de la Perestroika, por su luz, por sus hijos. Sin nada por qué pensar en aquel hombre o mujer del pasillo "ya está donde debe estar" y lo mejor para él es que allí se quede.

Yo me pregunto qué hacer, cómo conseguir una pastilla, unas gotas que logran quitarle el miedo a "la gente de bien". Tal vez así comprendiera el valor, tal vez así comprenderíamos la dignidad y la importancia de cada una de las personas que viven detrás de esa etiqueta que trae en letras luminosas "ENFERMO MENTAL".

La REVISTA "FALEMOS" editada por los Internos de nuestro Centro en su Nº 10, nos invita a colaborar con la Revista. Quiero empezar a hablar de la MANIOBRA DE HEILMLICH. Como sabéis en este Centro hay una población de Internos de edad avanzada, y con frecuencia se presenta asfixia debida a la obstrucción alimenticia, y con esta maniobra podemos resolver el problema facilmente, que seria fatal para el paciente, si no se acudiese con rapidez. Espero que sea de utilidad tanto para los internos como para todos los demas.

MANIOBRA DE HEILMLICH:

El pronóstico de la Asfixia debida a la obstrucción alimenticia ha cambiado por completo actualmente gracias a una simple maniobra, al alcance de todo el mundo-incluso del adolescente-, que permite la expulsión espontánea del obstaculo traqueal por compresión externa del pulmón.

EL PRINCIPIO:

Se basa en la utilización de la energía cinética producida por la movilización del volumen pulmonar total-inspiratorio, espiratorio y aire residual-expulsado bruscamente por la tráquea. El desplazamiento de la masa de aire se consigue mediante una elevación de la presión subdiafragmática, ejercida de abajo hacia arriba, suficiente para alzar varios centímetros la cúpula diafragmática y para distender los musculos intercostales, con lo que se consigue aumentar y comprimir el aire contenido en las vias respiratorias. Cuando la maniobra se efectúa al final de la espiración, el caudal, que es habitualmente de a 52,2 litros/minuto por termino medio, aumenta hasta cerca de 205 litros/minuto: en un cuarto de segundo, se desalojan pues, 940 ml de aire por la boca, a una presión superior a 31 mmHg, este es, 41 milibares. Esta fuerza es más que suficiente para expulsar cualquier obstaculo que obstruya en parte o totalmente la tráquea.

TECNICA:

El puño derecho (o el izquierdo en el zurdo), bien sujeto por la otra mano, constituye el instrumento de presión para elevar el diafragma y desplazar el aire de los pulmones (figura 1a). La posición del operador y de sus manos deben adaptarse a la oposición del paciente.

PACIENTE DE PIE O SENTADO: -

Es el caso clásico. El operador, de pie ó de rodillas detras del paciente, rodea la cintura de éste con sus brazos, aplicando el puño, con el pulgar apoyado contra el abdomen, un poco por encima del ombligo, a nivel del hueco epigástrico. Con la mano libre, coge el puño y efectúa una rápida presión hacia arriba. En caso de fracaso, la maniobra puede repetirse varias veces.

PRECAUCIONES: La presión debe centrarse bien en la línea media, a fin de evitar la posibilidad de lesionar los órganos nobles situados lateralmente, hígado y bazo (fig. 1b y c).

- 
- a) El puño del operador, con el pulgar por dentro, se apoya contra la pared abdominal a nivel del hueco del estomago. Con la mano libre, el operador sujeta bien el puño para efectuar una presión rápida y vertical, que eleva el diafragma, comprime los pulmones y expulsa el aire hacia la tráquea.
 - b) Paciente de pie: el operador se coloca de pie detrás de él.
 - c) Paciente sentado: el operador se arrodilla detrás de él.

Figura 1

PACIENTE EN EL SUELO: El estado de shock, talla excesiva u obesidad son otros tantos factores que complican considerablemente la manipulación de un asfixiado acostado en el suelo. El paciente debe ser colocado entonces en decúbito dorsal, con la cara mirando hacia el techo y con la cabeza bien recta para evitar cualquier desviación de la tráquea. El operador se coloca frente al paciente, arrodillándose a caballo sobre los muslos; como medio de presión subdiafragmática, utiliza en este caso la palma de la mano, colocándola de plano sobre el abdomen y cubriéndola con la otra mano (fig. 2).

