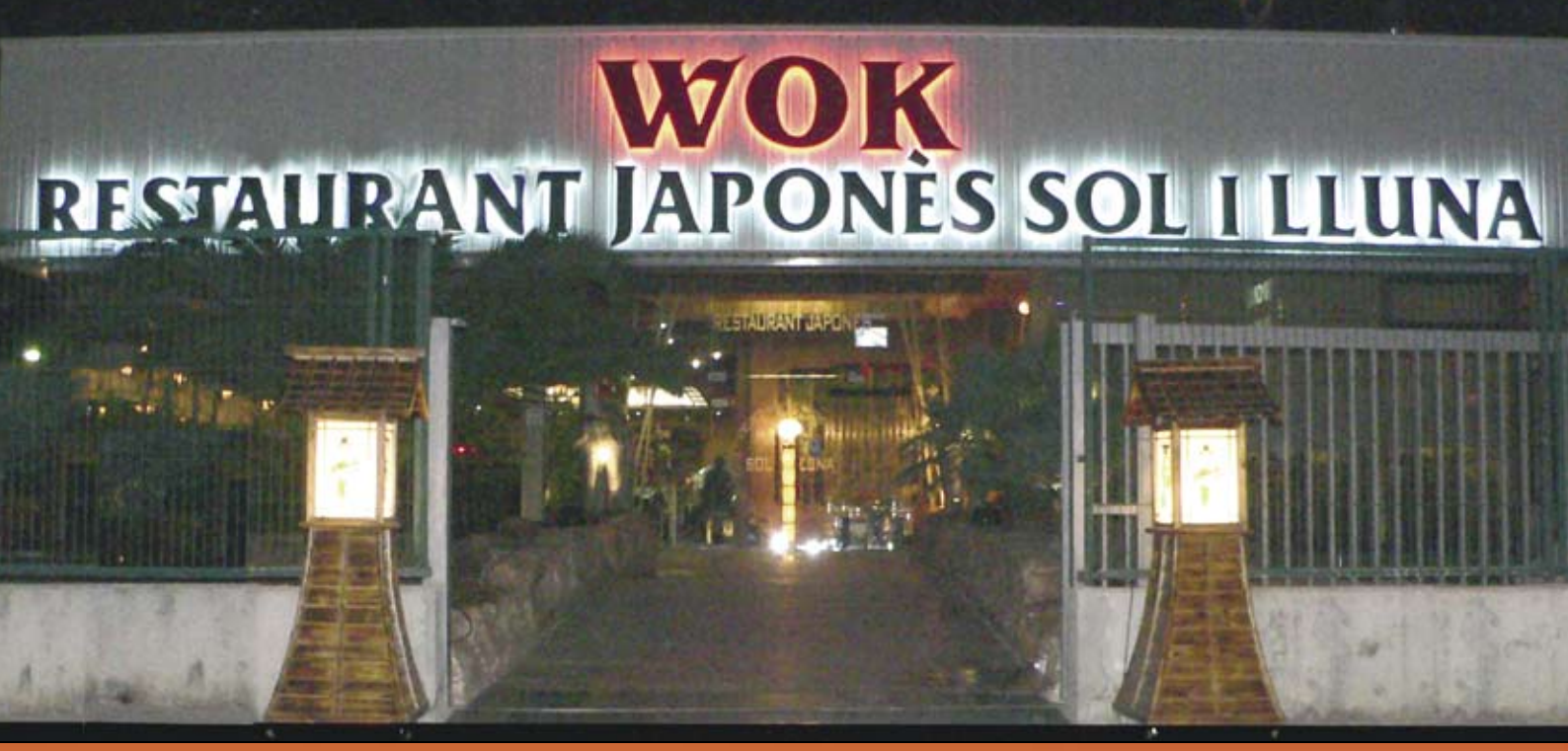
L'Altaveu
de Sant Pere de Ribes

Núm. 48
DESEMBRE 2009

Distribució mensual de 5.000 exemplars gratuïts

www.laltaveu.com



Els teus àpats NADALENCS en un ambient ASIÀTIC i gaudint de CUINA INTERNACIONAL

Menú especial per a celebracions familiars i d'empresa

NADAL

MENÚ ESPECIAL

38€ Per persona IVA inclòs

- Pernil ibèric
- Formatge manxego
- Ànec "laqueado" de Pequín
- Sopa miso de cloïsses
- o escudella
- Còctel de gambes
- Sushi Moriawase
- Tempura Moriawase (gambes i verdures arrebossades típic japonès)
- Cloïsses o navalles
- Arròs o fideus especial amb bou de mar
- Llamàntol a la planxa

VI RAIMAT O ONDARRE

(mínim 2 persones)

CAP D'ANY

MENÚ ESPECIAL

+

Cava PUIG MUNTS

GRAN RESERVA - BRUT NATURE

+

RAÏM

+

COTILLÓ

+

BALL

FINS A LA MATINADA

(mínim 2 persones)

60€ Per persona IVA inclòs

Carrer de la Fita, 15 - 08800 Vilanova i la Geltrú

RESERVES - Tel. 93 893 05 09

Capacitat màxima 200 persones

Editorial

Desembre és un mes ple d'esdeveniments com no podria ser d'una altra manera. No només és el tret de sortida a les dates de Nadal amb les implicacions que això representa sinó que conclouen per tancar l'any molts projectes, i es prenen en fase d'iniciativa d'altres futurs projectes que es realitzaran durant l'any següent.

Motiu pel que *L'Altaveu* especial Nadal surt al carrer farcidet d'esdeveniments que associacions, entitats i iniciatives conjuntes han dut a terme en els últims dies de l'any 2009, sense perdre de vista les seccions habituals de la nostra edició i donant cert protagonisme a les entranyables dates que s'aproximen.

L'any 2009 no ha estat precisament un camí de roses per a la immensa majoria, la crisi ha estat present dia a dia, en tots els àmbits, i ha afectat la quotidianitat de tantíssimes persones modificant hàbits i prioritats d'una manera quasi cruel.

Són temps difícils on els amics es reafirmen, els enemics es toleren i la resta es posen en evidència.

Temps on la continuïtat de *L'Altaveu* també ha trontollat, veient amb certa impotència com molts dels nostres anunciants, estimats patrocinadors, lluiten per continuar on són i sense mirar enrere, per si de cas es converteixen en estàtues de sal. És segur que arribaran temps millors i ens convertirem en supervivents d'aquest desastre.

Doncs, és un bon moment per reflexionar, i sobretot agrair, agrair molt sincerament l'evident esforç de totes les persones empreses i institucions que lluny d'abandonar-nos ens ajuden i encoratgen per continuar oferint el bo i millor del nostre municipi.

També és tasca grata la de felicitar a tothom, una felicitació que aquest any especialment és plena sobretot d'un sentiment d'esperança, de complicitat i de voluntat de superació. Perquè no hi ha d'altre, quan un és al ball, ha de ballar, encara que temporalment toqui de fer-ho amb el/la més lleig/ja.

Bé, en definitiva un feliç Nadal a tothom, una immillorable entrada d'any, una bona Festa Major, i al febrer *L'Altaveu* especial Festa Major ens mostrarà que en som de trempats en aquest poble.

Vinguin els temps que vinguin, no hauríem d'oblidar mai el que realment és important.

Gaudiu del que tingueu.

Fins aviat!

Sumari

Les tradicions catalanes de Nadal
Pàg/ 02 i 03

Viatge
Cap d'any al Sàhara
Pàg/ 18, 19 i 20

De mas en mas
El corral d'en Pujol
Pàg/ 04, 05 i 06

Notícies
L'Ajuntament informa
Pàg/ 25, 26, 27 i 28

...i més

L'Altaveu de Sant Pere de Ribes

Coordinació
Cristina Perelló

Disseny i Maquetació
Xavi Colom

Portada
GONFLOR

Redacció
Núria Pujol
Josep-Lluís Palacios
Cristina Perelló
Núria Martí

Col.laboradors
Josep-Lluís Palacios
Núria Martí
Àlvar Font
Josep Graells
Ramon Prats
Xavier Callao
La Juani
Laura Escofet
Carles Tudurí
Miriam Juanola

Publicitat
93 896 41 72

Edita
Pin Ups Publicitat
Pl. Catalunya, 4
93 896 41 72
08810 Sant Pere de Ribes
www.laltaveu.com
laltaveu@laltaveu.com

Dipòsit Legal
B-16522-2004

L'Altaveu és un mitja plural i no comparteig sempre l'opinió dels seus col.laboradors

l'equip

Anuncia't
93 896 41 72

LES TRADICIONS CATALANES DE NADAL

Nadal, en el món occidental, és una festa d'origen religiós que se celebra el 25 de desembre i commemora el naixement de Jesucrist.

L'origen d'aquesta celebració, però, prové del món pagà,ja que coincideix amb el solstici d'hivern en què el diacomença a allargar-se de nou.

Cada país compta amb les seves pròpies tradicions que de vegades tenen un gran contingut religiós i d'altres representen el culte a la natura.

COM SE CELEBRA NADAL A CATALUNYA?

13 de desembre, Santa Llúcia

Aquest dia, preludi de les festes de Nadal, comença la Fira de Santa Llúcia.

Arreu del país s'organitzen fires on es posen a la venda els arbres de Nadal, les figuretes del Pessebre i tota l'ornamentació de les festes nadalenques. La fira sol durar fins al dia 24 de desembre, és a dir, la vigília de Nadal.

24 de desembre, Caga Tió

Aquesta és una de les nits màgiques de l'any, especialment per a la mainada.

El tió representa l'arbre i el bosc, que antigament era la font i la matèria de la majoria d'eines i de mobiliari del camp i essencial per a fer el foc per escalfar i cuinar.

Per això, en la majoria de llocs del món s'engalana un arbre i se'l presenta com a font de joia i d'alegria d'on surten llaminadures, torrons, etc., que després s'aniran consumint durant els dies de festa següents.

La tradició és que, per Santa Llúcia es tria un tronc, que es disfressa, s'abriga i s'alimenta fins al dia 24 a la nit, en què la canalla, a cops de garrot acompanyats de cançons populars per a l'ocasió, el fa cagar.

Els nens piquen i el tió deixa anar els seus productes en forma de llaminadures i regals.

També es tradició fer-ho el dia de Nadal a la tarda o el dia de Sant Esteve.

25 de desembre, Diada de Nadal

D'acord amb les tradicions paganes, la celebració del Nadal està dedicada al solstici d'hivern, que el Cristianisme va transformar donant-li un caire religiós i convertint-la en el dia en què va néixer Jesús.

És típic fer un gran dinar familiar, amb escudella i carn d'olla, pollastre farcit, cava, torrons, neules i fruits secs.

També es fa una llarga sobretaula en què la canalla recita poemes, es canten nadales, en un ambient distès al voltant del pessebre o de l'arbre de Nadal.

