

Casal de Jubilats

ÀPATS I BONS ÀPATS

No és el mateix menjar per viure que viure per a menjar. Els àpats són el que fem cada dia més o menys a la mateixa hora: molta verdura regada amb força aigua i poca cosa més; si ho fem així, segur que el nostre cos funcionarà com una màquina ben greixada.

Els bons àpats els fem per celebrar alguna cosa: aniversaris, casaments, batejos... Ja no són tan saludables, perquè mengem molt, bevem vi, cava, etc., i tot això fa que t'engreixis i que et pugin la tensió i el colesterol.

Al Casal també celebrem coses que són un excel·lent motiu per a fer un bon àpat: - El Dijous Gras, que és la setmana abans de Quaresma. Abans la gent s'havia d'atipar per a aguantar els dejunis i abstinències.

- El 23 d'abril, Sant Jordi, que és el dia dels enamorats i donem la benvinguda al bon temps.

- El primer diumenge de juny, aniversari del Casal, fundat l'any 2000.

- El 24 de juny, Sant Joan, que és el solstici d'estiu.

- El mes d'agost, per la Lluita contra el Càncer, es recapten fons per a lluitar contra aquesta malaltia.

- El mes d'octubre fem la Castanyada –em penso que celebrem que tenim ganes de menjar castanyes.

Cap d'Any –per a mi, la celebració més important–. Celebrem que hem pogut acabar bé l'any i ho aprofitem per a demanar que el següent sigui una mica millor.

De tota manera, si l'endemà mengem verdura, els bons àpats també són saludables. I que per molts anys puguem continuar celebrant moltes coses!

LLUÍS ROS



Castanyada 2009. (foto: Arnau F. Ros)