RESULTADOS: En junio de 1.974, "Emergency Medicine" describió por primera vez la maniobra de Heimlich. Desde dicha fecha, sólo en Estados Unidos se han podido salvar con este procedimiento más de 2.500 asfixiados por cuerpos extraños. Cada año mueren aproximadamente 4.000 personas de asfixia por cuerpo extraño (sexto lugar de las muertes accidentales en el adulto, primer lugar en el niño de menos de un año). Se comprende fácilmente, pues, el inmenso interés de esta medida de salvamento que no requiere conocimientos especiales ni una fuerza física particular: un niño de trece años, por ejemplo, pudo salvar así a su madre.

En 1.976, la maniobra de Heimlich fue oficialmente reconocida por la Comisión del Emergency Service. Actualmente, la técnica se enseña en los organismos públicos y privados y es obligatoria su exposición pública en las escuelas y restaurantes de veinte Estados de la Unión.

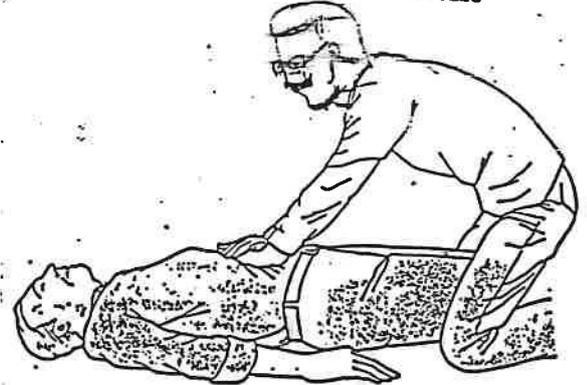
CONCLUSION: La práctica de la maniobra de Heimlich se ha generalizado, pero cada país puede desarrollar variantes que se adapten mejor a las propias costumbres y a las condiciones de vida.

En Japón, por ejemplo, se utiliza preferentemente la técnica "en supinación", esto es, efectuada con el paciente acostado en el suelo, al ser más fácil su ejecución en personas que comen habitualmente sentadas en el suelo, sobre esterillas.

En Francia, donde la maniobra se viene enseñando en numerosos centros desde hace dos o tres años -sobre todo en París-, su práctica no se ha extendido todavía demasiado, quizá porque los franceses, por su tipo de comidas, están menos expuestos que los americanos a este accidente alimenticio; en consecuencia, no existe aún ningún estudio sobre la frecuencia de esta intervención ni sobre la eficacia de la misma, aunque es de suponer que no tardarán en aparecer.

El profesor Maurice Cara desearía no sólo que la enseñanza de la maniobra de Heimlich se generalizara entre los socorristas profesionales, sino que se incluyera en los programas de Educación Sanitaria del gran público ya desde la escuela primaria.

EL PACIENTE ESTA ACOSTADO EN EL SUELO



El operador se arrodilla encima del paciente y coloca sus manos de plano a nivel del hueso del estómago, apoyando una mano sobre la otra.

Figure 2

PABLO GONZALEZ REGUEIRA
MEDICO DEL CENTRO.

SEMANA SANTA

En Semana Santa se hacen celebraciones religiosas que más nos hacen pensar en la pasión y muerte de Jesús, siendo el Jueves y Viernes Santo los días más señalados, habiendo ceremonias procesiones, ritos, Viacrucis, etc. De las que en España se cuenta con gran tradición, y nos hace pensar en los misterios ~~del cristianismo y la redención del hombre por el hijo de Dios~~ hecho hombre, que murió por nuestros pecados y por la causa de los más desvalidos, como son pobres y enfermos, de los que hizo un apostro-fado firme en su defensa, dando lugar al Nuevo Testamento y a una nueva alianza entre Dios y los hombres. Dijo en una ocasión el que esté libre de pecado que tire la primera piedra. Después de tres años de vida pública muchos le siguieron dando lugar a la religión que nosotros conocemos y en la cual nos educan desde niños. Su presencia entre pecadores y enfermos, le valió el antagonismo de las clases más poderosas y ricas que buscaban un aislamiento para éstos que bien podían llamarse indigentes a los cuales El dignificó con la esperanza de un mundo nuevo y de un mundo futuro en la eternidad. Recordemos, por ejemplo, los leprosos y basta, para darnos cuenta de la conquista que Jesús hace en estos corazones, tanto en la época en que El vivió como en la de nuestros días. Por ello en honor de estos enviados debemos llevar un respetuoso silencio.

