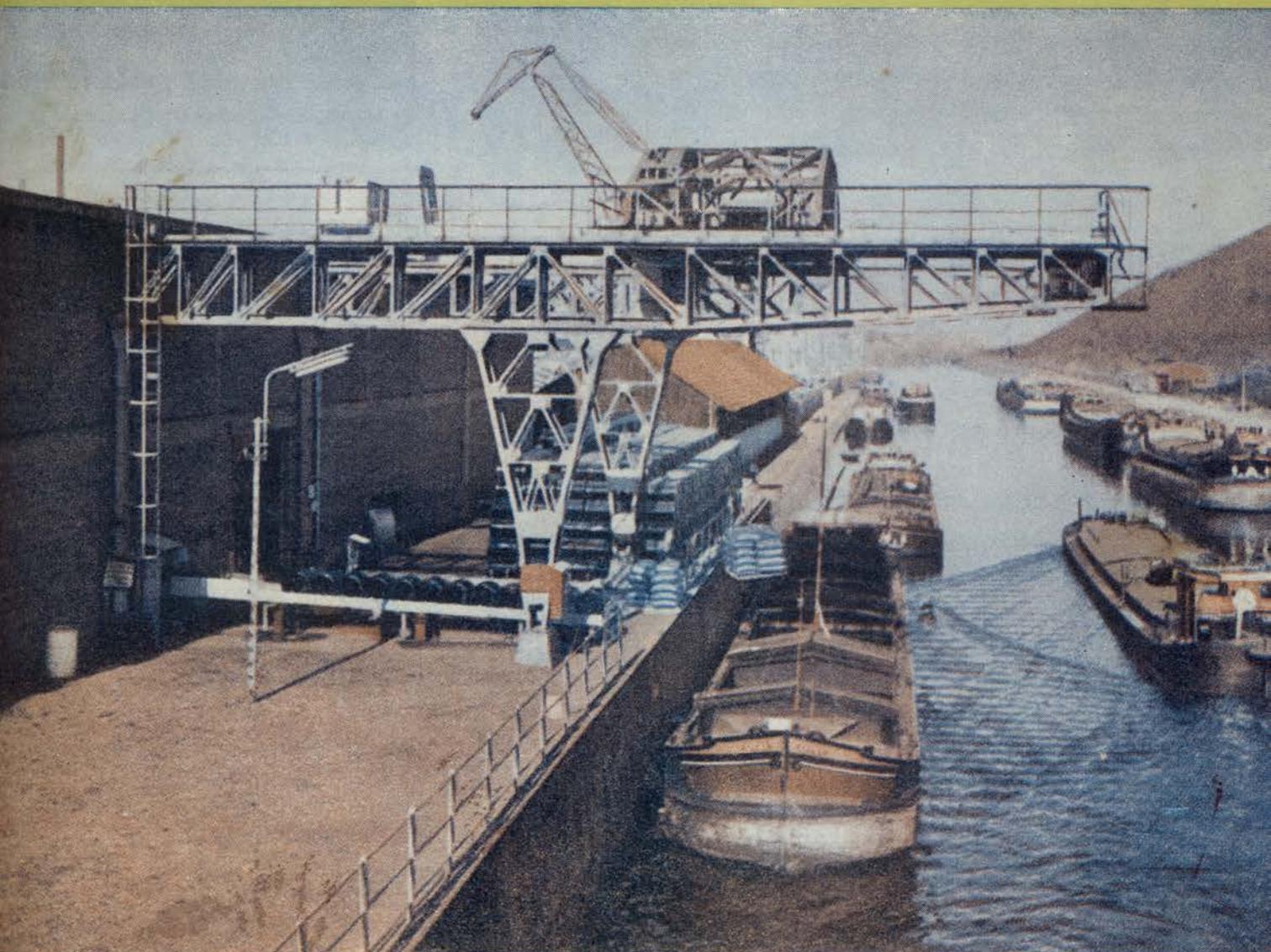


# LA FABRICA

BOLETIN INFORMATIVO DE LA FABRICA DE BARREDA DE SOLVAY & CIE. S. A.

