

Los lectores pueden enviar sus cartas a [cartas@lavanguardia.es](mailto:cartas@lavanguardia.es). La Vanguardia las agradece y escoge para publicar aquellas cuyo texto no supera los mil caracteres. Es imprescindible que vayan firmadas con nombre y apellidos y debe constar su DNI o pasaporte, la dirección y el teléfono. No se publicarán escritos firmados

con seudónimo o iniciales. La Vanguardia se reserva el derecho de resumir o extraer el contenido de las cartas y de publicar aquellas que crea oportuno. No se mantendrá correspondencia ni se atenderán visitas o llamadas telefónicas sobre originales no publicados.

del seu poder i imposa les seves regles a l'adult, que cedeix normalment per comoditat. Siguem conscients que els hàbits adquirits avui són el futur del demà i que estem educant petits tirans per comoditat o impotència.

ANTONI VILANOVA CASALS  
Barcelona

### El besoncle Enric

De besoncles Enric ("La nit de l'espanta-sogres", Opinió, 31/XII/2014), per sort, encara en quedem bastants, i crec que som una font d'anècdotes curioses en les sobretauls nadalencs, i naturalment tots els que han passat una nit de Nadal o Cap d'Any en una caserna i si, a més, aquesta era a Sidi Ifni i a finals dels cinquanta, les recordem si més no amb nostàlgia i alegria. Teníem 21 anys i veure com gent anònima dipositava ampolles de xampany (no hi havia cava), vi, pastes, etcètera al cos de guàrdia ens emocionava i ens ajudava a passar-ho millor. Això sí, sempre en el pensament, les nostres famílies.

Sí, senyor Luna, els del 1936 som una generació especial, els nostres néts s'ho passen bé amb les nostres historietes, com jo fruïa sentint els avis veterans de Filipines i Cuba. Els nostres pares, mobilitzats i al front (1936-39), no ens en van parlar gens o molt poc. Gràcies, senyor Luna, per la frescor i alegria dels seus articles.

JOSEP NOGUÉS MASSÓ  
Riudoms

### Animadores infantiles

El pasado 27 de diciembre falleció en un accidente un joven conocido cantautor i animador infantil catalán, Oriol Canals. Una noticia que nos impactó y entristeció por lo injusta que en ocasiones es la vida. Enseguida nos invadieron gratos recuerdos de la infancia de nuestros hijos. Nos vinieron a la mente momentos de felicidad y de alegría de numerosas fiestas infantiles que han ayudado a los niños a crecer felices.

Sabemos de profesiones, como la de los pedagogos, que ayudan a que nuestros hijos crezcan sanos y que nos ayudan también en su educación; otras como los médicos que cuidan de su salud. Pero hay otros profesionales que no debemos olvidar: los animadores infantiles como Oriol, que han cuidado de la felicidad de los niños. Estos profesionales dejan tantas semillas sembradas que la llama de su recuerdo nunca se

### Kap

NO HAY DUDA DE QUE NUESTRAS MEDIDAS CONTRA LA CORRUPCIÓN SON EFECTIVAS... ¡EN LO QUE LLEVAMOS DE AÑO NO HA APARECIDO NI UN NUEVO CASO!



### EL LECTOR EXPONE

## Proteger els fills, el millor regal

Sovint ens parlen de la sobreprotecció envers els nostres fills i de les seves nefastes conseqüències (inseguretat, pors, poca autonomia...). Però poques vegades ens expliquen el que tots els pares i mares anhelem saber: com podem protegir els nostres petits per a la vida?

Sempre que em pregunten dic la mateixa cosa, que per protegir-los i que se sentin segurs primer de tot hem d'estimar-los molt, que el nostre fill sàpiga que, sigui qui sigui i com sigui, els seus pares l'estimaran igual (i diguem-los-ho cada nit!).

Després és bàsic conèixe'ls i que ens coneguim, però de veritat, perquè els donarà una confiança tan arrelada que els farà forts i valents... Què com cal fer-ho amb el poc temps que tenim? Doncs, per exemple, quan sopeu aprofitau per conversar i fer preguntes, però del tipus: "Fill, com creus que ens va com a família?" o "com em veus com a

mare?" o "quins són els nostres punts febles, com podem millorar?".

I per acabar, és imprescindible entrenar-los en les habilitats que tu creus que necessitarà per anar per la vida; l'empatia per entendre's amb les persones; l'autonomia per no dependre dels altres; l'autoestima per agrair-se a si mateix, o la fortalesa interior per aixecar-se cada vegada que cau.

El Nadal ens dona l'espai i el temps per estimar-los, per conèixe'ns i per entrenar-los, aprofitem-ho perquè en el dia a dia no ens sobren les oportunitats.

I qui té un regal millor pel dia de Reis que obsequiar els seus fills amb fortalesa, seguretat, estima i unes habilitats entrenades des de ben petit per arribar a ser, algun dia, un adult ben protegit per a la vida?

CRISTINA GUTIÉRREZ LESTÓN  
Santa Maria de Palautordera

apaga, pues la felicidad de un corazón agradecido durante la infancia es eterna.

VICENTE SORRIBES ALCARAZ  
Barcelona

### Voluntaris

Fer-se voluntari sempre funciona. No és que s'hagi posat de moda parlar del voluntariat. Es-

tem vivint una època certament difícil i convulsa. La crisi i la pobresa de moltes famílies, que cada vegada més necessiten de l'ajut d'entitats o, simplement del proïsme, per poder seguir vivint... això et fa aturar i pensar... i cal fer-ho. I molt a fons!