En estos días se toman también las correspondientes vacaciones; No todos van a las funciones religiosas que sobre todo en Andalucía son aprovechadas por el turismo como curiosidad al ver el prodigio de tanto fervor religioso, que suelen ser retransmitidas por los medios de comunicación, aunque este año me parece que no fue así, algunos escogen la playa.

Toros

Desde pequeño soy aficionado a los toros. De niño jugaba a ser torero con mis hermanos, era mi juego preferido. Me acuerdo - que me subía a los árboles y cortaba las polas gal'adas para hacer cuernos; para hacer de capa cogía un abrigo de mi madre, para hacer de muleta me valía un trapo rojo, y de un palo para esto- ~~para las banderillas dos palos, y para hacer de picador~~ nos montabamos uno encima del otro, a mis hermanos les gustaba mucho el juego, pero a mí me encantaba.

Una vez a mi hermano le hice un poco de daño en una envestida, y me recuerdo que me rompió todos los cuernos. La afición - la cogía en Madrid, cuando estaba jugando en el colegio, también jugaba a torear y mis compañeros se divertían mucho. No tuve ninguna oportunidad, la verdad es que tampoco la busqué mucho, entre otras cosas, entre otras cosas porque era muy tímido. Pero yo creo que si hubiera tenido una oportunidad, hubiera sido torero, pues - afición no me faltaba y gustar, me gustaba mucho. Uno de mis ídolos, de mis tiempos fue El Cordobes, al cual admiraba por su valor y filigranería, también me gustaba José Fuentes por su toreo parsimonioso. Antonio Oñoz por su arte. Diego Puerta por su valentía y porfía. Paco Camino por su toreo artístico. El Viti por su estocada, etc. De los toreros actuales me gusta, me gusta, Esparraco, Rafi Camino, Miguelitri, José Antinio Campuzano, Tomás Campuzano, Fernando Cepeda, etc.

El toreo no todos son triunfos, sino también que hay cornadas y algunas que hacen mucho daño, e incluso que matan.

Dicen que el torero de todos los tiempos fue Manolete.

Seija

I4 -5 -9 REDACCION SOBRE LA VIDA DE UN ENFERMO EN ESTE HOSPITAL
PSIQUIATRICO DE RIVERAS DE LEA

Un servidor; Dario Corral Peteira, llegó un siete de agosto -
enfermo de los nerbios, llegando muy mal se está recuperando po-
co a poco despues de diez años de hospital, soy un hombre que tra-
bajo a las órdenes de otro funcionario Manuel Seoane de Castro de
Ray y, ~~residente en España. he mucho trabajo y luego cuando me~~
voy a trabajar me ocupo estudiando francés o escribiendo para es-
ta página, hay que arrancar las hierbas de los huertos, abando-
narlos al cortar el cespéd, durante cinco años he estado trabajan-
do bastante fuerte porque de ha modificado el hospital, sobre to-
do toda la mañana, yo pienso que tomando bien las medicinas, to-
dos los enfermos se van curando, porque hay bastantes buenasmedi-
cías tengo una psiquiatra que cura o, por lo menos vamos tirando.

Todos se han portado muy bien conmigo no teniendo otra enfer-
medad que los nervios, estoy esperando que me manden para junto
de mis padres. No teniendo más que comunicarles se despide con un
cordial saludo para todos.