---



## LA FABRICA

Miembro de la  
«Unión de Periódicos de Empresa»

Boletín del Personal de las  
fábricas de Barreda - Torrelavega  
de SOLVAY & CIE. S. A.

Febrero 1968

Redacción - Administración y  
Editor responsable: SOLVAY & CIE. S.A.  
BARREDA

Director: V. PEDREGAL LARIA

Colaboradores - Correctores:  
E. Blanco  
G. Alvarez-Reina

FOTOS: H. Bustamante Hurtado

Imprime:  
Artes Gráficas Antonino Fernández  
Plaza del Sol, 2  
TORRELAVEGA

# Visita Real en nuestros Laboratorios Centrales



El Rey Balduino al entrar en el Laboratorio acompañado del primer Ministro y del Barón de Boël.

Su Majestad el Rey belga, Balduino, interesado siempre por cuanto se refiera a la investigación, a la búsqueda científica de nuevos descubrimientos, había manifestado a la Federación de Industrias Químicas de Bélgica, su deseo de visitar un centro de investigación.

Y el centro escogido para este contacto del Soberano con los científicos fueron nuestros Laboratorios Centrales de Neder-Over-Heembek.

Allí, el Monarca fue recibido por diversas personalidades. Estaban el primer Ministro de la nación M. Vanden Boeynants; M. Roger Janssen, Presidente de la Federación Química; el Presidente de los Administradores de nuestra Sociedad, Barón de Boël, y M. A. Wery y M. Rossier, Directores de la Dirección General de Investigación y Desenvolvimiento,

En la visita participaron destacadas personalidades del mundo oficial científico y económico y cumplimentados también por los Administradores de la Sociedad, M. Jacques Solvay y M. Henry Delwart.

En los mismos laboratorios, y al término de la visita, el Soberano asistió a un coloquio, en el transcurso del cual, se han expuesto los medios (y comentada su importancia) que la industria química pone en práctica en el dominio de la investigación tecnológica y los objetivos propuestos para acrecentar tales medios.

Esta visita enriquece las brillantes efemérides de la historia de la Sociedad.

## LA PORTADA ES...

una foto hecha en la fábrica de Couillet, en Bélgica, cuando se realizaba el cargue de cloruro de calcio en sacos de plásticos, sobre una pinaza.



# Jurado de Empresa

## Reunión de Febrero

Se celebró el día 28 y la síntesis de lo tratado en ella es esta:

### COMISIONES

**SEGURIDAD E HIGIENE.**—Revisión de cinco cuestionarios de accidentes del mes anterior, de los que tres eran de camino de trabajo.

Informe del índice de frecuencia del mes de Enero que fue de 3,2 personal obrero y 2,4 obreros más empleados, contra 10 y 7,9, respectivamente, en el mes anterior.

Resolución de 47 fichas de trabajo en el tablero de actividad del servicio, distribuidas así: 7 de lugares de trabajo, 6 de lugares de tránsito, 13 de instalaciones eléctricas, 2 de instalaciones mecánicas, 2 de escaleras y pasarelas, 3 de defensas, 5 de losas y alcantarillas y 9 de alumbrado.

Información sobre las sugerencias de la última reunión que se referían al reparto de las llamadas ropas del convenio; obligatoriedad de asistencia a las reuniones de la Comisión; estufas de los aseos de Manutenciones y horario de trabajo de un operario encargado de limpieza de servicios.

Ruegos y preguntas sobre el barrio de Quintana; calzado del personal; toma de muestras en UE; nuevo transportador de alimentación de hornos y trapos para limpieza.

**COMEDOR OBRERO.**—El día 1 de Marzo se pondrá en práctica el cambio de menús.

### RECLAMACIONES DEL PERSONAL

Se trató de las pendientes, presentadas con anterioridad por los obreros de piezas pesadas de Embalaje (pendiente de resolución por Magistratura) y por un operario del mismo Embalaje sobre trabajos a prima.