Es desitja pau, felicitat i joia a tot el món.

Les dites més típiques del dia són:

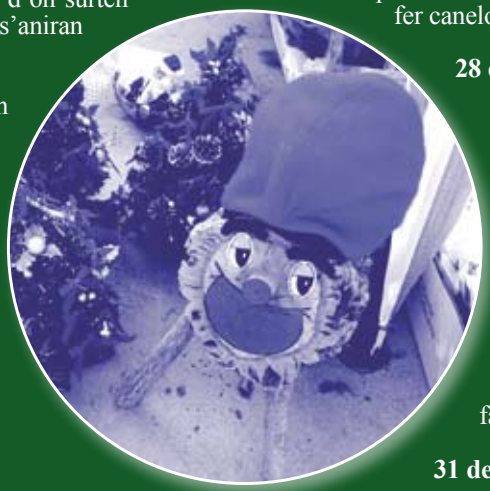
Per Nadal, cada ovella al seu corral!

Per Nadal, qui res no estrena res no val!

26 de desembre, Sant Esteve

És una festivitat considerada una mica com la continuació del dia de Nadal; es tracta de poder-se reunir amb la resta de la família amb qui no s'ha pogut estar el dia de Nadal.

El dia està centrat en el dinar; es comença més tard del compte i s'aprofiten les restes del dinar de Nadal, i per això se solen fer canelons.



28 de desembre, Els Sants Innocents

Sembla que és una festa d'origen pagà i era l'inici d'unes festes que se celebraven per tot Europa, coneguda com la Festa dels Bojos, que durava molts dies i acabava per Carnestoltes. Era una manera d'entretenir-se durant els dies llargs i freds d'hivern.

Actualment és el dia en què la mainada fa bromes innocents i divertides com ara plantar llufes o ninots de diaris retallats, i la premsa aprofita per donar algunes notícies falses i disbauxades.

31 de desembre, l'Home dels nassos i Cap d'Any

També podria formar part de la Festa dels bojos. Se sol

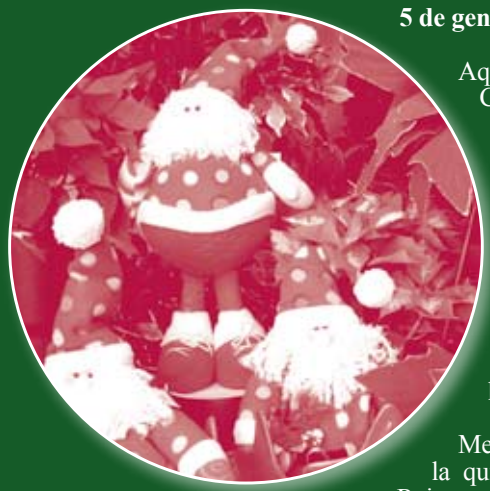
explicar a la mainada que en aquest dia surt l'Home dels nassos, una persona que té tants nassos com dies queden per acabar l'any. Com que sovint els costa entendre el joc de paraules, fa que s'imaginin un personatge estrafolari, curiós i un xic terrorífic que només poden veure aquest dia.

També és el dia que es fan els preparatius per acomiadar l'any vell i rebre l'any nou. Se solen preparar sopars sofisticats i elaborats, s'organitzen balls de festa i es prepara el raïm.

1 de gener, diada d'Any Nou

En aquesta diada se sol fer revisió de com anat l'any anterior i es fan propòsits per a l'any que comença.

També es fa un dinar familiar, sovint a base de pollastre farcit o de xai al forn.



5 de gener, Cavalcada de Reis

Aquest vespre arriba la Cavalcada dels Reis de l'Orient. La mainada s'aplega pels carrers on ha de passar la comitiva. A molts llocs, els nens porten fanalets amb què il•luminen tot el recorregut i se sol cantar la cançó dels Tres Reis, que a cada lloc té variants.

Mentre passa la cavalcada, la quitxalla dóna la carta als Reis o als Patges Reials, on han escrit la llista amb les joguines que desitgen i els regals per a tota la família i on han fet una declaració de bones intencions per a l'any que s'inicia.

Per tal d'indicar a Ses Majestats on han de deixar els regals i les joguines, cadascú posa la seva sabata ben enllustrada, ja sigui al balcó, a la catifa del menjador, etc .

També es deixa una mica de menjar i beure per als Reis i el seu seguici com també per al bestiar que els acompanya.

6 de gener, Diada de Reis

És el dia de la mainada per excel•lència.

Sovint, neguitosos, es lleven molt aviat per descobrir què és el que els han deixat. Durant el dia es va peregrinant a les cases dels parents (avis, oncles, padrins...) a recollir altres obsequis que també els han deixat.

El dinar de Reis ja és l'últim d'aquestes dates. És tradicional el típic tortell de Reis, fet de massapà, on hi ha una fava amagada i, al mig, una corona daurada. Qui troba la fava serà nomenat Rei i és qui portarà la corona.

Mireia Juanola i Codina
Servei Local de Català de Sant Pere de Ribes

COOPERATIVA D'HABITATGES

Llar Unió Catalònia, S.C.C.L. SANT PERE DE RIBES

Últimes vivendes de Protecció Oficial **Venda de locals comercials.**

Al C/ Jaume Balmes, cant. Carles Bohigues

39 Habitatges de Protecció Oficial, amb pàrquing i traster inclosos

Des de 168.000 € + IVA

Acabats de 1a qualitat

INFORMACIÓ I VENDA:

657 96 97 38 (Dilluns, Dimecres i Divendres)
93 601 10 98
Passeig de Circumval·lació, núm. 25-27, cant. Jaume Balmes
E-mail : monica@qualitat-hs.com

Qualitat HS

De mas en mas

per Núria Martí

EL CORRAL D'EN PUJOL

Atravessant les Torres, més enllà de can Miret i veïna a les Casetes, un camí de carro que hem de fer a peu, ens porta a tocar de Sitges al davant d'aquesta masia, antiga en el temps. L'edifici en si primer era un corral, d'aquí el nom que li ve donat, una mena de casa de pastors que quan hi tenien el ramat hi feien estada, i es coneix que al 1816 aquesta es va ampliar. S'hi van construir més estances, sobre la coberta del mateix corral, i es va millorar l'estructura de la casa en general. Per molts també es coneix com a mas d'en Pujol.

Avui ens n'explica anècdotes una de les generacions de masovers, que representa el primer protagonista d'aquest text, en Lluís Mestre Roig. I comença fent referència al seu pare: en Josep Mestre Guillaumes, que va néixer l'any 1894 i que hi va anar a viure pocs anys després, al 1900.

La família d'ell antigament vivia a can Carbonell, d'on provenien abans de fer-se càrrec del nou terreny. De ben jove va aprendre l'ofici de pagès, i se n'encarregava amb el seu pare, de tirar endavant tota la feina que es fes.

Un cop acomplert el servei militar, que el va portar durant tres anys a Menorca, comença una nova vida amb la Mercè Roig Planas, a qui coneix de can Queralt de les Torres. Després de

Josep Mestre Guillaumes i Mercè Roig Planas l'any 1923, el dia del seu casament.

casats al 1923, i al cap dels anys, tenen tres fills: en Francisco, la Montserrat i en Lluís.

Les terres de la casa estaven formades per diversos jornals de vinya, camp i garrofers. Com que antigament no tothom disposava de matxo o cavall, feien servir el carro i l'animal de l'Anton de can Queralt, per tal de poder traginar la collita fins a Sitges, a un Celler molt important que hi havia antigament.

Al corral hi tenien un ramat amb una vintena de cabres, un fet molt comú abans a les cases de pagès. En Lluís, el petit de tots tres germans, recorda perfectament tot el laboriós procès a seguir que comportava aquest fet. Les cabres havien, a diari, de sortir, se'ls havia, una per una, de munyir, fins que després la llet també s'acabava venent. A banda de dur-la a algunes cases de Ribes, la majoria es transportava en carro fins a Sitges, on la

Construccions
i
Restauracions
RAL, S.L.
c/ Jesús, 12 - Tel. 93 896 27 05 - Sant Pere de Ribes

En Lluís Mestre Roig masover del corral d'en Pujol, l'indret on va néixer.

venien a un nombre elevat de gent, casa per casa a cadascún d'ells. És per això que encara són molt recordats a la vila veïna.

De tots tres germans, en Lluís, tot i també dedicar-se a fer de jardiner, va ser qui més va seguir la tradició i l'ofici de pagès. Va néixer al 1934, i com molts masovers, va començar a vèncer distàncies desplaçant-se al col.legi a peu.

Tota la família Mestre Roig al voltant de la taula, en una celebració familiar, acompanyats de l'Anton Roig, de can Queralt de les Torres, i en Pere Camps entre d'altres.

El Drac de Ribes
PROMOCIÓ ESPECIAL NADAL-REIS
Amic invisible, regals, felicitacions, agendes, calendaris, llibres...
Aconsegueix la teva targeta de fidelitat
C/. Cervantes, 12 - Tel. i Fax 93 896 25 78
SANT PERE DE RIBES

L'Eduard Pascual, la seva dona Anna Porcar i les seves filles: Elisa i Maria, al centre de la imatge, durant una excursió al Montseny. També els acompanyaven Joana Nin i Ramon Bertran, a banda i banda de la imatge.

Els mestres, en Mesias i en Sardà, van arribar a un acord per estalviar en viatges a l'hora d'anar a estudiar. Quan tothom plegava al migdia, ell s'hi quedava fins més tard. D'aquesta manera, i degut a la llunyanía, un cop a casa, a la tarda no hi havia de tornar. Si volia passar l'estona, o anar a jugar, o ho feia sol o es dirigia a les Torres, a una bona estona caminant. Quan va tindre la seva primera bicicleta va ser tota una festa. Tenia 15 anys.

Quan més gran es feia, més acompanyava el seu pare en les feines del mas i avui dia no ha deixat d'anar-hi i hi manté un fort lligam.

La façana de la masia en l'actualitat, amb l'entrada a l'esquerra del que era abans el corral.

Els antics propietaris del corral d'en Pujol eren una família de Sitges, i més tard va passar a l'Eduard Pascual Gustems, molt recordat a Ribes, i que també era pagès. Provenia, igual que la seva dona, Anna Porcar i Porcar, de Castelldefels. Allà vivía a la masia *El Poal* i es van traslladar a Ribes per raons familiars. Amb les seves dues filles, l'Elisa i la Maria, que van néixer a Ribes, van començar al poble una nova vida.

En Lluís Mestre Roig a l'entrada lateral de la casa.

El corral d'en Pujol manté la mirada a Ribes, i de reüll mira cap a Sitges, cap al mar. El conjunt de terres que l'acompanyen es continúen treballant, tot i la malaurada pèrdua de l'Eduard Pascual, qui n'estava al capdavant. Actualment les vinyes són portades pels seus descendents, la família Planas-Pascual.

