

## CONSELHS DEUANT DETH RISC D'AIGUATS

Damb er objècte d'auer, deuant era actuau epòca de ploges, informacion meteorologica que dongue ua exacta valoracion deth risc coma mecanisme de survehança a persones e bens, er Intitut Nacionau de Meteorologia e era Direccion Generau de Proteccion Civil an hèt amassa eth Plan de Prediccion e vigilància meteorologica "PREVIMET-90", qu'aurà ua vigència enquia eth 30 de noveme.

Era Direccion Generau de Proteccion Civil a elaborat un tríptic a on da ua sèrie de Conselhs en cas d'aiguats o perilh d'aiguats subdividits en quate apartats:

A) Prevencion abantes des ploges (conselhs sustot aquerò que cau premanir coma "botiquins", aliments, eca.)

B) Pendent eth periòde de ploges cau auer ua radiò a man tà seguir era informacion de Proteccion Civil. Se jamès a de deishar era vivenda a de desconectar era aigua, eth gas e era electricitat. Barrar totes es pòrtes, contravents e hièstres.

C) Que cau hèr dempús dera emergència (valoracion des damnatges dera vivenda e survehar sustot se i a perilh d'enfonsament, dempús sajar d'ajudar as equips de sauvament e limpiesa.

D) Recomanaments tàs coches (non aventurà-se a passar per lòcs desconeishuts e sustot de net ja que es perilh son mès dificils de detectar).



---

Çò mès important en un cas d'aguestes magnituds ei non pèrder era calma, pensar çò que cau hèr e dempús actuar.

Tostemp cau auer present es següenti telefons tà quinsevolha informacion en un cas d'emergéncia:

- \* Guardia Civil: 64.00.05
- \* Pompièrs: 64.00.80
- \* Espitau: 64.00.06/04

Passat ath aguesta Redaccion peth Ajuntament de Vielha-Mijaran.

---

## ERA CADIA DERA DRÒGA

En darrèr n<sup>o</sup> de TOTI dèrem ues chifres sus eth nombre de malauts oficials dera SIDA e es defuntaments produsits per aguesta ena darrèra annada en Catalonha, on era màger part d'aguesti malauts s'an encomanat per miei dera dròga o lèu toti eri, entà non díder toti, son generaument persones joenes.

Mès, mos auem jamès arturat a pensar ce qu'ei aquerò qu'amie a bères persones, sustot joeni entath mond dera dròga?

Plan soent se comence de préner drògues per curiositat o per imitacion; eth prumèr còp sòu èster pr'amor que quauquarrés te n'aufrís e la tastes tà veir ce que succedís (mès bremba-te'n qu'a fòrça se les n'aufrís mès non la tasten pas); d'auti còps ès solet e t'engüeges e la prenes peth tòn compde.

Un viatge que s'a començat, era causa se va segondant d'un còp entà un aute, e tot açò se va junhent tamb d'auti problèmes, que se n'aguest moment non i èren, campen alavetz, donc toti n'auem de bèth problèma, e aguesti son ua bona escampilhada: familhars, de trabalh, amorosi, caumatge, desumanisacion dera societat que mos a tocat víuer, marginament sociau, pèrta de valors, desillusion dera joenessa, eca.

Lèu tostemp se comence en tot humar (pipar) "pòrros" e aguesti se hèn cada viatge mès abituaus



---

segon era rèsta de problèmes o des amistats que s'agen; er escapament, evasion o hujuda que determinen mos hè desbrembar de tot.

---

## Es joeni que comencen de drogà-se sòlen conéisher d' auança eth perilh ath que se expausen, mès cren qu' eri jamès demoraràn cuelhuts

---

Es joeni que comencen de drogà-se sòlen conéisher d'auança eth perilh ath que s'expausen, mès cren qu'eri jamès demoraràn "cuelhuts", plan qu'ac an tastat d'auti còps e non les a passat arren, e per açò pensen que quan volguen ac pòden deishar e enquia parlen mau de d'auti que prenen drògues. Mès non se n'encueden pas qu'eri pòrten eth madeish camin, e qu'aqueres persones ua tempsada endarrèr èren coma eri. A plaser, shinhau a shinhau anaràn aumentant era dòsi e quan volguen deisha'c ja non pòiràn pas.