### FONDO DE AYUDA AL PERSONAL

Subvenciones acordadas:

En cuantía variable y por un total de 12.100 pesetas a los enfermos de más de dos meses: don Antonio Sánchez Martínez, don Valeriano Seco Fernández,

don José Coz Coterillo, don José San Miguel Mora, don Tomás Castillo Andréchiga, don Felipe Aragón Mediavilla, don Angel López Fernández, don Victoriano Oreña Calderón, don Manuel Gascón González, don José Ruiz Terán, don Rufino Leal López, don Eduardo Gutiérrez Herrera, don Francisco Cobo Toyos, don José Gómez Miera, don Virgilio Santamaría Fernández, don Rosendo Polanco Galván, don Gumerindo Argumosa Ruisánchez, don Raimundo Pérez Fernández, don Manuel Rodríguez Ruiz, don Benigno Mendiguchía Martínez, don Angel Cuevas Salas, don Vicente Poo Herrera, don Ramón Gómez Oslé, don Eliseo Landeras Herrera, don Pedro Pereda Herrera y don José María Bohigas García.

Una de carácter extraordinario y por 5.000 pesetas a don Prudencio Margotán Póo y 8 a enfermos crónicos por la suma, en junto, de 4.600.

El total de las ayudas es de 21.700 pesetas.

### RUEGOS Y PREGUNTAS

Información a los Vocales acerca de los ruegos planteados en sesiones anteriores y relativos a la revisión de niveles de los operarios del transportador aéreo de la Cantera; a un expediente disciplinario; al premio a la antigüedad; a la solicitud de Medalla de Trabajo para don Alfredo Iglesias y a la distribución de ejemplares de las actas de las reuniones a los Vocales.

En lo que se refiere al premio de antigüedad, la Empresa hizo presente a los Vocales que no se puede acceder a su ruego de que se calcule sobre la base de 96 pesetas, valor del nuevo salario mínimo, puesto que esto implicaría una revisión del Convenio Colectivo vigente que, según el artículo 3.º del Decreto de Septiembre de 1967, debe subsistir en sus propios términos siempre que el conjunto de retribuciones, en cómputo anual, no sea inferior a los nuevos salarios mínimos.

Por último, se hicieron ruegos y preguntas referentes a los niveles de los Capataces de Oficiales de la Nueva Central; a la casa de Soto y a la reunión de algunos Vocales con el Director de Personal de Bruselas, señor Billiet.

## LA TRANSFORMACION EN SOCIEDAD

El año 1967 ha marcado un giro en la vida de SOLVAY & CIE. Diversas e importantes operaciones se han llevado a cabo entre los meses de abril y noviembre con el fin de preparar, realizar y rematar la nueva estructura de nuestra Sociedad.

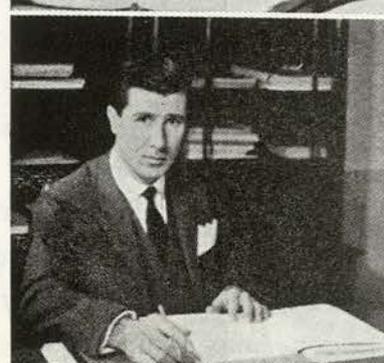
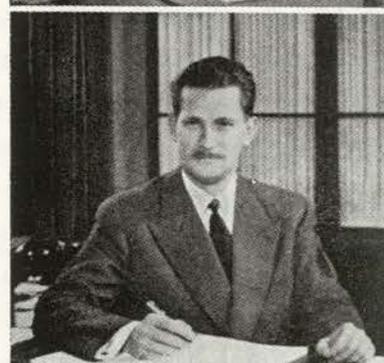
Durante más de un siglo SOLVAY & CIE. había conservado su forma original de Sociedad en Comandita. Se trataba de un fenómeno excepcional tanto en Bélgica como en el extranjero y no dejaba de producir asombro, al considerar el volumen del patrimonio invertido y la importancia, siempre creciente, de las operaciones emprendidas. Pero este fenómeno había sido posible gracias a la conjunción de varios factores favorables: prudencia en la gestión de los negocios sociales, fidelidad de los asociados a la estructura adoptada y facilidad de adaptación a las nuevas circunstancias.

Es preciso ver, en las reformas que acaban de llevarse a cabo, una nueva prueba de adaptación de la Sociedad.

Hoy nos hallamos en el umbral de la tercera revolución industrial y en el futuro habremos de esforzarnos a fin de permitir a la Sociedad franquear con éxito las etapas de un nuevo desarrollo.