Es segueixen mantenint tant les vinyes com el mas, i s'han adequat els ceps per, mica en mica, anar deixant la collita feta a mà. La masia es manté viva, i l'esforç per què així sigui: constant.

Les vinyes i els garrofers dels voltants, amb la masia al fons.

Cafè-Bar Penya Barcelonista de Ribes

El passat dia 14 de novembre, va tenir lloc la inauguració oficial del nou local Cafè-Bar, que porta el nom de: "PENYA BARCELONISTA DE RIBES". El nou establiment està regentat per Joan Acuña Forns, persona jove, fill de Ribes i molt conegut per tots els ribetans. És un local en el que hi podrem trobar persones de totes les edats; però sobretot, molta gent jove, atrets no tant sols pel futbol, sinó com a punt de trobada entre ells.

Des d'aquestes pàgines, convidem a tothom a conèixer l'establiment, on es poden veure las retransmissions dels partits en que s'enfronta el Barça amb els altres equips o també retransmissions d'àmbits o competicions que poden tenir un bon interès general per als clients.

Esperem que el nou local tingui el ple recolzament de la gent de Ribes, la pròpia Penya Barcelonista de Ribes, que té aquí la possibilitat d'un lloc de trobada per a moltes de les seves activitats i que, conjuntament amb la direcció de l'establiment, organitzar autocars, trobades, etc.

El dia de la inauguració oficial, la Penya Barcelonista de Ribes, va convidar als seus socis a visitar el local i també els va oferir un generós tast de tapes per a tots els assistents, al que es va afegir cava per a tothom, cedit per la direcció de l'establiment.

La "Penya Barcelonista", també ha penjat en el interior del cafè-bar, tot un seguit de quadres amb fotografies de diferents jugadors que havien jugat, ja fa uns quants anys, tots ells signats per aquests propis jugadors.

Esperem i també encoratgem a la Direcció del local i a la Penya Barcelonista de Ribes a fer cada dia més gran i més estimat, aquest Club que últimament ens ha donat a tots, moltes alegries i molts bons moments.

Felicitats, visca el Barça i visca la "Penya Barcelonista de Ribes".

EL INTERÉS NUTRICIONAL DEL GOJI

Laura Escofet i Rigual
Dietista-Nutricionista
Especialitzada en Trastorns de la Conducta Alimentària

dietistaescofet@gmail.com

Són les excel·lents i beneficioses propietats que posseeix el goji les que m'han fet decidir per dedicar-ne tot un article, i en aquestes èpoques especialment, per la seva contribució en potenciar les defenses del cos. Aquesta només és una de les raons per les que els metges tibetans les utilitzen des de fa milers d'anys. A continuació en coneixerem la resta d'avantatges.

El goji és una fruita deshidratada amb un color vermell molt intens que la caracteritza. Tot i que el seu aspecte pot fer rebutjar el seu consum, té un sabor agradable.

No sabria dir-vos si és la fruita amb una composició nutricional més completa, però sí que és una de les que conté una millor densitat nutricional.

Què ens aporta?

Principalment, proteïnes, aminoàcids essencials (components que el nostre cos necessita per fabricar les proteïnes i s'han ingerir per evitar deficiències), sucres, greixos essencials (Omega 3 i Omega 6), fibra, vitamines essencials (de tipus B, A, E i C) i minerals (manganès, magnesi, ferro, calci, el crom, potassi, fòsfor, seleni).

A més a més, la major part de les persones que en consumeixen ho fan pel seu alt contingut en substàncies antioxidants. És per això que també anomenen el goji com "l'aliment de l'eterna joventut".

No obstant, si em permeteu, a aquest sobrenom hi afegiria que és un suplement imprescindible per assegurar-nos una bona salut. El per què el justifiquen la presència d'altres components amb importants efectes pel nostre organisme. Aquí en teniu alguns en detall:

- Luteïna i zeaxantina: flavonoides per la cura dels nostres ulls.

- Superòxid dismutasa i fenilpropanoids: són factors inhibidors de l'envelliment.

- Fisalina: compost natural que potencia i millora les defenses.

- Germani: un component que ajuda a alleugerir les dolències.

- Ciperona: component que ens aporta beneficis pel cor i la pressió arterial.

- Betaïna: és un component que calma el nerviosisme i millora la memòria.

- Polisacàrids i vitamina C: són substàncies que contribueixen al bon funcionament de les defenses de nostre cos.

Beneficis per a la salut:

- Potencia el nostre sistema de defenses.

- Pot ajudar a alleugerir els efectes de l'envelliment.

- Ens ajuda a la producció d'energia i millora l'ànim.

- Ens protegeix de malalties i complicacions de tipus cardiovascular, protegint el cor i la circulació.

- Ens pot ajudar a regularitzar els nivells de sucre en sang.

- Pot ajudar-nos a contribuir en conciliar i mantenir el son i repòs.

- Pot ajudar-nos a controlar l'estrès i l'ansietat.

Com el podem prendre?

Es poden menjar soles, en suc, afegides als cereals de l'esmorzar o al iogurt, o utilitzades com a condiment d'amanides, sopes o cremes.

Estan indicades per a totes les edats. El seu agradable sabor evita el refús dels nens.

Quanta quantitat hem de consumir-ne?

Perquè ens aporti els beneficis comentats, és suficient amb un consum diari entre uns 5 i 10 grams, que és el mateix que unes 20-40 unitats.

Si és en format suc, es recomana entre 20-40 ml al dia (no més de mig got).

Trobant-nos en aquestes dates tan assenyalades, aprofito l'ocasió per desitjar-vos a tots i a totes un Bon Nadal i Feliç any 2010.

COLUMNA SANA, SISTEMA NERVIOSO SANO, UNA SALUD PERFECTA 1a parte

La columna y el sistema nervioso

La razón por la cual la columna vertebral se conoce también como "árbol de vida" es porque alberga en su interior la pieza clave de nuestro organismo: el sistema nervioso.

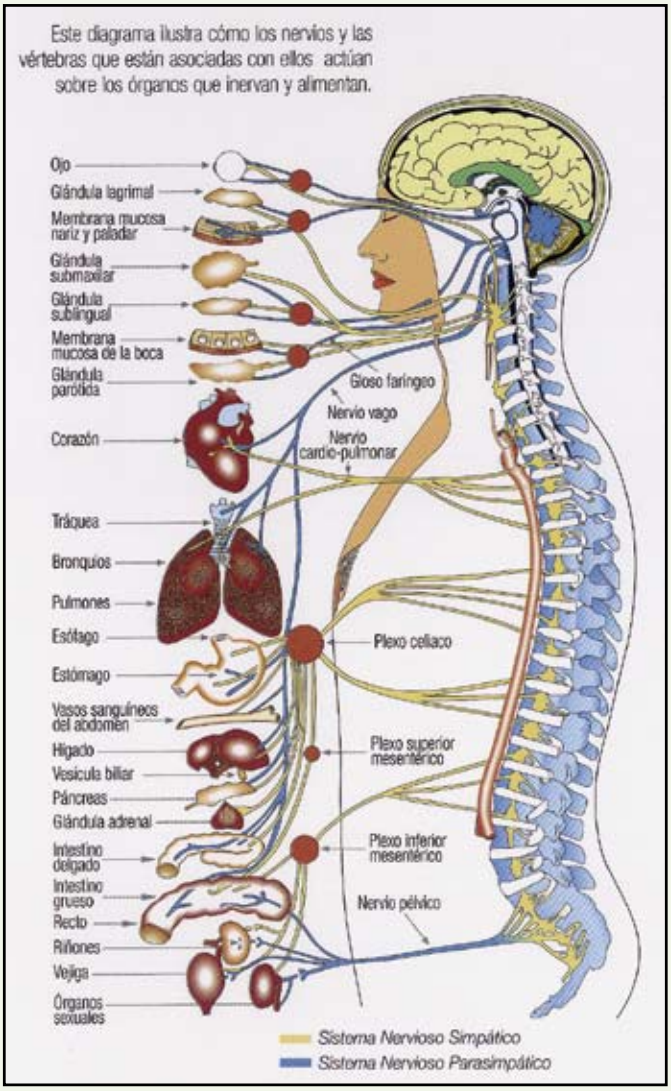
Dicho sistema, cuyo elemento central es la médula espinal –acompañada por los nervios que se ramifican desde ella- nos permite movernos, ser sensibles a nuestro entorno, pero ante todo nos mantiene con vida.

El sistema nervioso autónomo es responsable de todas aquellas funciones metabólicas que se desarrollan inconscientemente: la respiración, la digestión, la circulación, etc. Regula también las fases de actividad y de descanso de todos y de cada uno de los órganos de nuestro cuerpo. Por otra parte, se ha descubierto recientemente que los nervios desempeñan un papel importante en la nutrición de los tejidos que alcanzan.

La columna vertebral es un "árbol de vida". Gracias a los nervios que emergen de ella y se ramifican por todo el cuerpo, la información vital alcanza todos los órganos y células del organismo.

Relación vértebras – órganos

A través del sistema nervioso, la información vital circula desde el cerebro hacia todos los órganos del cuerpo. El flujo nervioso pasa primero por la médula espinal, protegida por la columna vertebral, y luego por las raíces nerviosas, que emergen entre las vértebras y se ramifican por todo el cuerpo.



Para su total seguridad debe confiar su salud y su columna vertebral a un auténtico profesional, doctor en quiropráctica o doctor en medicina especialista en este campo.

SU SALUD EN BUENAS MANOS, NADIE SE LO MERECE MÁS QUE USTED

Dr. Chiappinelli
Director y fundador del Centre Chiropràctic de la columna vertebral de Sitges y Barcelona
www.quiropractic.es

Para más información sobre la quiropráctica o del Centre Chiropáctic de la Columna Vertebral del Dr. Chiappinelli consulte: www.quiropractic.es o llame al: 93-8110101 Sitges o al : 93-4875035 Barcelona.

Nadal 2009
Sant Pere de Ribes

Ribes:
el teu poble, el teu comerç
www.ribescomercial.cat

Campanya de Nadal 2009
Inici: 14 de desembre de 2009 – Final: 5 de gener de 2010

Sorteig de 30 vals de 50 €
Sorteig d'un abonament anual a l'Espai Blau (gratuït)
Sorteig de 5 abonaments mensuals a l'Espai Blau (gratuït)
...I altres detalls pels nostres clients...

L'ACIR us desitja Bones Festes!

El sorteig es farà
el dia 8 de gener de 2010,
davant de públic,
a la Biblioteca Manuel de Pedrolo.