Artenhut aquest punt van a campar d'auti problèmes, com ei eth des sòs que s'a de besonh entà poder seguir drogant-se e qu'amie ara delinquéncia e ara prostitucion. N'i a qu'escuren en pògui mesi toti es estauvis dera familia e acaben tanben atau, en tot arribar a ua degradacion fisica e morau totau. Aqueri que suberpassen eth problèma des sòs, sense acabar ena preson, se seguissen drogant bèth temps, e se non s'aucissen, non sòlen víuer mès de 8 a 10 ans, donc se les produsíd ua tau quantitat d'alteracions fisiques coma ei: epatitis, cirròsis, SIDA, lesions cerebraus, eca. qu'a plaser les va amiant entara mòrt, e enquia se pòden morir en bèra prenuda pes efèctes dera madeisha intoxicacion.

Tota aquesta cadia se pòt bracar en quaussevolh punt d'era, en tot auer en compde que quan mès lèu se braque mès de bon hèr va èster era recuperacion. Es problèmes d'ua persona s'aparien plan melhor se non i a era dròga peth miei, donc en aquest cas calerà resòler de prumèr es problèmes dera dròga e dempús es auti. Enes fases tamb lesions organiques auançades era recuperacion ven èster impossible.



---

En aquest procés de recuperacion cau compdar tamb era ajuda des especialistes apropiats e tanben (non ac cau pas desbrembar!) son de grana ajuda es toxicomans recuperats plan que servissen d'exemple.

Quan se prenen substàncies que non an producit encara ua depenècia fisica, alavetz qu'ei eth còp en qu'ei de mès bon tractar eth problèma dera dròga, mès malurosament en aquest moment es joeni cren que non an cap de problèma e per aquerò non sòlen sajar de deishà-lo e non acorren a cap d'especialista.

Entà hè-les préner conciença d'açò son de besonh campanhes de prevencion e informacion non sonque enes estudis senon en madeish carrèr, autat ara societats en generau coma as pairs en particular.

---

## Es pairs sòlen auer un mau concèpte des drogadictes, mès sonque se fixen enes hilhs des auti...

---

Mès es pairs sòlen auer un mau concèpte des drogadictes, mès sonque se fixen e se n'encueden des hilhs des auti e quan les tòque as sòns hilhs se sòlen presentar alavetz enes consultes des equipas terapeutics tamb ua grana angònia e ànsia, ei donc per aquerò que cau auer tamb eri es amassades que siguen de besonh e informà-les de quin deu èster eth comportament tamb es sòns hilhs, pr'amor qu'aquerò que mès de besonh an qu'ei eth supòrt e er afècte des pairs, en torn de trè-les era fidança (confiança)

coma ven a èster a còps. Se s'artenh er emparament totau des pairs s'aurà un gran punt a favor deth tractament que se sage de hèr.

Signat:

Pòrtavotz dera "Coordinadora Nacionau dera Luta Antidròga"

P.D. Eth Centre de Normalisacion Lingüistica dera Val d' Aran arregrais a "Coordinadora Nacional de la Lucha Antidroga" pera sua collaboracion tamb nosati per miei des publicacions que vierà hènt en nòste huelheton informatiu.



---

Se quauquarrés a eth besonh de contactar tamb aguesta institucion vos balham era sua adreça:

Coordinadora Nacional de la Lucha Antidroga"

Marqués de Camp Sagrado 25, entlo  
BARCELONA Tel. (93) 241 56 50

*Se convòque a toti es matriculats en aranés e catalan ara amassada qu'aurà lòc eth dia 29 d'octobre tàs 19,00 ores ena sedença deth Conselh Comarcau (Vielha) tà determinar dies e oraris des classes qu'impairirà eth C.N.L.*

## **PROJÈTE DE REIAU DECRÈT SUS MEDICAMENTS**

Arric d'aguest projècte s'an remercat bères diferéncias enter eth Ministèri de Sanitat e Farmaindustria. En aquestes eth Ministèri negòcie tamb es laboratòris der Estat que se veirà mès afectats peth nomentat Decrèt, entà cercar gessudes practiques qu'amendrisquen er impacte dera naua normatiua.

Semble èster que segon sigue era redaccion finau d'aguest nau Decrèt, seràn 8 o 9 laboratòris tamb sòs espanhòs qu'auràn de hèr desaparèisher des receptaris dera Seguretat Sociau, quauqui uns des sòns productes o premanits de mès venda aué per aué tamb eth corresponent impacte economic en sòn compde de resultats. Ei plan segur que bèri uns d'aguesti laboratòris auràn de barrar se non se conceven mesures economiques entà artura'c.