Esto demuestra cómo la transformación de SOLVAY & CIE. en sociedad anónima y demás iniciativas tomadas a continuación, han sido el resultado de deliberaciones, maduras largo tiempo y cada uno de cuyos aspectos no ha sido dejado al azar.

En abril-mayo 1967, se realizó la primera fase de la reforma. Consistió ésta en un primer aumento de capital, por un importe de 2.000



Los cinco Gerentes de la Sociedad Comanditaria, actualmente Administradores de la Sociedad Anónima.

De arriba abajo:

El Barón Boël, Presidente  
M. Henri Delwart  
M. Pierre Solvay  
M. Jacques Solvay  
M. Paul Washer

## DE SOLVAY & CIE. ANONIMA

millones de francos belgas, reservada a los socios comanditarios. La víspera de la transformación, estos asociados han pagado su tributo al desarrollo futuro de la Sociedad, marcando así su confianza en el porvenir y su deseo de continuar participando estrechamente en su destino.

El 12 de junio una asamblea general extraordinaria de los asociados ha decidido, por otra parte, la transformación de la Sociedad en anónima, no haciendo en esta ocasión más que poner en práctica cláusulas estatutarias que figuraban desde hacía mucho tiempo en el pacto social y autorizando expresamente tal conversión.

Esta decisión fundamental fue tomada por unanimidad por un número de asociados presentes, excepcionalmente elevado.

En los nuevos estatutos adoptados, han sido tomadas medidas con el fin de salvaguardar al máximo la personalidad tradicional de SOLVAY & CIE., suavizando las condiciones de cesión de las acciones representativas del capital social que sustituyen a las antiguas comanditarias y favoreciendo así la circulación en público de una parte de ellas. El sistema así puesto a punto permitirá mantener una estabilidad de gestión de acuerdo con los intereses de la Empresa.

El 6 de noviembre último, un segundo aumento de capital ha sido llevado a cabo, mediante la emisión de títulos puestos a disposición del público que han tenido un éxito considerable, seguido inmediatamente de la cotización en bolsa de los títulos Solvay.

Con un capital ampliado a 12.000 millones de francos belgas y tenien-

do en cuenta la importancia y diversidad de sus inversiones, la Sociedad ha subrayado así, una vez más, la situación eminente que ocupa tanto en la economía nacional como la internacional.

Precisemos con este motivo que gran parte de los esfuerzos futuros de la Sociedad serán destinados al desarrollo de nuestras instalaciones belgas, en unos momentos en que la situación económica del país lo requiere particularmente y que a escala del Mercado Común sobre todo, las exigencias de una estructura industrial óptima podrán por anticipado ser satisfactorias.

Finalmente, a propuesta del Consejo de Administración, la Asamblea General de Accionistas del 6 de noviembre, ha solicitado de dos miembros de los cuadros dirigentes de la Sociedad, señores Alberto Bietlot y Eduardo Swolfs, su ingreso a partir del 1 de Enero 1968, en el seno de este Consejo, compuesto hasta ahora por antiguos Gerentes de la Sociedad en Comandita.

Así se encontrarán de ahora en adelante aliados, al máximo nivel, la vieja experiencia, el conocimiento profundo —fecundado por la tradición— de los múltiples resortes de una compleja máquina, de una parte, y los méritos avalados por brillantes carreras al servicio de la Empresa, de otra.

*Seguros de expresar el sentimiento unánime de nuestros lectores, presentamos a los señores Bietlot y Swolfs nuestras sinceras felicitaciones por la alta prueba de confianza que la Sociedad acaba de darles, elevándolos a la máxima escala de la jerarquía.*

Traducción de un artículo inserto en el n.º 1/1968 de REVUE DU PERSONNEL de nuestra Administración Central de Bruselas.

Fotos de la misma revista.



M. Alberto Bietlot, Director General de la División de Productos Químicos, nombrado Administrador en el curso de la Asamblea General de 1967.



M. Edouard Swolfs, Gerente de Deutsche Solvay Werke, nombrado Administrador en la Asamblea General de 6 de noviembre de 1967.

## NEVAS INSTALACIONES EN BELGICA

En una reciente información de prensa, nuestra Sociedad ha dado a conocer unas nuevas e importantes inversiones en Amberes, en las instalaciones portuarias de esta ciudad belga.