Organitza: A.C.I.R RIBES

Amb la col·laboració de:

Espai Blau · caixaManresa · Generalitat de Catalunya · Comerç Catalunya

Socis de l'ACIR

Adrogueria Versailles
Antoni Fabregas
Assessoria Farreras
Assegurances Llorenç Prat
Assessoria S. Pere de Ribes, sl
Autoescola Garraf
Automobils Bages, S.L.
Auto-venda Vilanova, S.A.
Bartra Roig, S.L.
Ca la Glòria
Cafes Candelas / Cial Brik
Cafés i tés "La Riera"
Calçats 2+2
Carnisseria Casas
Celler Can Ferran
Centre Esportiu Vallpineda
Centre teràpies naturals
Country house
Country bar "Molt diferent"
Decomoda
Decoluz
Disseny per la llar
Papereria El Drac de Ribes
Electrodomèstics Fonoll, S.L.
Emil-Ross SCP
Estrella Armero & co.
Farmacia Arizcun
Farmacia Miret Mestre C.B.
Farmàcia Vilà
Ferreteria Aleix, S.L.
Fincas Palou
Finques "La Fita "
Flors i violes
Forn Ribes
Foto David
Frankfurt Ribes
Gimnàs i bellesa Jopil
Gonflor
Granja El Drac
Grup La Granja
Guai
Impremta Falcó
Integral Yoga Center
Jaume Font S.L.
Jordi Puig Font
Kiddies Corner
Llar d'infants El Tren de Ribes
Look màgic
Mandala, S.C.C.L.
Manufactures Busquets s.L.
Mascotes Ribes
Merceria el Botó Groc
Mobles Ribes
Natural Òptics
Net-net S.C.P.
Newton's Informatica Ribes
O.B. Pressgraf
Optica Sant Pere de Ribes
Papereria Gabaldà
Pastisseria Serarols Nin
Perruqueria Haizea
Perruqueria Forma i Estil
Proclident
Prod. Naturals El Girasol
Qualitat i gestió
Queviures Can Manel SCCL
Rellotgeria-joieria M. Fortuny
Restaurant Ca La Trini
Restaurant Can Lloses
Restaurant El Secreto de Juan Fran
Restaurante Cervantes
Ribesvet
Ronison
Salon de perruqueria Zeus
Supermercat Inès S.L.
Supermercats Ribetans S.L.
Taller Vica
Tecno Visió Lluís
Teqma
Torve C.B.
Granja bar Les Cantonades

El contrafort *(perquè la contra ja té copyright)*

EL DESEMBRE CONGELAT

Tot just arriba i tot just s'en va. Obrim el mes amb la cimera més freda de la Història, canvi climàtic obliga. Copenhague promet... però, en fi. I acabem l'any que mentre hi ha llocs on es congelen impostos en d'altres ens deixen gelats amb les pujades... un caos.

I mentre les nadales i arbrats decoratius tornen a inundar carrers i cases el debat es torna a obrir a l'entorn dels símbols religiosos en espais públics.

Potser sí que ha arribat el moment de deixar de banda símbols i festivitats però esperarem alguna cosa a canvi no?

Es curiosa si més no, la manera en que forgem identitats de cap a peus i en canvi les defensem només de cap, només de cor, només de butxaca, només dempeus... en conclusió... que decideixi un altre que costa molt arribar a un acord! I la resta... a queixar-se, manifestar-se en el millor dels casos... mentre qui més qui menys es mostra amb la preocupació materialista de la llista del sopar de Nadal, l'escapada de cap d'any i els regals de reis.

Esperem amb ansietat l'anunci d'una dècada que s'acomiada amb crisi i que començarà amb crisi. Una crisi brutal, gairebé irremeiable diuen. I que cal deixar enrere al menys en aquests moments en què simbologies a banda ens anirà bé anar de festa, rebre i donar, gaudir i menjar dolços i canelons com sempre... I aprofitar les felicitacions i els presents d'obligat compliment, que en diuen, per agrair a qui correspongui el que correspongui, per donar les gràcies de poder continuar amb les tasques encomanades i poder continuar també servint per quelcom més que per a patir un context que ens hauria de ser aliè però que en canvi ens ofega l'alè.

L'optimisme és doncs necessari... ja ho deien els savis. L'optimisme és un remei quan la malaltia de la realitat no s'esborra ni amb el somriure d'un infant que per primera vegada descobreix que aquells ésser màgics de no sé quin conte en realitat apareixen en camions d'alguna organització no governamental en gairebé tots els racons del món. A casa nostra també, és clar.

I tot plegat, mentre als llits de centenars de cases i hospitals, hi ha persones que agonitzen acomiadant-se d'una vida que haurà estat plena o no, però que els ha donat moments per a tot... I per tots ells, seguirem endavant.

La Juani, conscient de que cada cop que alguna cosa comença, una altra s'acaba.

Feliç Any Nou.

no deixis de banda
el teu somriure
PROCLIDENT
Estètica dental Odontologia conservadora Implantologia Pròtesis dentals Endodòncia Ortodòncia
et financiem
Eduard Maristany, 35, local 8
08810 Sant Pere de Ribes
Tel. 938 963 577 / 671 035 070
info@proclident.com

EL SOPAR DEL GER

Fotografies: Maria Moragues i Nil Garcia Cuadras

L'Entitat GER va celebrar el passat 5 de desembre a La Nau Pere Vall i Soler el *Sopar del soci i la sòcia* amb menjar, teatre, música, espectacle i cant. Més de 150 persones de totes les edats van poder tastar els plats pensats i preparats per La Cassola, Societat Gastronòmica (una de les seccions més modernes de l'entitat): *Coctail de Benvinguda, Crema de moniato aromatitzada amb flors de nis, Tropical Salade amb mel de Romaní, Calamars amb farciment de Cep i Rossinyol i Delicatesses de Crema, amb Vi novell del Celler cooperatiu de Moja*.

El local del GER estava ple de gom a gom i va ser un acte de trobada, reunió i celebració, és a dir, de vida cultural en tots els sentits que dia a dia les entitats de Catalunya duen a terme.

En acabar el sopar es van mostrar tota una sèrie de breus espectacles que eren el resum de tot un any. Van recordar en imatges i paraules a Pepe Rubianes que a tots ens va fer pensar que ell ja ens parlava de la *vergüenza de los documentos de Salamanca.*

També es va presentar tota la Junta Directiva actual i el President Pau Garriga ens va recordar que Ribes som un *poble viu.* Dos actors van fer uns monòlegs crítics sobre el que és habitual a la nostra societat. El *country* no va faltar amb ball i dues peces de qualitat. La coral, ben dirigida, van interpretar *Sakura* (popular) i *La Dama d'Aragó* de Manuel Valls.

Tot sempre presentat per Josep Mata i amb un final especial. Joan Garriga va fer el paper d'actor de cec tot desitjant que torni a tocar la loteria, l'al.legoria de la alegria i d'una organització cultural amb més de trenta anys de vida.

La Cassola, Societat Gastronòmica

Tots els assistents a l'acte també van aplaudir el treball de La Cassola, la Societat Gastronòmica de l'entitat. L'objectiu de La Cassola és la promoció de la vida social mitjançant una bona taula. Van començar com una colla d'amics i ara són 31 socis.

Sempre difonen els menjars, i vins del nostre poble com els de Torre del Veguer, Vega de Ribes, Can Ramon i Cava Masia els Arcs (Can Climent). El President de La Cassola és Josep Anton Pons Romeu, Miquel Boira (Secretari) i Anton Domingo (Tresorer). Tots ells i molts socis de l'entitat van fer possible, durant dies, que tot funcionés aquella nit.

Josep-Lluís Palacios

"UN TAST DE MÚSICA AL CABALER CAFÈ"

CABALER CAFÈ

Cada divendres a partir de les 23:30h
"MUSICA EN VIU"
i els dissabtes a les 23h el
"QUATEQUE",
t'ho perdràs?"

Electrònica F.Rius
Botiga d'electrònica
Preparat per a la TDT
OFERTES DE T.V.- PLASMA - LCD - LED
Servei Tècnic Propi
Tel. 938960743
RedDer cadena
c/ Nou, 34 08810 Sant Pere de Ribes

Centre Recuperació Funcional
NOVETATS
FISIOESTÈTICA
(Tractaments facials, corporals, anticel.lulitis, postquirúrgics,...)
ACUPUNTURA
(Tractament del dolor. Tractament de l'estrès i ansietat)
FOTODEPILACIÓ
c/ Onze de Setembre,4 bxs. Tel. 93 896 35 33 Sant Pere de Ribes
DE DILLUNS A DIVENDRES DE 9.30 A 13.30 I DE 16 A 20H.
HORES CONVINGUDES
Centre concertat amb mútues i entitats asseguradores. Privats i domicilis

EL PEU PETIT
SABATERIA INFANTIL
10 % de descompte
BAIXEN LES TEMPERATURES
BAIXEN ELS PREUS
Vinya d'en Petaca,4 (al costat de l'Ajuntament)
Tel. 93 814 80 62 - 08812 Les Roquetes

Ola Quiropràctic
...Descubre el Bienestar...
Efectos más comunes de trastornos vertebrales:
· Dolor de Espalda · Estrés · Insomnio
· Malestar General · Falta de Rendimiento
· Ciática · Lumbago · Problemas de Digestión
· Dolor de Cabeza · Negatividad y Depresión
· Dolor Cervical
Descuento en tu primera visita 30e 20e
Dra. Barbara Naud Allard
"Doctor of chiropractic"
EEUU · Desde 1996
y doula
www.quiropracticganduxer.com
Carretera de Sitges, 85 (Mandala) · 08810 Sant Pere de Ribes
Tel. 93 896 11 03 · Mov. 699 31 78 26 · olaquiropractic@yahoo.com
www.quiropracticallard.com · olaquiropractic.blogspot.com

AUTOMÒBILS BAGES
AGENT PEUGEOT
Taller de reparacions de totes les marques
PEUGEOT

El Drac de Ribes

Centre Veterinari Sant Pere de Ribes

Ola Quiropràctic

Molt-DiferenT Bar-Country

PROCLIDENT

CENTRE D'ESTÈTICA RIBES

M. Fortuny
RELLOTGERIA I JOIERIA

A.C.I. RIBES

Qualitat HS

Jaume Font, S.L.

Centre Recuperació Funcional

TAXI R.Garcia
687 464 820
607 733 213
24h.

CONSTRUCCIONS CONSHER MATA S.L

CAN MANEL
QUEVIURES
XARCUTERIA I CANSALADERIA

EL PEU PETIT

mascotes RIBES
TALLS A TISORES
TALLS A MÀQUINA
STRIPPING

La Premsa

Restaurant
CAN TABACO
cuina casolana
DIVENDRES NIT
DISSABTE MIGDIA I NIT
DIUMENGE MIGDIA

INSTALLACIONS A. HUETE S.L.L.
MANTENIMENT I REFORMES
Electricitat-Aigua-Gas-Calefacció
Aire Condicionat-Regs

ch desaigües

Reico 2006 S.L.