Dario Corral

HUMANIDAD

Es buena verdad, lo que dijo el gran filósofo Ortega y Gasset, yo soy yo y mis circunstancias, toda persona dotada de un mínimo de sensibilidad no se puede resistir a sumergirse en este pensamiento y elevarse después en pensamiento propio, por eso me fijé y tomé mi propia conclusión de tan sabia enseñanza, para mí el hombre es consecuencia de sus circunstancias aunque luego lo que le corresponde a él es su propio mundo un mundo aparte de sus circunstancias, ya que las circunstancias a pesar de ser vivencias, no son otra cosa que la lucha a la que nos vemos sometidos en medio de las pasiones y contra el dolor y la muerte, esto nos es común a todos, a pesar de que lo vivamos cada cual según lo reciba y según sus experiencias, pero ¿qué es el hombre?, ¿qué es cada cual separado de los demás?, desde luego cada cual es un mundo aparte, un mundo desconocido para los que están a su lado si este no se manifiesta, desde luego para mí el hombre además de ser consecuencia de sus circunstancias es medida de todas las cosas, hay momentos en la vida, a unos les ocurre más y a otros menos, en los que nos sentimos desamparados debido a las contradicciones que se nos plantean como consecuencia de estas luchas, nos notamos débiles y levantamos entorno a nuestro corazón una muralla basada en el temor y el recelo, lo hacemos porque al no entender a los demás no sabemos lo que puede pasarnos y disimulamos lo que creemos es defectuoso, y esto es lo peor que puede pasar ya que cada cual es medida de todas las cosas, y por ser todos distintos, nadie es más ni menos, muchas veces nos preguntamos, como hacer para ser felices sin que nadie nos quite la barrera, pero para ser felices, no debemos deponer barrera ya que lo fundamental es que haya una comunicación y un conocimiento de quien se está

tratando para que sepamos como es y por lo tanto lo que el quiere y necesita y se lo podamos dar. Por eso lo fundamental para ser felices es el saber compartir con desinterés lo que poseamos y si esta sensación de felicidad de ver que los demás lo agradecen y sienten satisfacción, es reciproca de ellos para nosotros, será - cuando se dará origen a virtudes y valores eternos como el amor, la amistad y la alegría, una vez conseguido esto se entiende perfectamente que el hombre sea la medida de todas las cosas y que se le obsebe por lo que es y no por lo que tiene y lo que fundamentalmente somos es corazón sentimiento-s y un alma eterna.

Abril 24 de Abril de 1990

Sobre mi vida en el Hospital siquiátrico San Rafael.

Mi comportamiento en el Hospital creo que es bueno que no hay queja cumplo todo lo que dice el Dr. y el empleado - El Dr. me recetó la medicina y yo la tomo tal como dice, - me prohibió tomar vino, pues ne lo tomo ni ninguna bebida alcohólica, pues lo que me tomo con permiso son bebidas sin alcohol y café , el tabaco . no me lo prohibió pues tengo el vicio de fumar, pero me dijo que fumase poquito pues el tabaco dijo, que no es muy bueno para la salud de los pulmones.

En cuanto a los empleados, pues me mandan levantar y - al momento me levanto de la cama, y cuando es la hora de la comida soy puntual y no me hace falta que me manden comer - pues me pongo a comer lo que me manden, y creo que estancoh- tentosa la hora de la comida , me dan la medicina recetada por el Dr. y la tomo.

A parte de eso acudo al periódico cada día y escribir algún tema o lo que me mandan hacer para que todos estén de acuerdo conmigo.

José Aguiar

NOTAS SOBRE POLITICA

C.C.O.O. pide solidaridad con los contratados de E.G.B. y Enseñanzas medias.

La CXTG celebra hoy una asamblea de profesores de la enseñanza privada.

El PSOE considera grotesco el plan de turismo sobre la muralla

El presupuesto municipal casi se duplicó en los dos últimos ejercicios.

Los sindicatos convocan asambleas de profesores en varias localidades.

Vecinos de Mariñaos limpian el Rio Masma.

Siñeiro acusa a Romay Becaria de falsear datos sobre la concentración parcelaria.

Feministas interrumpen la sesión parlamentaria para debatir el aborto.

Los productores pedirán medidas para paliar la crisis de larsa.

El parlamento aprueba una proposición para la transferencia de los puertos.

El Juzgado de Pontevedra se declara incompetente para inhabilitar al catedrático Baena de Alcazar.

Cruce de denuncias y querellas tras conocerse la existencia de "listas negras" en la CRTvG.

Según Popov la economía de mercado acabaría con la corrupción en la URSS

Palop y Sanchis podrían haber amenazado a militantes del PP por no colaborar.

Enrique Mugica acusa a Damborenea de hacer campaña contra el P-SOE

La violencia es la asignatura pendiente en diez años de gobierno Vasco según ardanza.

