

Para ellas...

COCINA

ENSALADA DE ESPÁRRAGOS

Se hierven los espárragos con su sal correspondiente, cuando están blandos se ponen a escurrir en un colador. Se les hace una salsita con aceite, vinagre, sal, pimienta negra, un poco de cebolla bien fina, ajo y perejil picadito todo muy menudo y en crudo, se pone en una salsera y se van untando los espárragos según se vayan comiendo.

ENSALADA ANITA

Se cortan unos rábanos a discos se sazonan con salsa vinagreta, se colocan en una ensaladera y se adornan con apio cortado, lechuga y manojitos de berros. Puede añadirse también unos discos de huevo duro.

BELLEZA

La tarea de fregar los platos es algo que tendrá que hacer un par de veces al día, por lo menos. Al acabar, colóquese frente al fregadero, agárrese a su borde con fuerza, tome aire despacio y échese hacia atrás todo lo que pueda. Incline la cabeza hacia atrás y apriete bien los pies contra el suelo. Cuente hasta diez, bastante deprisa, relájase y siga con las faenas del hogar.

Cuando guise también puede relajarse y hacer ejercicio al mismo tiempo. Un modo de conseguirlo consiste en apretar con fuerza las palmas de las manos sobre la superficie de trabajo que esté utilizando, tome aire y meta hacia adentro y hacia arriba el estómago.

- M.^a TURA -

INFORMACION LABORAL

Industrias Colorantes.— El B.O.E., núm. 185 de fecha 4 de Agosto, publica Resolución por la que se aprueba el Convenio Interprovincial del enunciado.

Industrias Lacteas.— El B.O.E., núm. 185 de fecha 4 de agosto, publica Resolución por la que se aprueba el Convenio Colectivo Sindical de ámbito interprovincial del titular.

Industrias del Calzado.— El B.O.E., núm. 186 de fecha 5 de agosto, publica Resolución por la que se aprueba el Convenio Colectivo Interprovincial anunciado en el titular.

Industrias Cárnicas.— El B.O.E., núm. 189 de fecha 8 de agosto, publica Resolución por la que se aprueba el Convenio Colectivo Sindical Interprovincial de Trabajo para las industrias del Titular.

Empresas de Publicidad.— El B.O.E., núm. 189 de fecha

8 de agosto, publica Resolución por la que se aprueba el Convenio Colectivo Sindical Interprovincial de Empresas de Publicidad.

Empresas de Seguros y de Capitalización - Ordenanza de Trabajo.— El B.O.E., núm. 189 de fecha 8 de agosto, publica corrección de errores de la Ordenanza de 14 de mayo de 1970 por la que se aprueba la Ordenanza de Trabajo para las empresas de Seguros y Capitalización.

AQUI

SANT JOAN LES FONTS

Lo mejor de las pasadas fiestas

Atendiéndonos a los gustos y preferencias de la mayoría se han otorgado bajo el título de los Diez Mejores de la pasada fiesta a los siguientes actos y variedades:

Mejor conjunto: «Los Mismos».

Mejor jugador: Mariano Mayá.

Mejor tirador local: José Estebanell.

Mejor tirador comarcal y general: L. Dummer.

Mejor pescador comarcal: Amador López López (Olot)

Mejor pescador local: Miguel Juliá.

Mejor película: «Juventud Rebelde» de Koller.

Mejor sardana: «Santjoanenca» de Francesc Casanovas.

Mejor equipo: Sant Pau de Segurles.

Mejor jugador visitante: José Clota.

Concurso de Pesca

En el concurso de pesca celebrado el primer domingo de agosto, fiesta Mayor de la localidad, y bajo la organización del Fomento de Pesca de Olot y Comarca se dieron los siguientes resultados:

1.º, Trofeo Excmo. Ayuntamiento de la localidad a Amador López López (Olot). 2.º, Trofeo Rafael Torras Juvinyá a Julián Ellas (Olot). 3.º, Trofeo Casa Massias a Alejandro Iglesias (Olot).

PRIMER CLASIFICADO LOCAL.— 1.º, Miguel Juliá, clasificado en 4.º lugar de la general y que obtuvo el premio Farretería Cosme Llagostera. 2.º, José M.º Juvinyá, clasificado en 6.º lugar de la general.

PREMIO A LA MAYOR «BAGRE».— En primer lugar Miguel Juliá de Sant Joan les Fonts, que se adjudicó el «I Trofeo Pedro Rexach».

Concurso de Tiro al Plato

Organizado por la Comisión de fiestas de la localidad y teniendo como escenario los parajes de Xarbanda se celebró el martes 4 de agosto un extraordinario concurso de tiro al plato local y comarcal viéndose al mismo, muy concurrido de tiradores de la localidad y comarca, se adjudicaron premio los siguientes tiradores:

TIRADA LOCAL.— 1, José Estebanell. 2, José Compte. 3, Lutz Vila. 4, E. Coma. 5, J. Anglada. 6, J. Serra.

TIRADA GENERAL.— 1, L. Dummer (Perpignan). 2, Isidro Vergés (Basalú). 3, Lutz Guardiola (Olot). 4, Miguel Valentí. 5, J. Coblát.

Fútbol - El Sant Pau, se llevó el Trofeo (2-4)

Por 4 goles a 2 el Sant Pau de Segurles ganó al Santjoanenense en el encuentro de fiesta mayor. Con todo merecimiento el equipo visitante se llevó el trofeo en el que los locales hicieron muy poco para adjudicárselo, aunque no faltase el tesón y voluntad acostumbrada de ellos.

En dicho encuentro se entregaron los anuales trofeos de la U.D. Santjoanenense a la vez que se concedieron a Clota y Mayá los premios a los mejores jugadores visitante y local del citado encuentro.

J. E.