TAXI Canyelles

Electrònica F.Rius

BUSQUETS
CASA FUNDADA EL 1927
Sant Pere de Ribes

POL-S.A.T.

n. pascual pastisseria

L'illa 2005
Barri de les torres
Ctra. de Sitges
Sant Pere de Ribes

Di MOBILE!

WOK
RESTAURANT JAPONÈS SOL I LLUNA

legalis ADVOCATS
www.legalisadvocats.com

BEEP les Roquetes
ens trobem a Pl. Hernán Cortés nº6 - 938149250

Ajuntament
Sant Pere de Ribes

Centre Chiropràctic de la Columna Vertebral
Dr. Chiappinelli y su equipo: Doctores en Quiropràctica y Medicina

Venda de Llenya i Carbó
Braseries, Restaurants, Pizzeries, Camping, Particular, etc.
Servei a domicili
A partir de 500 quilograms
Mòbil: 679 73 48 89
Llenyes Ribes
Lluís Companys, 87 - 08810 Sant Pere de Ribes

Amb L'
dels qu
us des
BON

MATERIALS CHACON GAMMA
ceràmiques · banys · materials de construcció · ferreteria

INSTITUT MÈDIC ESTÈTIC DR. NIETO

El Celler de Ribes
Cabaler Cafè
Construccions i Restauracions RAL, S.L.
Gonflor.
mandala
Un altre mon
Masia La Fassina
Massis del Garraf
ESTRETA COMPLICITAT
ue fem possible L'Altaveu
itgem de tot cor.
NADAL i FELIÇ 2010

La Fil.loxera

El Cep. Bressol de Vi

El vi és un ser viu i com a tal neix, creix es reprodueix i mor.
Com en el ser humà, l'educació i la genètica en seran factors importants i saber coses sobre el seu naixement i de qui i de que dependrà el seu caràcter ens ajudarà a conduir el seu futur.

El terra, el clima i l'alçada són els primers factors determinants en el creixement del cep i dels seus futurs brots del raïm que el convertiran en un delicat vi o en un vigorós caldo.

A diferència d'altres fruits, per a cultivar raïm amb el que després farem vi, el terreny on es planten els ceps no ha de ser fèrtil i ric en matèria orgànica, ja que això afavoreix un creixement vegetatiu en detriment del creixement del fruit. L'ideal es trobar l'equilibri entre aquestes dues parts.
Tanmateix el sol s'ha de mantenir en un alt nivell de drenatge, doncs l'excés d'aigua tampoc és ideal, ja que aquest es tradueix en alts nivells d'aigua en el raïm i per tant poca acidesa per a construir-hi un vi de qualitat. Per a fer raïm de taula ja va bé.

Les temperatures a las que el nostre fruit s'hi exposa al llarg del seu creixement en determinaran també la seva graduació, color, acidesa, aromes i sabor.
Com a resultat de recollir massa tard, per tant més exposició al sol, hi trobarem en el raïm un alt percentatge de sucre que després es traduirà en un alt grau alcohòlic. Però si es recull massa aviat, aquest és verd i àcid, donant un vi més difícil de 'educar'.

El canvi climàtic que estem vivint també portarà canvis en la viticultura. L'excés de temperatura no és bo per al raïm i és per això que, plantar vinyes en zones més elevades permetrà equilibrar les hores de calor del dia amb el fresc de la nit, ralentint així la maduració del raïm i potenciant aromes i sabors. Com més al Sud més gran és aquesta necessitat i alguns bodeguers espavilats ja s'avancen a aquesta.

Quan ja sabem on naixeran, hem de buscar-hi un bon bressol. El cep triga de tres a quatre anys a parir els seus primers 'fills' aptes per els nostres objectius vinícoles i aguantarà durant anys (uns 40) totes les generacions de raïm reproduint-se per acció dels insectes o del vent.

La vinya és una planta amb dues parts ben diferenciades: el peu i la planta. Això és així degut a la fil·loxera, un bitxet que, a més de donar nom als qui escrivim aquesta secció, va ser una plaga letal que, en l'Europa del segle XIX, gairebé no deixa un cep sa. La solució a tan dramàtic incident es va trobar al plantar-hi en sols europeus, peus de ceps americans, resistents a l'embat de la fil·loxera i empeltar-hi els tradicionals ceps europeus que tan bons vins ens donen.

A mitjans del segle XIX, la vinya també pateix una malaltia desconeguda fins llavors.
Amb el desagradable nom de 'Oidium Tuckeri' aquest nou malson mata els brots tendres, fent desaparèixer collites senceres.
Gracies a Déu (mai millor dit) i a través dels seus monjos francesos es pot preveure i solucionar-ne la malaltia.
Aquests descobreixen que els seus rosers, plantats al llindar de la vinya són atacats en primer lloc, permetent realitzar-hi una cura preventiva a la vinya abans de rebre el mortífer atac. Una barreja de sofre i aigua (anomenat caldo bordelès) és la medicina perfecta per fer fugir aquestes espores de la vinya.
Des de llavors es venen plantant rosers prop de les vinyes per poder rebre l'avís abans de que sigui massa tard.

Qui poda al maig i alça a l'agost, ni agafa pa ni most
Anònim Popular.

per
Ramon Prats

El bon menjar

BOU DE MAR

INGREDIENTS PER A 4 PERSONES:

4 bous de mar vius de 400 gr. aprox. cadascun

2 fulles de llorer

Sal

Pebre negre

1 escalunya

200 ml. de salsa maionesa

50 ml. de tomàquet fregit o ketchup

20 ml. de mostassa

Unes gotes de whisky

Unes gotes de salsa Perrins

Unes gotes de salsa Tabasco

ELABORACIÓ:

Per a coure els bous de mar:

Posar el bous a bullir amb aigua freda , sal, pebre negre i les dues fulles de llorer, en el moment que comenci a bullir l'aigua conteu 12 minuts aprox., retireu-los i deixeu-los refredar sense aigua.

Reserveu les pinces i les potes ,desosseu la carn del cos i guardeu les closques per muntar el plat.

Per a la salsa:

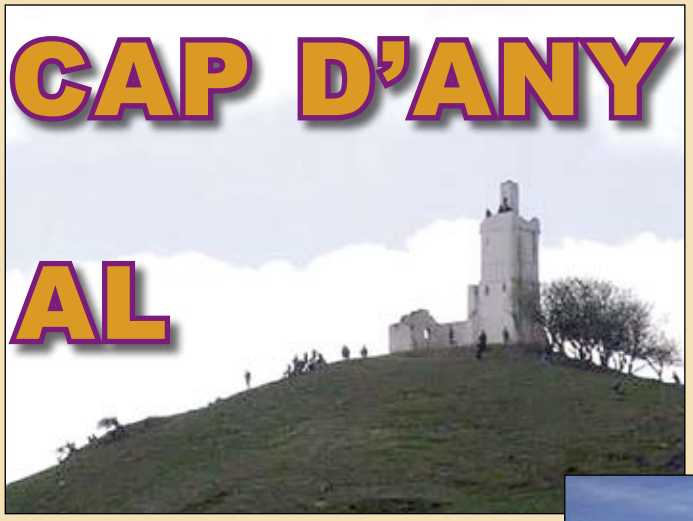
En un bol col·loqueu l'escalunya picada molt petita, les gotes de whisky i la salsa Perrins, deixeu uns minuts i afegiu la maionesa,el tomàquet, la mostassa i les gotes de Tabasco, comproveu que estigui al vostre gust i afegiu la carn del bou

Per a muntar el plat:

Ompliu les closques amb la salsa i disposeu les potes i les pinces en forma de guarnició.

Bon profit i Bon Nadal

CAP D'ANY AL SÀHARA



Núria Pujol
Carles Tudurí

Quin viatge viuràs?

Passar un cap d'any al Marroc et donarà una visió global del país i una experiència inoblidable convivint amb famílies berbers en petites aldees de l'Atlas i col·laborant en projectes de desenvolupament local. Travessant els majestuosos boscos de cedres de l'Atlas mitjà i els oasis presaharians, arribarem al Sàhara on vagarem per les sensuals dunes de sorra i acamparem sota la haima.

Itinerari o activitats

Dia. 1. Tarifa-Chaouen en vaixell. Mesquita abandonada a les rodalies de Chaouen. Sortida d'Algesires o Tarifa en el vaixell de les 10 del matí fins a Tànger. Esmorzar a Tànger.

Arribada a Chaouen cap a migdia, dinar a Chez Fouad. Tarda lliure per visitar la ciutat. Sopar i allotjament en l'alberg Dardara.

Dia 2. Chaouen-Agoudim. Panoràmica des del riu a l'hivern. Sortida després d'esmorzar. Visita a la ciutat romana de Volúbilis. Dinar en ruta. Arriba a Agoudim a última hora de la tarda. Sopar i allotjament amb la família Ouabass.

Dia 3. Agoudim-Imilchi. Grup al llac Isli. Sortida d'Agoudim després d'esmorzar. Remuntarem el riu Toudha on trobarem poblats d'adob i boscos de cedres. Dinar camperol. Sopar i allotjament amb la família Outalaadunt. Possibilitat de fer la ruta a peu acompanyats d'un guia local d'alta muntanya pel Tizin Ait Brahim (4 hores).

Dia 4. Imilchi-Tinerhir. Oliveres, cols i palmerars. Baixem a l'Atlas per cara sud fins al congost del Toldra. Dinar en el palmerar tocant a la font del Peixos Sagrats. Passeig pel palmerar fins Tinerhir. Per la tarda temps lliure per recórrer la Medina. Sopar i allotjament en l'alberg Chez Aissa.

Dia 5. Tinerhir-Jdaid. Terrassa al Sàhara. Sortida cap a Erg Chebbi després de l'esmorzar. Esmorzar a Erg Chebbi, passeig per les dunes per veure el capvespre. Trasllat a Jdaid. Sopar de Cap d'Any en l'alberg Itrane Sàhara. Allotjament en una haima. Possibilitat de fer el passeig per les dunes a dalt d'un dromedari.

Dia 6. Jdaid-Jdaid. Haimes en el Sàhara. Esmorzar a l'alberg. Dia per a conèixer l'entorn de Jdaid, els seus gravats rupestres, el poble, l'associació Igharman pel desenvolupament de la regió. Tornada a l'alberg a mitja tarda, sopar i allotjament a l'alberg Itrane-Sàhara.

Dia 7. Jdaid-Fez Madrasa de Fez. Esmorzar i sortida cap a Fez. Parada a Midelt per visitar exposició i venda de minerals. Dinar en ruta. Arriba a Fez a última hora de la tarda. Sopar i allotjament a l'alberg rural Ait Jaber als afores de Fez (Projecte Sodepau).