Leguina inicia hoy su lucha para no seguir los pasos de Borbolla.

Baker abrirá en Bruselas consultas fundamentales con los aliados.

POESIA DO EMIGRANTE

Desque me fun
pensei nela.
Soio pensei en voltar.
Pensei que desque
voltara
Nela habia de morrer.
Miña almiña meu pensar.
¿Galiza que tes pra mim
que lonxe non podo estar?
Ti vicheme vir ao mundo,
tamén nos viches emigrar.
Pide a Deus miña ruliña
Pra que poidamos voltar.

Anónimo

HUMOR

=====

_ Estaba una vez un soldado en la mili haciendo tonterias y va un teniente y le intimida "Es usted un genio", le dice, y el responde: "non Eugenio": entonces el teniente vuelve a recordarle "con que de cachondeo eh", el recluta le contesta "pos non señor , de F0-nsagrada".

_ Era un pasota que va a un bar y pide un cafe, el camarero despues de ponerselo se maecha, mientras tanto el pasota se hace una mierda en el mostrador, llega el camarero y le dice: "Voy a dar parte a la policia": contesta el pasota "passsa tio, por mi como si se la das entera".

_ Andaba un borracho por la calle al anochecer, y pasa por delante de una iglesia, le llama la atención , ver muchas luces, piensa "aquí debe de haber mucha juerga": pasa dentro y justo era el momento de la consagración, el cura estaba levantando el caliz, el borracho dice "esta ronda la pago yo": otro cura estaba en el confesionario y le hace callar, le dice xssh...., contesta el borracho "tranquilo hombre que cuando termines de cagar tambien te invito a ti.

COSAS

REFRANES

- 1) El que bien come y bien dirige solo de viejo se muere.
- 2) Bestia sin cebada nunca te dará buena cabalgada.

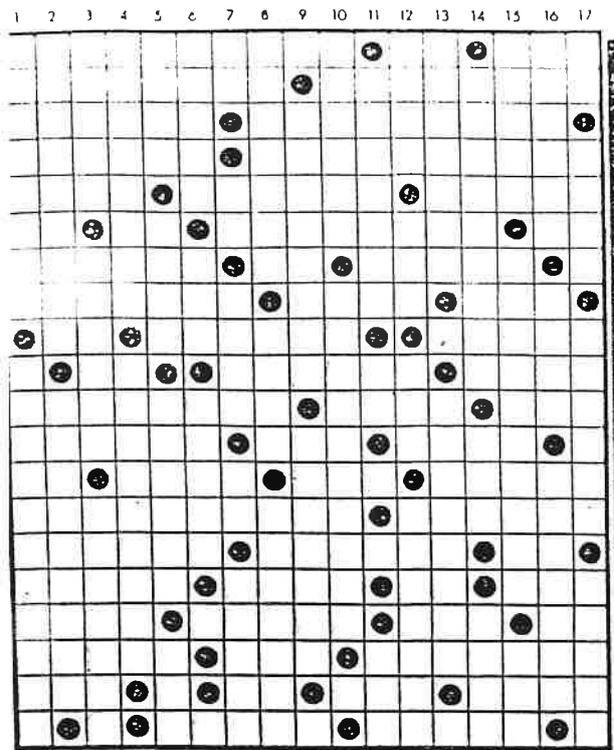
ADIVINANZAS

- 1) Tengo hojas sin ser árbol, te hablo sin tener voz, si me hablas no me quejo, adivina quien soy yo.
- 2) Tengo pito , y si me lo toco me irrito.

FRASES CELEBRES:

- 1) El drama de la vejez no consiste en ser viejos, sino en haber sido jóvenes Oscar Wilde.
- 2) Sin caballo, perro y amigo el hombre moriría . Kipling.

RUCIGRAMA GIGANTE



MODO DE RESOLVERLO.—Con las letras contenidas en la figura se forman las palabras cuyas definiciones, sin guardar un orden, se dan a continuación. Cada palabra, de número variable de letras, se forma de arriba abajo, uniendo cada letra con una de las dos que están inmediatamente debajo de ella, de forma que las palabras queden en escalera y en zigzag. (Para ayuda se pone un ejemplo subrayado.)