Textualmente esa Nota de Prensa, publicada en Bélgica, dice así:

«Además de sus importantes instalaciones en la 5.ª dársena (por las cuales pasan cada año 400.000 toneladas de productos químicos diversos fabricados por sus factorías de Europa Occidental) la Sociedad SOLVAY & CIE. ha obtenido la concesión de un terreno industrial de 100 hectáreas al borde de la nueva cuenca del canal B 1.

Ya ha sido construido en aquel lugar, en aguas profundas, un espigón de 500 metros de largo, que ha representado una inversión de 100 millones de francos belgas.

Nuevas instalaciones de almacenamiento en «vrac» de productos químicos líquidos y especialmente de lejía cáustica, destinada tanto a cubrir las necesidades de la zona de Amberes como a la exportación, serán erigidas allí.

Además, a partir de 1968, comenzarán los trabajos de construcción de una importante electrolisis. La capacidad inicial de producción de esta unidad será de 50.000 t/año de cloro y será aumentada progresivamente a 100.000 t/año. La primera parte de estas realizaciones representará una inversión del orden de los 500 millones de francos belgas. Están en estudio diversos proyectos que traerán consigo otras realizaciones en años próximos.

La Sociedad SOLVAY & CIE. estará así en condiciones de responder a las crecientes necesidades en productos químicos, de las nuevas industrias instaladas en las riberas del Escaut y de asegurar con sus exportaciones las bases de un nuevo desarrollo.»

## LOPEZ BRAVO EN JEMEPPE

El día 7 de este mes de Febrero, el Ministro de Industria, don Gregorio López Bravo, acompañado del embajador de España en Bélgica, don Jaime Alba, y aprovechando su estancia en aquel país, visitó las fábricas SOLVAY en Jemeppe.

De esta visita ofreceremos al lector una más amplia información en nuestro próximo número.

## MENCION JUSTA

Nos han escrito ésto:

«Le recuerdo que el obrero del servicio de Jardines, Jesús Fraile, encontró en el jardín de un chalet, en

el que estaba trabajando, un billete de mil pesetas, apresurándose a entregárselo a la señora de la casa por si era de su propiedad, cosa que así sucedió.

Le digo ésto porque creo que bien podía ponerse en el Boletín LA FABRICA que Vd. dirige. Me parece que es un rasgo de honradez y bien se podría poner.»

Pues sí, sí es un hecho merecedor de una mención especial. Y por eso, hecha queda.

## EL FONDO DE AYUDA AL PERSONAL

Durante el año 1967 el Fondo de Ayuda al Personal distribuyó por medio de su Comisión, que, como es bien sabido, funciona en el seno del Jurado, subvenciones por un total de 296.700 pesetas.

El detalle de estas ayudas es el siguiente:

273 a enfermos de más de 2 meses por	109.750
110 a enfermos crónicos por . . . . .	57.100
33 de carácter extraordinario por . . . . .	129.850

## RECORDATORIO

Podrá parecer que estas observaciones que vamos a hacer no encajan en esta sección y sí en la deportiva.

Pero nosotros estimamos que aquí van a estar mejor, puesto que pueden tener más lectores.

El caso es que resulta del dominio público, por haber sido repetidamente anunciado, que el primer domingo de Marzo, es decir, el día 3, se levanta la veda en los ríos de toda España y los pescadores van a comenzar a disfrutar de ribazo en ribazo.

Los pescadores y los amigos de los pescadores que de vez en cuando hacen su pinito y se adhieren a la excursión del día festivo.

Pues bien, a unos y otros —que en nuestra fábrica son legión— les vamos a decir que la ley de pesca PROHIBE:

Pescar sin licencia. Pescar en los cotos sin un permiso especial. Pescar truchas menores de 19 centímetros. Pescar alevines de salmón. Pescar durante la noche o con luz artificial. Pescar a menos de 50 metros de la presas. Pescar a mano. Cebas las aguas con huevas de peces, larvas de insectos y cualquier otro cebo. Pescar con cualquier clase de red y dañar las escalas, pasos y tablillas indicadoras.