Dia 8. Fez-Tànger. El teatre espanyol de Tànger. Visita amb guia local a la Medina de Fez pel matí. Sortida cap a Tànger després de la visita, dinar en ruta. Arribada a última hora de la tarda. Allotjament en hotel ***.

Dia 9. Tànger-Tarifa. Sortida després d'esmorzar. Embarcament a primera hora del matí. Arribada a Tarifa cap a migdia. Dinar lliure.

Per què és un viatge responsable?

El viatge tracte de minimitzar l'impacte ambiental i algunes de les rutes es fan a peu. També es visiten projectes de desenvolupament local amb els quals hi col·laborem i ajudem al desenvolupament de l'economia local, per tant podem parlar de turisme solidari. Utilitzem guies i altres serveis

locals. L'allotjament és en petits albergs, tendes de campanya, cases particulars i hotels locals. Convivim i aprenem amb la cultura marroquí i berber. Un viatge de turisme sostenible i també de turisme comunitari, amb algunes dosis de senderisme.

Consulteu preus i sortides a :

www.viajesresponsables.com

Cloenda dels Sopars Maridats

Foto: X. Saumell

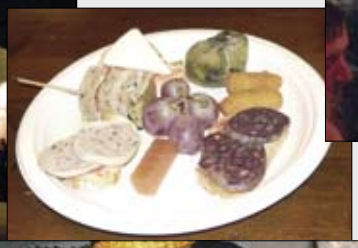


Foto: X. Saumell

El passat dijous 3 de desembre es va celebrar l'acte de cloenda dels Sopars Maridats amb vins de Sant Pere de Ribes a la taverna La Premsa de Ribes (c/ Torreta, 7), iniciativa que es va dur a terme durant el mes de novembre en diferents restaurants i cellers del municipi.

L'Ajuntament de Sant Pere de Ribes amb el suport del Consell Comarcal del Garraf, la Diputació de Barcelona ha estat impulsor del projecte amb la sòlida col·laboració d' elaboradors i establiments de restauració locals, per promocionar de manera conjunta tant el vi elaborat al nostre municipi com la gastronomia i els productes locals, dins la campanya "Productes de la Nostra Terra.

Com a elaboradors hi han participat, Vega de Ribes, Can Ramon i Torre del Veguer. Les degustacions amb maridatge han estat al Celler de Can Ferran de Ribes i al Celler El Cep de Les Roquetes, i els sopars maridats han estat emmarcats en l'espai dels restaurants, Ibai, La Vaquita, Soligó i La Premsa, espai aquest últim on es va realitzar la cloenda amb el tast de vins dels elaboradors implicats, afegint per aquesta última trobada, la degustació de diversos productes gastronòmics elaborats al nostre municipi.

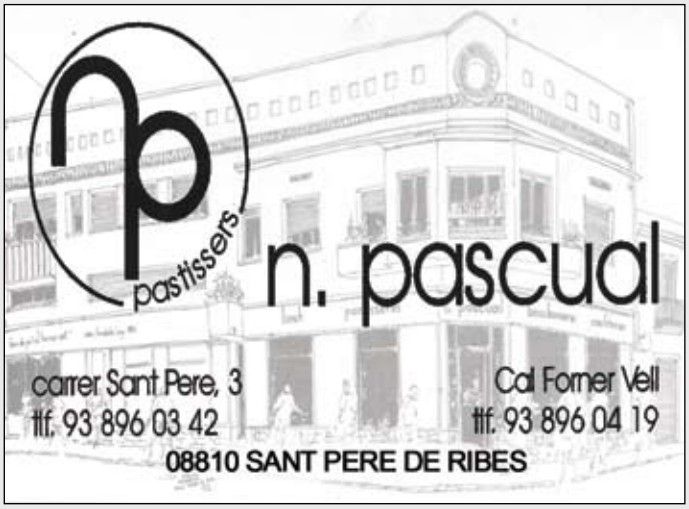
Tarda freda però sense pluja va garantir l'impressionant posada en escena del esdeveniment que donava la benvinguda als assistents a la façana de La Premsa amb un mural pintat per l'artista local Cristòfol Almirall, unes botes de vi com a taules i globus il·luminats per congregar públic amb copes i plats de degustació.

Uns plats farcits de qualitat, amb petites exquisideses de tradició local. Les carxofes de Ribes i les croquetes de bacallà de La Premsa, incomparables i inconfusibles botifarres blanca i negre de Can Manel, enginyós pinxo de pa farcit de codonyat amb diversos ingredients, i els deliciosos formatges fresc i curat de la Cooperativa Can Pere de la Plana rematat amb uns grans de raïm que a més de decorar el plat donaven un caire afruïtat al conjunt d'ingredients, tot regat amb l'ampli ventall de vi i cava dels cellers col·laboradors.

Presència institucional encapçalada per en Josep Antoni Blanco, encarregat d'obrir l'acte amb un discurs de recolzament al projecte i donar pas a en Jordi Eroles qui amb afalagadores paraules va fer reconeixement a l'esforç realitzat per tots els implicats. Per finalitzar el torn de paraula, un emocionat Josep Maria, propietari de La Premsa va transmetre la vessant més emotiva del acte amb la lectura d'un entranyable conte on es feia realitat quelcom improbable, i oferint l'agraïment sincer i commogut a tots els assistents i a les persones, empreses i institucions que hi han col·laborat.

Un acte que va farcir una taverna emblemàtica del nostre municipi amb l'assistència de personatges populars abocats a la fita i un ple absolut d'amics i coneguts amb un denominador comú, gaudir i donar reconeixement als meravellosos productes de la nostra terra. Senyors, un èxit rotund. Felicitats!!!

Redacció



Fira de Santa Llúcia 2009

Ja és data esperada per molts de nosaltres, el pont del 6-8 de desembre, que sol ser tret de sortida per a les compres relacionades amb les imminents Festes Nadalenques, va des de fa set anys consecutius relacionada amb la Fira de Santa Llúcia que es celebra a la propera població de Canyelles. Espai que ja ens te prou acostumats a anar de fires pels emblemàtics carrers. El passat 6 de desembre, Canyelles va celebrar la 7a edició de la Fira de Santa Llúcia. Aquesta Fira dedicada a les festes nadalenques, ha estat reconeguda com la 3a Fira de Catalunya en volum de visitants, acollint prop de 25.000 persones en cadascuna de les seves edicions. En aquests sis anys de vida, la Fira de Santa Llúcia ha aconseguit consolidar-se reunint en la seva passada edició a gairebé 200 paradistes i oferint centenars de productes nadalencs, tant de jardineria, artesania, bestiar o productes tradicionals. En el tancament d'aquesta edició no són encara públiques les xifres d'enguany amb assistència, però un total de 250 paradistes, la diversitat de productes i activitats i una molt bona organització des de

l' aparcament dels visitants fins la sortida dels mateixos per garantir fluïdesa en el tràfic, entrebanc que segons les hores del dia, requereixen l'apreciat ajut de la policia local.

Molta afluència de públic, vinguts d'arreu que varen gaudir d'un dia envoltat d'una infinita oferta en tots els sentits. El menjar va tenir expressions que varen anar des dels frankfurts, passant per les tradicionals coques dolces, una immillorable escudella, botifarres, pans de tota mena, embotits i formatges, vins i caves, cerveses artesanes, castanyes tot cuit o despatxat amb molt a cura.

Un ampli ventall d'activitats on sobre tot els mes petits varen gaudir amb la possibilitat de crear un tió amb les seves mans, pintar decoratius per l'arbre de Nadal, passejar en poni, visitar al Pare Noël a l'àrea del Pol Nord , reunir-se amb el Patge Reial "Vibó" ubicat a la Haimma Reial, penjar il·lusions a l'arbre dels desitjós. I ja per a totes les edats, exposicions de ceràmica, mantellines, fotos i pel·lícules on col·laboradors particulars aportaren un toc de caliu local. Audiovisuals sobre Nadal, promoció des de l'Ajuntament de Vilafranca de la Fira del Gall que es celebrarà el proper 19-20 de desembre, pessebre vivent, cantada de Nadales i també un impressionant pessebre muntat al casal, fruit de l'afició d'en Joan Margui ens, gairebé, transportar en el temps per viure les ancestrals tradicions que ens acompanyen, molts cops sense saber-ne ben bé el motiu, en les dates que properament tothom celebrarà. Tant si rep del Pare Noël, com si espera l'arribada dels reis d'Orient, a la Fira de Santa Llúcia hi són tots presents.

Redacció

mandala
CENTRE D'OCI I SALUT NATURAL
CAFETERIA RESTAURANT
TERÀPIES NATURALS
BIO-BOTIGA
Ctra. Sitges, 85
08810 Sant Pere de Ribes (Barcelona)
mandalaspr@hotmail.com
☎ 93 896 11 03

CAFÈS
COPES
MÚSICA EN VIU
UN ALTRE MÓN
Plaça de la Vila, 8
Tel.: 669 405 392
08810 SANT PERE DE RIBES

CAMPANYA DE PODA 2009-2010
SERVEI DE RECOLLIDA DE RESTES VEGETALS
Del 14 de novembre fins al 14 de febrer
A partir de la segona quinzena del mes de novembre i fins a mitjan de febrer, coincidint amb l'època de poda, es col·locaran a diferents punts del municipi contenidors específics destinats a les restes vegetals dels jardins.
RIBES:
1. Passeig de Circumval·lació amb C/ Nou
2. Passeig de Circumval·lació amb C/ Balmes
3. C/ Sagrada Família amb Enric Morera
4. Urbanització Can Macià
LES ROQUETES:
1. Av. Montseny amb C/ Pedraforca
2. C/ Dr. Ferran amb C/ Pica d'Estats
3. C/ Puig de la Mola amb C/ Montardo.
Aquest servei funcionarà DURANT TOTS ELS DIES DE LA SETMANA
SERVEI NO VÀLID PER A EMPRESES I PROFESSIONALS DE LA JARDINERIA, que per la seva condició han d'utilitzar la Deixalleria Municipal i/o la Planta de Compostatge.
Més informació: www.santpererideribes.cat - Tel. 902 076 760
OAC
AJUNTAMENT DE SANT PERE DE RIBES

legalis ADVOCATS
www.legalisadvocats.com
iroigb@icab.cat - mòbil 629 793 026
Ingrid Roig Blázquez
ADVOCADA
Plaça Maria Mercè Marçal s/n
(Plaça Biblioteca)
Sant Pere de Ribes

CLUB DEPORTIU FOX RIBES

Potser molts de vosaltres ja sabreu de l'existència d'aquesta entitat al nostre municipi. Pensem que es mereix ser més coneguda encara, i per això ens disposem a explicar els passos donats, els mèrits aconseguits des de la seva creació i donarem tot un seguit de detalls d'aquest club-escola.