Que ningú et privi del plaer que pot produir-te una acció solidària, benèfica i generosa. Qualse-

vol transformació interior capaç de convertir-te en millor persona t'exigirà sortir del teu egoisme, i pensar que res no et donarà més gran dignitat que donar i donar-te a qui ho necessiti i ho mereixi.

Pots exercir de voluntari, llavors aprens que la roda de la vida és aquesta: si dones, reps; si reps, tens; si tens, ets ric, i si ets ric, pots donar molt més!

Estima, consola, acull, abraça, somriu, acompanya, perdona, entrega... surt de tu cap als altres i dona el millor de la teva persona. Malgrat que no rebis res a canvi, tu, voluntari, t'has omplert i enriquit. Mira al teu voltant, i segur que algú et necessita.

M. ELISA ROS  
Girona

### Ley antitabaco

España siempre ha sido un país de tradiciones y muy difícil de cambiarlas, como el fumar en el trabajo, hospitales, comercios, hoteles y bares y restaurantes. Con la entrada en vigor de la nueva ley antitabaco el 2 de enero del 2011 se prohibió fumar en el trabajo y en todos los lugares públicos cerrados; esto causó una alarma social entre los fumadores por romper con esa tradición de tantos años, y algunos hoteleros se sublevaron en contra de la ley.

Hoy, cuatro años después, hemos conseguido cambiar esa tradición y sacar el tabaco a la calle, además del reconocimiento de los propios fumadores que valoran que ahora se está mejor y es más saludable la estancia en estos lugares cerrados. También se ha conseguido rebajar el número de fumadores, los ingresos por infartos y la mortalidad por enfermedades cardiovasculares, pero todavía son muchos los que fuman y las muertes relacionadas con el tabaco se cifran en más de 50.000 al año, una cantidad exagerada si tenemos en cuenta que estas son evitables con sólo dejar de fumar.

FERNANDO GUERRERO  
Cornellà de Llobregat

### Estació de Premià

Com és possible que l'estació de Renfe de Premià de Mar estigui tan descuidada i tan mal pensada? Fa dies que les escales automàtiques no funcionen... La gent gran o amb problemes de mobilitat, o amb cotxet o bicicletes, tampoc no poden fer servir els ascensors perquè, a més que fan fàstic de veure perquè estan rovellats, quan hi ha pluja queden inundats i no es poden fer servir. El passadís subterrani queda amarat els dies de pluja, amb perill de rrelliscar, i l'aigua de mar entra dins les escales.

L'Ajuntament de Premià de Mar no fa res perquè diu que no és competència seva i Renfe, com sempre...

MERCÈ BLASCO  
Premià de Mar

## grupoGodó

JAVIER GODÓ, CONDE DE GODÓ *Presidente*

Carlos Godó Valls ..... Consejero Delegado  
Josep Caminal ..... Director General de Presidencia  
Jaume Gurt ..... Director General Corporativo - Negocio Prensa  
Pere G. Guardiola ..... Director General Comercial  
Xavier de Pol ..... Director General de Negocio Audiovisual  
David Cerqueda ..... Director General de Negocio Digital

## LA VANGUARDIA

JAVIER GODÓ, CONDE DE GODÓ *Presidente-Editor*

Òscar Ferrer ..... Director Gerente  
Xavier Martín ..... Controller  
Juan Carlos Ruedas ..... Director de Marketing

Edita LA VANGUARDIA EDICIONES SL  
Av. Diagonal, 477 (08036) Barcelona  
Tel.: 93 481 22 00 / 93 481 25 00  
Fax: 902 185 587

Internet [www.lavanguardia.com](http://www.lavanguardia.com)

Depósito legal B-6.389-1958  
ISSN 1133-4940

Imprime CRE-A IMPRESIONES DE CATALUNYA SL  
Polígono Zona Franca, calle 5, sector C  
(08040) Barcelona  
PRESSPRINT. Calle Valentín Beato, 48,  
Madrid

Distribuye MARINA BCN DISTRIBUCIONES SL  
Calle E, 1 (esq. c/6). Pol. Industrial Zona  
Franca. 08040 Barcelona. Tel.: 93 361 36 00

### ANUNCIOS Y ESQUELAS

PUBLIPRESS MEDIA SL  
Por teléfono 902 178 585  
Barcelona Av. Diagonal, 477 (08036)  
Tel.: 93 344 30 00. Fax: 93 344 31 88  
Madrid María de Molina, 54, 4.º (28006)  
Tel.: 91 515 91 00. Fax: 91 515 91 09

### ATENCIÓN AL SUSCRIPTOR

Tel.: 902 481 482. Fax: 93 481 24 99  
[suscripciones@lavanguardia.es](mailto:suscripciones@lavanguardia.es)

### ATENCIÓN AL LECTOR

Tel.: 93 481 22 00. Fax: 902 185 587

Cartas de los lectores  
[cartas@lavanguardia.es](mailto:cartas@lavanguardia.es)  
Defensor del lector  
[defensor@lavanguardia.es](mailto:defensor@lavanguardia.es)

### TARIFAS SUSCRIPCIONES

Catalunya y Baleares  
Trimestre ..... 122 euros  
Semestre ..... 239 euros  
Anual ..... 449 euros

España y Andorra  
Correo (trimestre) ..... 180 euros

Europa - Zona 1  
Correo (trimestre) ..... 449 euros

Resto de países - Zona 2  
Correo (trimestre) ..... 576 euros

EL PRECIO DE LOS EJEMPLARES ATRASADOS  
ES EL DOBLE DEL PRECIO DE PORTADA

Difusión controlada por OJD