Para unos, estas pocas prohibiciones fundamentales —la ley prescribe muchas más— les servirán de recordatorio. Para otros, acaso algunas sean cosa completamente ignorada hasta ahora.

## OTRO EXITO DE GUTIERREZ SOSA

Roberto Gutiérrez Sosa, nuestro compañero en la diaria labor de la fábrica, no ha roto su maridaje con el éxito.

Cada vez que ofrece su obra a la crítica y al público se ve envuelto en los elogios y los cartelitos de «Vendido» confirman que tales loas no son injustas.

Su última salida ha sido a Madrid. Mejor que un comentario nuestro será, sin duda, transcribir lo que en la Hoja del Lunes de la capital española dice el conocido crítico J. Ramón Alfaro.

Esto: «En la galería Abril expone su obra Gutiérrez Sosa, pintor muy apegado a la realidad, pero con una gran imaginación, elementos que parecen definir su arte.

Gutiérrez Sosa se sitúa en la Naturaleza como punto de partida para sus búsquedas. Pero la fantasía de su imaginación le permite recrear un mundo presidido por el ensueño, la musicalidad de unas armonías rítmicas y las sinfonías coloreadas. Es una transfiguración de lo real. De esta manera, Gutiérrez Sosa continúa la gran tradición del arte en una transposición de la Naturaleza.

También ha sabido conservar en su arte el carácter artesano. Todo gran artista se ha considerado un excelente artesano. El oficio nunca ha sido algo vergonzante, sino todo lo contrario. Los grandes maestros se preparaban desde los lienzos a los colores.

Para Gutiérrez Sosa, el arte es una especie de sacerdocio que requiere recogimiento y dedicación. Su pintura más que de un realista es de un visionario, en que se aunan sutileza delicada de tonos y una misteriosa vibración de la luz.»

## VERANO PARA LAS NIÑAS

Se va a hacer público el aviso para que quienes deseen que sus hijas disfruten del régimen de campamentos en verano puedan inscribirse para ello.

Tras el ensayo del año último —que resultó más que satisfactorio— esta vez de nuevo se utilizarán los campamentos de la Sección Femenina.

Habrán dos turnos. Uno en el mes de Julio para las niñas de 14 a 16 años y otro en Agosto para las de 10 a 14.

Cervera de Pisuerga, comarca ideal por su altura, placentero y sano es el lugar escogido y el campamento se montará en el Albergue que allí tiene la Sección Femenina.

Para las niñas de menos de diez años que ya hubieran estado el año pasado en los campamentos de Ontaneda se ha previsto un reenganche para este 1968.

Desde luego, como siempre, los gastos serán de cuenta de la Empresa.

## FLOR EN EL CASINO

En el Casino terminó el Concurso de Flor en el que intervinieron docenas de parejas de las cuales las diez primeras clasificadas son éstas:

- 1.º Rebolledo y R. Fernández, de Sondeos.
- 2.º Cacho y Hurtado, de Almacén.
- 3.º B. Fernández y B. Rodríguez, de Embalaje y Pintores.
- 4.º F. Ibáñez y Alvarez, de Medidas y Control.
- 5.º A. Pozueta y T. Alonso, de Albañiles.
- 6.º Gutiérrez y Pechero, de Calderería.
- 7.º Santi y Urcelay, de Ondulados.
- 8.º R. Andrés y A. Portilla, de Incendios y Tuberías.
- 9.º Portilla y Eguren, de Generadores, y
- 10.º Palencia y Pernía, de Hispavic.

En los primeros días de Marzo se celebrará el acostumbrado acto del reparto de premios.

## RESIDENCIAS DE EDUCACION Y DESCANSO

Nuestro Servicio de Obras Sociales nos acaba de informar que ha recibido de Educación y Descanso el programa de Residencias Veraniegas que pueden solicitarse los datos de cada una y las condiciones generales que han de cumplirse.

Las familiares son éstas: Sobrón (provincia de Alava); El Escorial y Navacerrada (provincia de Madrid); San Rafael (provincia de Segovia); Orense, Perlorra (provincia de Oviedo); Plencia (provincia de Vizcaya); Marbella (provincia de Málaga); Tarragona y Portugal.

Las masculinas están enclavadas en La Coruña y Fuenterrabía (San Sebastián).