Hem aprofitat la celebració de la única competició que es fa en el transcurs de l'any a la nostra comarca i hem estat presents en la participació de tot un seguit de parelles de ball, que pertanyen al "CLUB DEPORTIU FOX RIBES" en el "VI TROFEU CIUTAT DE VILANOVA DE BALL ESPORTIU", que ha comptat amb més de 14 hores de competició continuada, entre les diferents categories, des de juvenils fins a sèniors i també amb la participació total de 400 parelles vingudes d'arreu de la península i de les illes.

Aquesta entitat, formada fa prop de cinc anys, va començar les seves passes formant parelles de ball de totes les edats i fent alhora un treball pedagògic amb els propis alumnes, dirigit a entrenar-los de cara a futures competicions. Tot i que primer els seus inicis foren com a escola, més endavant, en ser reconeguda aquesta disciplina com a esport, es va convertir en club.

Al seu capdavant, un màxim en categoria de professionals i que s'ha dedicat a la pràctica del ball de tota la vida: Edita Balcaityte, natural de Lituània, i entrenadora pedagoga de ball. Un referent per tots aquells que, fins i tot de fora la comarca, han après a ballar prop seu.

El "CLUB DEPORTIU FOX RIBES" engloba les categories de juvenil fins a sènior. Participen en diversos campionats durant tota la temporada, i alguns d'ells els han portat a Itàlia, el País Basc, Galícia, Andorra o Madrid, i també a diferents indrets de Catalunya. Totes elles són de lliure assistència, tot i que les parelles que hi van en reben puntuació. L'any passat es van assolir prop de cent pòdiums i a Itàlia, una parella de l'escola, en Standard, es van situar tercers.

A hores d'ara es preparen pel Campionat de Catalunya, i el d'Espanya, aquest últim pels voltants de la primavera, i en l'àmbit internacional tenen previst competir a França, Itàlia i Portugal.

A Sant Pere de Ribes han fet diverses actuacions al Pavelló d'Esports o a les instal·lacions d'alguna entitat. Actualment disposen de dos locals d'assaig, un a cada nucli del municipi, que han estat cedits en horaris convinguts per l'Ajuntament.

En el futur esperen poder gaudir d'algun espai més gran, donades les necessitats que engloba la pràctica del ball i les característiques que han de complir les sales.

Dins l'ensenyament adreçat a parelles que volen encaminar-se a la competició hi ha englobats cinc tipus diferents de balls llatins i cinc tipus diferents de balls Standard. És una entitat oberta i que vol acollir tothom que s'hi atansi.

Tenen el recolzament, tant de l'Ajuntament de Ribes, com el d'Olivella; però encara els faria falta poder trobar un local o pista amb més amplitud, per tal de que las parelles que ja participen en categories superiors, disposessin de més espai pel desenvolupament de les seves coreografies.

Encoratgem a tots els components d'aquest Club i molt especialment a la seva entrenadora Edita Balcaityte, a continuar aquest treball, que porta el nom de la nostre vila, arreu on es desplacen a competir i desitjar a tots ells, el màxim d'èxits possibles.

Xavier Callao i Vidal

L'AJUNTAMENT INFORMA

Ajuntament Sant Pere de Ribes

Butlletí de l'Ajuntament de Sant Pere de Ribes - Desembre 2009

EL PRESIDENT MONTILLA INAUGURA LES PARELLADES

El nou centre escolaritza aquest curs 239 alumnes i en anys vinents ampliarà la seva oferta fins a les 450 places escolars

El president Montilla, al centre de la imatge, visitant les instal·lacions de l'escola.

El president de la Generalitat, José Montilla, va inaugurar el passat dissabte 14 de novembre la nova escola Les Parellades de Ribes. L'alcalde del municipi, Josep Antoni Blanco; la regidora d'Educació, Carme Farràs; la directora de l'escola, Montserrat Roura; i la delegada del Govern català, Carme San Miguel, entre d'altres regidors i regidores del Consistori i personalitats, van rebre el cap de l'executiu català i el varen acompanyar durant la visita que va fer a les instal·lacions del centre, juntament amb l'equip directiu i professorat.

En acabat, la comitiva es va desplaçar a la sala polivalent, on es van fer els parlaments.

En primer lloc, la directora de l'escola, Montserrat Roura, va parlar de la importància de l'educació i el fet de transmetre uns valors de respecte, diversitat, i llibertat d'expressió als més petits, així com la necessitat de promoure el consum responsable, el reciclatge i l'aprenentatge de llengües.

En el seu torn, l'alcalde, Josep Antoni Blanco, va recordar que aquest nou centre se suma al conjunt dels equipaments educatius del municipi com a pilars de la societat que estem construint i va incidir en la necessitat de transmetre valors en l'educació. Blanco també va aprofitar la seva intervenció per agrair la tasca educativa dels docents.

Finalment, el president de la Generalitat de Catalunya, José Montilla, va fer el seu discurs tot anunciant el propòsit d'impulsar un projecte d'estímul a la recerca i l'excel·lència científica entre els estudiants de Catalunya. En la seva intervenció, el President català també es va referir als darrers casos de corrupció apareguts a diferents municipis de Catalunya i va apel·lar a l'educació com a eina bàsica per inculcar civisme i valors a les futures generacions.

Aquest centre, que ha entrat en funcionament a l'inici del curs escolar vigent, ofereix doble línia d'ensenyament infantil i primària a 239 alumnes.

LES DADES DE L'ESCOLA

L'escola Les Parellades es va crear l'any 2005 i des de llavors estava ubicada de manera provisional a la masia Can Puig. La nova construcció, que ha tingut un cost de més de 4'4 milions d'euros, compta amb 3.345 metres quadrats, distribuïts en dues plantes, que envolten les pistes esportives del centre.

L'escola ofereix en l'actualitat ensenyament fins a tercer de Primària, però anirà ampliant en propers cursos els nivells fins arribar a 6è d'EP i té una capacitat per a 450 alumnes.

EL CONSELLER D'EDUCACIÓ, ERNEST MARAGALL, VISITA L'ESCOLA MEDITERRÀNIA

El conseller d'Educació, Ernest Maragall (a la foto); acompanyat per l'alcalde, Josep Antoni Blanco; la directora del centre, Assumpció Teixidó; i la regidora d'Educació, Carme Farràs, així com d'altres membres del Consistori, van visitar el dia 28 de novembre l'escola Mediterrània de les Roquetes, el darrer equipament educatiu de dues línies d'educació infantil i primària que dóna resposta al creixement de població infantil d'aquest nucli i que va estrenar edifici el curs passat.

A l'acte també hi van ser presents d'altres representants municipals; el director dels Serveis Territorials d'Educació a Barcelona Comarques, Jose Antonio Garcia-Saceda; i representants de la comunitat educativa del municipi.

El conseller va anunciar que la Generalitat ja treballa per fer realitat l'institut Montgròs de Ribes i un segon institut i la quarta escola per a les Roquetes.

Aquesta escola es va crear l'any 2005 amb 82 alumnes de P3 i P4. Cada curs escolar ha anat creixent un nivell fins que actualment ofereix tots els cursos d'educació infantil i educació primària fins a tercer curs, que fan un total de 14 grups.

L'escola Mediterrània té una capacitat per 500 places, tot i que aquest curs té 340 alumnes matriculats i una plantilla de 24 mestres. Disposa de 6 aules d'infantil, 12 aules de primària, 6 aules per fer grups reduïts, diverses aules complementàries i d'un pati que esta dividit en dues zones (diferenciant entre l'àrea de jocs dels alumnes d'Educació Infantil i la dels alumnes de Primària).

ES LICITA LA CONSTRUCCIÓ DEL NOU INSTITUT MONTGRÒS

L'Ajuntament encarrega els treballs per condicionar els terrenys

Solar on es construirà l'edifici de l'institut Montgròs (al sector dels Costerets).

La Generalitat de Catalunya, a través de l'empresa pública GISA, ha obert el període de licitació per a la redacció del projecte bàsic i execució de les obres del nou IES Montgròs de Ribes amb un pressupost de 4.589.469,82 euros.

Un cop finalitzi el període de presentació de propostes (que acabava el dia 9 de desembre) el proper pas serà l'adjudicació definitiva de l'obra, que es preveu que sigui a principis d'any. L'execució d'aquesta tindrà un termini màxim de 5 mesos per a la redacció del projecte i 10 mesos per a la seva execució, tot i que es podria escursar en funció del projecte. Així, el nou edifici de l'IES Montgròs podria estar llest l'any 2011.

Per la seva part, l'Ajuntament de Sant Pere de Ribes ja ha encarregat els diversos treballs necessaris per condicionar els terrenys on s'ha de construir aquest nou equipament educatiu i que tindran un cost total de gairebé 200.000 euros.

Donada la futura construcció del nou edifici de l'IES Montgròs al c/ Joan Cuadras i Marcer, s'han de realitzar diverses actuacions de reforma, ampliació i soterrament de les línies de subministrament elèctric, d'aigua, de telecomunicacions, a la xarxa residuals, reforma de la xarxa elèctrica de mitja i baixa tensió i l'adequació de vorera i rebaix, per tal de dotar d'aquests serveis i de la funcionalitat necessària el solar on s'ha de construir el nou edifici.

S'APROVA LA CONSTRUCCIÓ I AMPLIACIÓ DE LLARS D'INFANTS

El passat 27 d'octubre la Junta de Govern va aprovar definitivament els projectes de construcció de la nova llars d'infants de Ribes (a les Parellades) i la reforma i ampliació de la llar d'infants Els Tres Pins de les Roquetes. El pressupost total d'aquestes dues actuacions és d'1.766.255 euros.

La nova llar d'infants de Ribes, amb un pressupost de 802.339,50 euros, serà un edifici de nova planta amb un programa funcional de dues línies. Tindrà una capacitat inicial de 82 places i una superfície construïda de gairebé 500 m2.

Pel que fa a la reforma i ampliació de la llar d'infants Els Tres Pins, que tindrà un cost de 963.885,70 euros, s'ampliarà el nombre d'aules i de les zones comunes per tenir a l'edifici complert un total de 10 aules amb capacitat per a 148 infants.

S'ATUREN LES OBRES DEL C/NOU PER LES FESTES DE NADAL I REIS

Els treballs es reprendran el dia onze de gener

El carrer s'habilitarà perquè sigui accessible i practicable.

Les obres de vianalització dels carrers Nou i Comerç de Ribes s'aturaran del 5 de desembre al 10 de gener per tal d'interferir el mínim possible en el desenvolupament de la campanya comercial de Nadal i Reis dels establiments comercials de la zona i minimitzar les molèsties als usuaris d'aquests carrers. Així s'ha decidit en el sí d'una de les darreres reunions de la comissió de seguiment del projecte (enmarcat en el Pla de Millora Urbana de Ribes) en veure que el ritme d'execució no era el previst inicialment.

