

CONFERÈNCIA

Claus per «afrontar els reptes quotidians de la vida»

La psicòloga Magda Font va oferir una ponència sobre el tema

IVÁN ÁLVAREZ
ESCALDES-ENGORDANY
@IvanAlvarezAND



►► Magda Font, psicòloga clínica, abans d'encetar la conferència d'ahir.

La sofrologia és una ciència introduïda l'any 1960 pel doctor Alfonso Caycedo i la seva derivació respon a l'equilibri, consciència, ment i estudi. És a dir, és la disciplina que estudia la ment i la consciència equilibrada. La Fundació Jacqueline Pradère va organitzar al Centre de Congressos una xerrada vehiculada per la psicòloga clínica, Magda Font. L'especialista va assenyalar que «els reptes de la vida no es poden obviar i alguns generen estrès, pors i malestars. Aquests estímuls difícilment els podem treure perquè si, per exemple, estem en un embotellament de trànsit, per molt nerviosos que ens posem, l'embotellament encara hi serà».

En aquest sentit, Magda Font va aprofundir: «La clau és aprendre unes tècniques de relaxació, de respiració, que ens permetin tenir unes eines perquè aquestes situacions estressants siguin el menys perjudi-

cial possible». A més, va afirmar que «l'estrès, en part, és positiu, perquè sinó ens avorriríem molt i el que hem de vigilar és que aquest estrès no esdevingui crònic perquè començaríem a somatitzar». Durant l'exposició, Font, amb un màster en sofrologia caycediana, va explicar els be-

nefícis que aquesta disciplina pot aportar en el dia a dia. La sofrologia, va argumentar la psicòloga, ajuda a resoldre problemes privats i professionals, ajuda a aconseguir un major benestar i ofereix molts àmbits d'aplicació per afrontar els reptes de la vida quotidiana. ≡

COMISOS

Confisquen 37.500 paquets de tabac de contraban

El material, procedent d'Andorra, va ser trobat en una masia de Barcelona

EL PERIÒDIC
ESCALDES-ENGORDANY

L'Agència Tributària va confiscar 37.500 paquets de tabac de contraban procedent d'Andorra a una masia d'Olivella, a Barcelona i els agents van detenir als dos personatges presumptament implicades en el seu tràfic. Segons va informar el Ministeri d'Hisenda, l'ope-

ració es va iniciar en investigar a un sospitós de traficar amb tabac des d'Andorra i els funcionaris de vigilància de l'Aduana van trobar la nau on es guardava el material. Durant una vigilància el 13 de maig, van detectar moviments sospitosos d'una furgoneta i, un cop la van seguir fins a la masia, es va localitzar el tabac i es va procedir a la detenció de dues persones, una de les quals era el principal investigat. A la masia, van confiscar el tabac de la marca Austin Red i que estava sense el precinte fiscal. ≡

BLANQUEIG

Descens de les intervencions de divises a la Farga de Moles

En aquest 2015 s'han fet ja un total de 34 actuacions i al 2014 totes van ser fora

EL PERIÒDIC
ESCALDES-ENGORDANY

La Guàrdia Civil de Lleida ha intervingut un total de 671.682 euros en divises entre l'1 de gener i el passat 15 de maig, en aplicació de la normativa vigent en matèria de prevenció del blanqueig de capitals.

Així ho va explicar ahir a la Seu la subdelegada del Govern a Lleida, Inma Manso. Les divises intervingudes durant aquest període són un 25% inferiors que els 898.976 euros intervinguts en el mateix període del 2014. Manso va afirmar també que aquest 2015 s'havien fet un total de 34 intervencions, tant en el recinte duaner de la Farga de Moles com a fora i que, en canvi, durant el 2014 totes les intervencions es van fer dins del recinte. ≡

SEAT

EL NOU
SEAT LEON X-PERIENCE
4DRIVE

JA CONEIXES EL CAMÍ, PROVA'N UN DE NOU



TECNOLOGIA PER GAUDIR



EUROP-AUTO, SA

europauto@seat.ad

telf. 825671