---

## **ANTICONCEPTIUS**

Segon donades deth Bulletin d'Indicadors d'Activitats des Centres e Unitats Basiques d'Orientacion Familiar depenents der INSALUD, eth 75% des persones atengudes en aguesti centres, van entara prumèra consulta entà tier quauque metòde anticonceptiu. Er anticonceptiu orau e ormanau ei eth mès emplegat tamb eth 54'4% deuant deth 28% des que tien eth DIU. Sonque un 9,6% adòpten eth preservatiu com a metòde anticonceptiu.

Eth trèt dera hemna atenguda en aguesti centres vierie èster eth que seguís:

- Edat entermiei es 25 e 30 ans.
- Maridada (maridatge estable).
- Ingrèssi familhars sufisents.
- Estudis primaris.
- Residència o demorança urbana.
- Mestressa de casa.

Entad açò qu'ei ar òme que ten aguesti centres ei parièr ath dera hemna, mès en èster era sua activitat laborau era de trabalhador qualificat.

### **NORMATIUA DETH DEPARTAMENT DE SANITAT E SEGURETAT SOCIAU**

Eth DOGC 1.275. Orde deth 15 de març de 1.990, ena que se declare obligatòria era pròva dera deteccion des anticòsi deth virus dera epatitis C en totes es donacions de sang e productes sanguinis que se hèsquen en Catalonha.

## **UELHADES SUBER ARAN**

### **CICLE DE CONFERÈNCIES**

**Musèu dera Val d'Aran  
Noveme-Deseme de 1990**

---

Diendres, 2 noveme.

Pere COTS. "Arqueologia en Aran: Estat dera qüestion".

Diendres, 16 noveme.

Joan GARCIA BIOSCA, Ana RICH.

" Es interrogatòris de Vielha (1.313): Ua hònt  
entath coneishement dera istòria medievau  
Aranesa".

Diendres, 30 noveme.

Xavier ROIGÉ. "Casa e familia en Aran (S. XIX-XX)".

Diendres, 14 deseme.

Frederic VERGÈS. "Er occitan de Gasconha: Orígens e ex-  
pandiment".

Diendres, 21 deseme.

Angel CLAVERIA. "Aran: Eth miei e er òme. Apunts entà  
ua reflexion".

Totes es conferéncias auràn lòc ena BIBLIOTÈCA DETH  
MUSÈU DERA VAL D'ARAN, en Vielha, tàs 19,30 ores.

---

#### ER ESTUDI

Ar estudi li'n diden sala de tortures  
donc es mainatges patissen quan passen es ores.

Guarda mainatge, non cau que plores,  
que portaràs es bromes.

Ne pegueges ne blagues  
que te senteràn en Arres  
d'enténer com brames.

Cau hèr es déuers,  
non contèstes,  
non batalhes,  
non pegueges.

Tot açò qu'ei eth lunfèrn sense ahlames  
tamb diables, que non jògues, mès brames,  
que gesserè corrent luenh d'aciu  
encara que passa hame.

Marc Viló, Collègi Public Garona, Vielha



## BOLHON REIAU

### Ingredients:

- Carn de vedèra.
- Garia.
- Poret.
- Carròta.
- Truhes.
- Ceba.
- Garron d'anhèth.
- Sau.

### Premanida:

Es quantitats anaràn cossent tamb eth nombre de persones tà minjar. Toti aguesti ingredients se meten a borir ues 2 ores o 3, segontes es quantitats que d'eres i age. Un viatge hèt eth caldo, se trè era carn e se dèishe heiredar.

Autan ara garia com ath poret, se les trè es uassi e era pèth, e se braque era carn a talhuquets petits. Ath delà, se hè un flam, en eth que se i met un shinhau de sau en torn de sucre. Eth shiscle o motle s'unte de boder e se còtz en banh maria.

Quan eth caldo ei caud e colat (non i a de demorar bric de grèish), se i hig era carn de poret e era de garia, e eth flam, que s'aurà bracat a dats (cubets com de parchís) un carrèr heiredat. Se mèstre caud, en sètia o en tassa.

Era vedèra e er anhèt, pr'amor d'èster carns vermelhes, non se meten en bolhon. Se sauven entà un aute còp.

# TOTI

NOTICIARI ARANÉS

DIRECCION GENERAU DE  
POLITICA LINGÜISTICA  
CONSELH COMARCAU  
DERA VAL D'ARAN.

### EDITE E IMPRIMÍS:

Centre de Normalisacion  
Lingüistica dera Val  
d'Aran.

Còto Saforcada, s/nº

tel.: 64 00 92

25530 V I E L H A

### DEPÒSIT LEGAU:

L-1.328-1.987

## Eth remoquet dera setmana



Deth diari "LA MAÑANA"