En aquests moments els treballs, per part de l'empresa adjudicatària, estan patint un endarreriment de gairebé un mes i davant la proximitat de la campanya comercial d'aquesta època de l'any s'ha acordat entre l'ajuntament, l'empresa constructora i propietaris aquesta mesura temporal.

Un cop es reprenguin les obres, amb el nou calendari previst, el projecte es podria acabar a finals del mes de febrer.

Abans de l'aturada, però, s'ha preparat la zona provisionalment perquè disposi d'unes garanties de seguretat que ha de complir l'empresa constructora i que no dificultin el pas de vianants. Per això, el carrer s'ha pavimentat amb formigó per fer-lo practicable pels vianants i s'han habilitat voreres amb calaixos o plataformes per evitar entrebancs, així com d'altres mesures de prevenció. La restricció de vehicles continua vigent, encara que estarà condicionada la circulació per als vehicles de serveis i emergències i per accedir al guals dels immobles dels veïns.

D'altra banda, i donat que per la Festa Major de Sant Pau i el Carnaval no hi ha previstes noves aturades, els serveis tècnics municipals de l'ajuntament han endegat diverses converses amb entitats i col·lectius per preveure i determinar amb antelació els canvis de recorregut i itineraris alternatius que seran necessaris per al correcte desenvolupament dels actes de carrers i cercaviles que es veuran afectats per les obres.

LA VILANOVETA COMPTA AMB UN CENTENAR D'ARBRES MÉS DES DEL PASSAT MES DE NOVEMBRE

Des del dia 6 de novembre la zona pícnic de la Vilanoveta compta amb un centenar d'arbres més que l'ajudaran a potenciar el seu caràcter d'espai verd urbà.

La plantada es va fer durant el matí, en el marc de la 10a jornada de la campanya "Plántate!, ven y siembra vida", organitzada per l'emissora de ràdio dels 40 Principals, la col·laboració de la Fundación Más Árboles i el suport de l'Ajuntament de Sant Pere de Ribes. Aquesta campanya s'està portant a terme per 27 ciutats i pobles de tot l'Estat al llarg de 42 dies amb l'objectiu final de plantar 40 milions d'arbres per tot el territori espanyol per promoure i conscienciar la societat en temes de responsabilitat ecològica, així com de la importància de la conservació del medi ambient.

A la plantada de Sant Pere de Ribes hi van participar un centenar d'alumnes de l'institut Alexandre Galí de les Roquetes. Al llarg del matí també van tenir l'oportunitat de conèixer la importància de la reforestació en una exposició itinerant sobre la natura i el respecte al medi ambient. La peculiaritat de la mostra és que està situada dins d'un tràiler que recorre tots els punts de la geografia espanyola que acullen el projecte "Plántate!, ven y siembra vida". La jornada va estar amenitzada per DJ's dels 40 Principales i va comptar amb un càtering que va oferir McDonald's i ConoPizza pels joves participants.

LES BIBLIOTEQUES ESTRENEN SISTEMA INFORMÀTIC I CARNETS

De la mateixa manera que la resta de centres de la Xarxa de Biblioteques Municipals de la Diputació, les biblioteques Manuel de Pedrolo de Ribes i Josep Pla de les Roquetes disposen des del 18 de novembre d'un nou sistema informàtic de gestió bibliotecària. El nou programa, anomenat Millennium, substitueix el sistema que venien utilitzant fins ara i que es va implantar a les biblioteques l'any 1990.

La nova eina permet mantenir les tasques i serveis habituals de les biblioteques des d'una plataforma tecnològica actualitzada i, a més, ofereix avantatges a la tasca diària del personal i als usuaris. Entre d'altres aportacions, facilita la gestió dels tràmits bibliotecaris, alguns dels quals es realitzaran de forma automàtica des del sistema, com ara els avisos recordatoris per correu electrònic de devolucions de documents, reserves disponibles o cancel·lades i reclamació de documents. A més, els usuaris que es registrin al web de la Xarxa de Biblioteques disposaran d'un espai personal on consultar les llistes de títols que alguna vegada s'han endut en préstec, guardar les seves cerques preferides al catàleg o valorar els llibres que han llegit.

Coincidint amb el canvi de sistema, també s'han posat en marxa els nous carnets d'usuari. Amb aquest es podran fer recerques de documents a altres biblioteques, fer tràmits per Internet, consultar documents electrònics des de casa i fins i tot inscriure's a cursos i activitats de la biblioteca. El nou carnet també permetrà gaudir d'importants avantatges i descomptes en les entrades als principals museus, teatres i cinemes de la província de Barcelona i en la compra de llibres i música a diverses botigues especialitzades.

LA 7a EDICIÓ DEL PARC A TAULA ES PRESENTA AL MUNICIPI

Sant Pere de Ribes ha acollit el dia 2 de desembre l'acte de presentació de la setena edició de la ruta gastronòmica "El Parc a taula: Garraf, Olèrdola i Foix". Durant l'acte, celebrat a l'Edifici Institucional de les Roquetes, es van donar a conèixer els participants d'enguany, la guia del programa així com les novetats previstes per aquesta temporada.

El "Parc a taula" és un programa cultural, promogut per la Diputació de Barcelona, que vol contribuir a la valorització del productes enogastronòmics locals de qualitat, que ajuden a establir una economia basada en el propi territori, la seva identitat i un paisatge de qualitat mitjançant la col·laboració amb els restauradors, allotjaments, productors i elaboradors de la xarxa de Parcs Naturals de la Diputació. L'objectiu és que aquests actors siguin coneguts i reconeguts pels ciutadans com a un valor afegit de la seva qualitat de vida alhora que contribueixen a conformar un paisatge cultural obert, biodivers, ric i estable.

S'ORGANITZEN ACTIVITATS PER POTENCIAR L'ÚS DE LES NOVES TECNOLOGIES EN BENEFICI DE LES DONES

L'Ajuntament de Sant Pere de Ribes està organitzant diverses activitats emmarcades dins del projecte "Dones en xarxa, dones ciutadanes", com xerrades i tallers per a dones amb poca experiència a Internet.

"Dones en xarxa", com indica el seu nom, és una xarxa de dones que neix l'any 2004 amb la idea de posar de relleu reflexions, iniciatives i opinions de dones progressistes de Catalunya gràcies a un espai virtual creat a Internet i al qual s'hi pot accedir a través de l'adreça web www.donesenxarxa.cat.

Entre d'altres objectius, el projecte pretén ser un punt de trobada i de discussió, tant de qüestions polítiques com socials; de formació d'opinió a partir d'articles, notícies, etc.; de cohesió, per crear xarxa entre les dones i mantenir-les visibles; i d'informació pel que fa a actes, accions, campanyes i dades d'interès.

Les properes activitats que s'estan programant són una xerrada sobre Internet i les possibilitats que ofereix a les dones i dos tallers sobre l'ús de les noves tecnologies.

"DONA, LA XARXA VA AMB TU"

Xerrada de sensibilització per mostrar les possibilitats i oportunitats que Internet ofereix a les dones i desmitificar l'ús de les tecnologies de la informació i de la comunicació.

"DONA, CONNECTA'T"

Taller de 6 hores adreçat a dones no connectades que volen incorporar de manera activa l'ús d'Internet i del correu electrònic a la seva vida quotidiana. Les noves tecnologies suposen una oportunitat per a totes les dones per a prendre contacte amb altres persones, crear grups de relació, participar en grups d'interès, buscar ocupació formar-se, crear xarxes, fer tràmits per Internet que permeten guanyar temps, i especialment, facilitar un espai on generar i accedir a la informació.

TALLER WEB 2.0. DONA, DIGUES LA TEVA!

Taller de 6 hores adreçat a dones amb experiència a Internet i que vulguin aprendre noves eines per facilitar la gestió personal i comunitària a través de la xarxa (blogger, Youtube, Flickr, Picnik, Technorati, etc.).

Més informació: telèfon 93 810 92 68

UN PAS PER DAVANT

Som capdavanters en la distribució de materials de construcció. Són ja 44 anys creixent junts (Des de 1961).

Estem especialitzats en **MATERIALS DE CONSTRUCCIÓ, FERRETERIA, MATERIALS DE EXTERIOR, BANYS I CUINES**.

20000 referències disponibles permanent, asseguren un servei excel.lent als nostres clients.

Amb la suma de les primeres marques del sector de més de **3000** referències de productes exclusius aconseguim un assortiment ideal.

Proporcionem als nostres clients assessorament professional. El **MODEL GAMMA DE NEGOCI**, premiat en el 2007 com a la **MILLOR INICIATIVA**, defineix el magatzem generalista del futur.

El nostre departament de banys i cuines té una llarga experiència acumulada.

I PER QUÈ?

ANEM UN PAS PER DAVANT, COMPROVA-HO

MATERIALS CHACÓN, DESITJA ALS SEUS CLIENTS I AMICS BONES FESTES I PRÒSPER ANY 2010!

MATERIALS CHACON GRUP **GAMMA**

ceràmiques • banys • materials de construcció • ferreteria

Pol. Ind. Mas/Alba - C/ Camí Pla, 50 - 08870 Sitges (Barcelona)
Tel. 938 940 868 - F. 938 940 995 - info@materialschacon.com
www.materialschacon.com

Centre Chiropràctic de la Columna Vertebral

Dr. Chiappinelli y su equipo: Doctores en Quiropráctica y Medicina

CENTRE CHIROPRÀCTIC DE LA COLUMNA VERTEBRAL

Felices Fiestas

Dr. Chiappinelli y su equipo

Profesionales licenciados en Quiropráctica y Medicina, en las mejores universidades norteamericanas y francesas.
Con experiencia en EEUU, Francia, Italia y desde Los Juegos Olímpicos de 1992 en Barcelona y Sitges.

Tratamientos individuales

Nuestros pacientes reciben un trato personalizado en salas de tratamiento individuales para su máxima intimidad y confidencialidad. Última generación de camillas quiroprácticas articuladas procedentes de EEUU, adaptadas a cada caso concreto.

Para todo tipo de personas

Hombres y mujeres de negocios, Deportistas de alto nivel, Mujeres embarazadas, Bebés, Niños, Adolecentes, Tercera edad, etc...

El mejor regalo para el 2010

Una espalda sana, un sistema nervioso al 100% y un cuerpo sin estrés que rendirá al máximo, es la mejor puesta a punto para empezar un 2010 con salud y bienestar.

Estrés - Insomnio - Dolor de Articulaciones
Hernia Discal - Dolor Lumbar - Tortícolis
Ciática - Migraña - Escoliosis - Artrosis
Osteoporosis, etc...

Regale salud estas Navidades.

17 años de éxito en Cataluña nos avalan

www.quiropractic.es

BARCELONA Tel. 93 487 50 35 Pau Claris 139 3º 2ª M Paseo de Gracia
SITGES Tel. 93 811 01 01 Rafael Llopart 74 (Playa San Sebastián)