

DIVULGACIÓ

Simón-Castellví recorda que cal fer-se revisions dels ulls

L'oftalmòleg i cirurgià ocular Guillermo Simón-Castellví va recordar ahir en una conferència al Centre de Congressos de la capital, organitzada per la Fundació Jacqueline Pradère, que sovint s'oblida que l'ull pot patir totes les malalties que pot tenir el cos. En aquest sentit va destacar que tothom sap que tenir la pressió de la sang elevada no és bo. En canvi, no se sol fer atenció al fet que la pressió també pot ser alta a l'ull i que això pot acabar provocant ceguesa.

Per aquest motiu l'expert va posar en relleu la necessitat de prevenir, fent revisions periòdiques al llarg de la vida. En aquest sentit va remarcar que "no anem al metge fins que tenim un problema i llavors ja és massa tard". En la ponència també va assenyalar altres aspectes fonamentals de la cura del sentit de la visió i dels ulls.

El doctor Simón-Castellví va posar en relleu la importància de cuidar la visió des de dins, a través de l'alimentació, la higiene i la cura dels ulls, i va donar indi-



Un moment de la conferència. // T. M.

cacions de com protegir la vista en els diferents àmbits de la vida, com poden ser el món laboral o quan es pren el sol. També va assenyalar que el maquillatge per als ulls és com el bon vi, que no se'n pot abusar. En aquest sentit va recordar que utilitzar rímel si es porta lentilles pot provocar vermellor o fins i tot úlceres als ulls. També va indicar que pintar-se la ratlla per dins pot afavorir l'aparició de mussols.

Altres accions preventives serien comprar ganivets de punta rodona en comptes de punxeguts. Així s'eviten les punxades als ulls que se solen produir entre els infants.

Redacció // Andorra la Vella
@mes_andorra

GASTRONOMIA

Lo Mandongo tindrà 30 restaurants participants

Ordino s'unirà aquest any a les jornades gastronòmiques Lo Mandongo, impulsades per la Massana. Això farà que els establiments participants passin dels 13 de l'any passat a 30. Des de la Massana, el conseller de Turisme, Sergi Balielles, va celebrar que el Comú i els restaurants ordinencs s'hagin afegit a la iniciativa, un fet que permetrà ampliar-ne la difusió.

El seu homòleg d'Ordino, Bartumeu Gabriel, va exposar que el fet d'afegir-se a una promoció que ja s'està fent en l'àmbit turístic és una manera d'unir esforços. També va assenyalar la necessitat de treballar conjuntament el restaurador Pep Ramos, de l'Era d'en Jaume de Llorcs, que va destacar que aquest tipus d'iniciatives són d'interès per al sector. En el mateix sentit es va mostrar Silvino Vitorino, de Cal Silvino de la Massana, que va afegir que les jornades permeten mantenir les tradicions del país. Ramos també va declarar que el porc és present a un 40% de la carta.



La presentació de les jornades. // T. M.

El preu dels menús s'ha fixat en 20, 25 i 30 euros. Sobre aquesta qüestió, els consellers i els restauradors afirmen que són preus assequibles a totes les butxaques. Els establiments oferiran plats fora de la carta elaborats amb la carn de porc.

Sobre la possibilitat d'impulsar altres iniciatives conjuntes entre la Massana i Ordino, Gabriel va dir que l'objectiu és sumar, i Balielles va destacar la bona coordinació entre les dues corporacions i la compartició d'objectius comuns, que passa per unir esforços. Les jornades comencen avui i duraran fins al 24 de febrer.

Redacció // La Massana
@mes_andorra

SANT JULIÀ DE LòRIA

Tres cérvols a Naturlàndia

Naturlàndia va rebre la setmana passada cinc daines i demà arribaran tres cérvols sika provinents d'un parc de França, que en fa la cessió. L'ecoparc ja ha tancat l'arribada dels llops siberians, que es preveu per al febrer. També s'estan ultimant els tràmits perquè es puguin traslladar els óssos.

Redacció // Andorra la Vella
@mes_andorra

LA MASSANA

Tallers de Carnestoltes

El Comú de la Massana oferirà 100 places per als Tallers de Carnaval. Del 12 al 15 de febrer s'oferiran activitats com ara jocs col·lectius, piscina, projeccions de pel·lícules i tallers de cuina. Els infants també passaran un dia a Vallnord. Les inscripcions es poden fer del 28 de gener a l'1 de febrer.

Redacció // Andorra la Vella
@mes_andorra

Tractaments únics!

Cinc rituals exclusius creats a Sport Wellness Mountain Spa. Tractaments facials i corporals per relaxar la teva pell.

Sol·licita'n informació i cuida't amb un tractament únic pensat per a tu.

SportWellness
MOUNTAIN SPA

Signature
SOLDEU

T. 870 510

info@sportwellness.ad

www.sportwellness.ad

Soldeu