DEFINICIONES.—Interrupción, descanso. Ostentación, pompa, boato. Donaire, garbo. Rebaño pequeño. Puntal, exacto. Cierta metal precioso. Símbolo químico del cobalto. Abreviatura de punto cardinal. Dicese del sonido hueco y bajo. Collado pequeño. Indigno, infame. Forma de pronombre personal. Falta, delito. Cualquier producto útil de la tierra. Nota musical. De corta extensión o duración. Oculta, encubre. Demente. Grasa sólida de los animales herbívoros.

HORIZONTALES.—1: Sucesos notables unidos en diferentes épocas. Consonante biva. Reza. 2: Soldado de infantería de la arda del antiguo Emperador turco. Arrasas. 3: Dar de yeso. Cabrestantes movidos por baterías. 4: Planta aromática usada en cocin. Acobardaran. 5: Ciudad rusa. Relativo al sol. 6: Uno de los planetas que gravitan alrededor del Sol. 7: Nombre de letra. Terminación de rbo. Ayuda. Abreviatura de atmósfera. 8: Cierta ase de manzanas muy apreciadas. Fruto del igal. Enlaza con cuerdas. 9: Símbolo químico del uranio. Montaña de Anatolia, donde se estuvo el arca de Noé. Hace su nido. 10: Símbolo químico del fósforo. Letra del alfabeto árabe. Armadura que se ponía al caballo para la jerra. Medidas de longitud. 11: Dicese de las andes profundidades del mar. Estado de Venezuela. Nombre propio de mujer. 12: Calidad a ralo. Almirante que mandaba la escuadra rca en la batalla de Lepanto. Ondas. Quinientos. 13: Terminación de verbo. Especie de vaso a cuello estrecho que usaron los romanos. áculo pastoral de los mahometanos. Mes del ño. 14: Acción propia de un mamarracho. Laramos la tierra. 15: Manchas lividas alrededor a los ojos. Banco de arena a flor de agua. Forma de pronombre personal. 16: Costados. Uno e los productos que fabrican las abejas. Preposición. Existir. 17: Canciones canarias. Encorizas. Espacio de tiempo. Matricula de los auxmóviles de Toledo. 18: Vigilan. Pronombre posesivo. Endemoniados. 19: Cabo de la costa de Argelia. Nombre propio de mujer. Símbolo químico del actinio. Perro. Saludable. 20: Abreviatura de punto cardinal. Símbolo químico del azufre. Hurtar en la compra. Fanal, linerna. Cincuenta.

habla en Francia en la Edad Media al Sur del Loira. Cumbres de las montañas. 8: Persona que se dedica a domar animales feroces. Hermosa flor. Uno de los continentes. 9: Conjunción copulativa. Acobardar. Pendiente de un monte. Abreviatura del radio de la circunferencia. 10: Ley que excluía a las hembras de la sucesión a la Corona. Usadas. Ciento. 11: Dicese de lo que tiene sabor a sal. Símbolo químico del galio. Preposición. Letra que indica el primer objeto de una serie. Sonido que producen ciertos golpes. 12: Demente. Monte de la provincia de Vizcaya. Anillo grande de hierro. Planta ranunculácea. 13: Superficie llana de terreno. Abreviatura de amperio. Timones situados en las alas de los aviones. Signo de ochenta entre los antiguos romanos. 14: Cobertizo de cordelero. Nombre propio de mujer. Cerebro. 15: Guarida de ciertos animales. Acertásemos en el blanco. Cloruro sódico. 16: Restaura las partes dañadas. Padre del género humano. Ventana redonda y calada con adornos. 17: Cara del dado con un solo punto. Observa. Carnes asadas. Arbusto de hermosas flores.

NUMEROGRAMA

Colóquense en las casillas en blanco las cifras necesarias para que, haciendo las operaciones que indican los signos, los resultados horizontales y verticales sean los que ya figuran en el cuadro. (Puede admitir más de una solución correcta.)

9	+	:	=	2				
-	□	+	□	+	□			
-	□	+	□	=	9			
x	□	+	□	:	□			
+	□	-	□	=	6			
=	8	□	=	9	□	=	3	□

OJO ATENTO

Entre estas dos viñetas existen SIETE DIFERENCIAS. ¿Cuáles son?

