

Repudian actos vandálicos contra imagen de José Martí

La necesidad de preservar el legado de José Martí, cuya obra y pensamiento han acompañado la lucha de los cubanos a lo largo de nuestra historia, fue resaltada por los trabajadores de la Sucursal Cimex, durante el acto de repudio a los hechos vandálicos que mancillaron la imagen del Héroe Nacional a inicios de este mes en algunos lugares de la capital cubana.

Dénisis Anache Ramírez, funcionaria de la Unión de Jóvenes Comunistas que atiende el sistema empresarial de las Fuerzas Armadas Revolucionarias, señaló que hacia las nuevas generaciones se dirige en el plano ideológico un bien elaborado y financiado programa subversivo del imperialismo, lo que subraya el imperativo de defender los principios que sustentan la sociedad cubana.

Las campañas que se gestan contra nuestro país desde diversos medios di-



Trabajadores de la Sucursal Cimex se sumaron al desagravio a José Martí, por los hechos vandálicos que mancillaron la imagen del Apóstol.

giales de Internet también fueron denunciadas en ese espacio por Álvaro Domínguez Diacen, quien intervino en representación de los cuadros de Cimex.

El repudio se sumó a

otros que en la provincia y en todo el país se realizan por estos días como expresión del respeto del pueblo cubano por la memoria de José Martí, y en reclamo de que la justicia conde-

ne debidamente a los dos ciudadanos detenidos como responsables de la profanación de la imagen del Apóstol.

● Arturo A. MACHIRÁN

Contigo



● A cargo de Mayliovys DEL TORO TERRERO

¡Hola, amigos de Contigo! Este espacio, como siempre, se propone complacer a los lectores que se comunican y solicitan temas atractivos cada semana. Hoy cumplimos la petición de la guantanamera Milainis Castro, residente en la comunidad de El Salao, en Imías, quien solicitó la letra del tema *El que siempre soñó*, del músico cubano Isaac Delgado y el boricua Gilberto Santa Rosa.



La canción, compuesta por Isaac y el cantautor cubano radicado en Puerto Rico, Juan José Hernández, representa la búsqueda y conquista de todo lo que se ama, una suerte de homenaje y celebración por la vida.

El sencillo pertenece al disco *Lluvia y Fuego*, reciente producción discográfica de Isaac, y cuenta con 11 temas en los que colaboró con estrellas de la salsa y el jazz en Cuba, como el cantante y productor Alain Pérez, el trompetista Abreu, el director de Van Van, Samuel Formell, y el saxofonista César López.

El video clip, dirigido por Asiel Babastro, muestra a los dos clásicos de la salsa, el "Caballero" y el "Chévere", en escenarios de la capital, como la Universidad de La Habana y los alrededores del Capitolio. La canción es una invitación a asumir la vida con todos sus matices.

El que siempre soñó (Primera parte)

Yo que pensé escapar y abandonar mis sueños Sentí que el mundo se me hacía pequeño

Cuando todo me iba mal Y vi derrumbarse mi mayor quimera Entonces pensé que no valía la pena Volver a empezar.

Pero entonces la luz salió de lo imposible Y lo que era incierto se volvió posible Saqué fuerzas y volvió mi fe Volví a imaginar y volví a soñar.

(Estribillo)

El que siempre soñó tiene derecho a la vida El que siempre soñó tiene derecho a alcanzar El que se puso a luchar y curó sus heridas El que encontró la salida tiene derecho a triunfar El que siempre soñó tiene derecho a la vida El que siempre soñó, el que buscó más allá El que no se detuvo al andar, el que no dejó el tiempo pasar

El que no hizo caso al miedo tiene derecho a ganar. (Se repite la Primera parte y el estribillo)

El que el miedo no lo aguantó, El que se empeñó, caminó, se cayó, levantó y conquistó

El que luchó con amor y se puso a soñar que podía llegar tiene derecho a ganar. Sigue derecho por donde tú vas, que si te paras pierdes el compás y no llegarás No te importe lo que digan, que tengan otra opinión.

Busca la salida y échale limón El que creyó

Hay que vivir cantando, guaracheando para curar las heridas El que le ganó la carrera al reloj y al fracaso la partida

Hay que repartir amor y cariño y vivir con alegría El que no se asustó, el que se superó, el que no se paró y buscó la salida

Hay que mirar adelante, aunque venga de salida. (Se repite estribillo)



Desenfoco

La gráfica muestra el interior de uno de los ómnibus de la ruta Hospital General-Parque: varias placas de zinc completan el piso, deteriorado y con peligro para los pasajeros que lo abordan.

El insuficiente parque de vehículos en el territorio y de piezas de repuesto, nada tienen que ver con la calidad del servicio que se preste, el confort y la seguridad de los viajeros.

● Texto y foto: Lorenzo CRESPO S.



Libro en oferta

Anita la brigadista es el título que propone el Centro Provincial del Libro. Es un texto de ficción inspirado en la gran Campaña de Alfabetización que convirtió a Cuba en un país libre de analfabetismo, uno de los grandes triunfos de la naciente Revolución Cubana.

Su autora, la canadiense Shirley Langer, trabajaba en Cuba cuando conoció acerca de la trascendental Campaña, gracias a los testimonios de una amiga estadounidense y sus hijas, y quiso plasmarla en un volumen para que el mundo conociera la hazaña educacional.

Las páginas vieron la luz inicialmente en Canadá y ahora su autora las regala al público cubano. La narración, que cautivará a todos, sin duda, rememora momentos inolvidables a quienes participaron en la Alfabetización.



Para desintoxicar el organismo



¡Qué mal me siento, no vuelvo a beber ni a comer en exceso! Es la más común de las expresiones que, de seguro, muchos guantanameros

pronunciaron después de pasarse de tragos o una ingesta de más, durante las fiestas de fin e inicios de año.

Pero seamos sinceros, lo más probable es que en menos de lo que canta un gallo, se olviden de ello y lo vuelvan

a hacer cada vez que haya motivos. Por eso, aconsejamos unos trucos para desintoxicar el organismo para esa u otras ocasiones.

-**Agua y agua de coco:** ambos líquidos son excelentes para hidratar y limpiar el organismo, de ahí que sea recomendable empezar a beberlos a temperatura ambiente antes del desayuno. La de coco, además de aportar vitaminas y minerales, es excelente para revitalizar la función del colon.

-**Jugo de tomate:** ayuda a estabilizar los niveles de azúcar. Es recomendable tomarlo antes de desayunar.

-**Infusión de jengibre o de menta:** para las náuseas y los mareos, ingerir dos o tres tazas al día.

-**Huevo:** contiene aminoácidos como cisteína y taurina, que ayudan al hígado a realizar sus funciones desintoxicantes. Se debe comer hervido, después de la mejoría estomacal.

-**Frutas frescas,** las más depurativas: piña, naranja, uvas, sandía, ciruelas, papaya, plátano maduro, entre otras (consumir antes del desayuno).