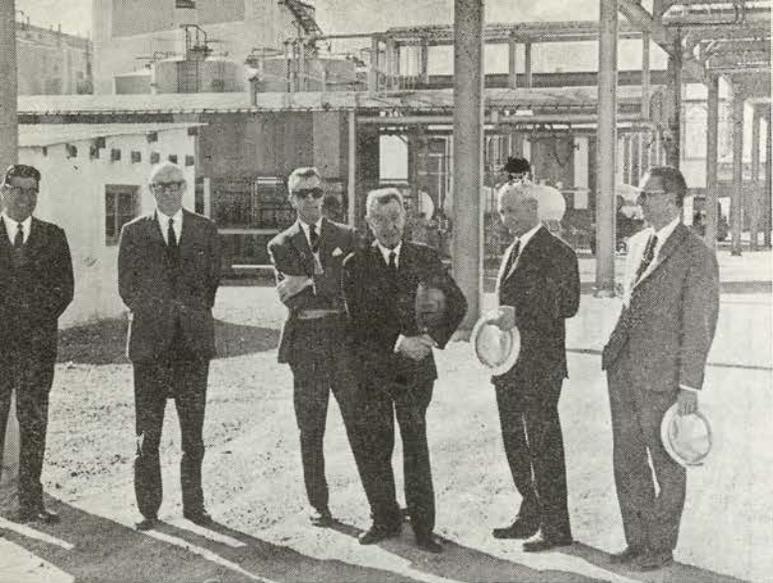
Y las femeninas en Cáceres, La Coruña, Castro Urdiales, Ribadesella (Oviedo), Deva (Guipúzcoa) y Tarragona.

En Tarragona y Marbella cada plaza (persona y día) cuesta 60 pesetas y en todas las demás residencias 40. Sobradamente conocido es que en este precio se incluyen habitación y comidas.

Los turnos comienzan el 25 de Mayo y terminan el 5 de Octubre y cada uno durará 15 días.

Tendrán preferencia quienes no hayan asistido a residencias en los dos últimos años, es decir, 1966 y 1967.

Las solicitudes deberán ir acompañadas de un Certificado de la Empresa del sueldo o jornal del peticionario y podrán presentarse al encargado de Obras Sociales de la fábrica, don Faustino Pérez Ballesteros. El plazo de solicitud finaliza el día 10 de Abril.



La anual visita de las jerarquías de nuestra Sociedad, tuvo lugar esta vez en la última decena del mes de Febrero, exactamente los días 22, 23 y 24.

Mr. Pedro Solvay, el Director de Personal de la Administración Central Mr. Billiet y nuestro Director General en España, Mr. Verhas, llegaron a la fábrica en la mañana del primero de los indicados días.

Su programa de trabajo fue apretado y en él estaban incluidos los actos que ya hemos de considerar como tradicionales, como son la Recepción al Personal y la comida ofrecida a los mandos.

Acompañados en todo momento por los Sres. Zemb y Bonnardeaux y después en cada dependencia, servicio o departamento por los diferentes ingenieros, los visitantes recorrieron todas las instalaciones de la fábrica, comprobando de visu el desarrollo de todas las actividades, tanto en las nuevas como en las clásicas fabricaciones.

En la Recepción al Personal, acto que volvió a su primitivo escenario del Cinema, Mr. Solvay pronunció un conciso discurso que reproducimos íntegramente en el espacio de esta misma información.

\* \* \*

En este corto, pero actual, reportaje gráfico de Horacio Bustamante Hurtado se recogen algunas incidencias de la visita.

En la foto superior los señores Solvay, Billiet y Verhas, junto con nuestro Director, Sr. Zemb, Subdirector, señor Bonnardeaux e Ingeniero Jefe, Sr. Borratxero, nos brindaron la oportunidad de esta imagen.

En la siguiente, Mr. Solvay y Mr. Bonnardeaux comentan con el Ingeniero Principal señor Rodríguez algo de las fabricaciones de Agua Oxigenada y Perborato.

Sigue otra instantánea: la del momento en que Mr. Solvay entrega a uno de los veteranos, jubilado precisamente el último día del año, Enrique Gacituaga, el recuerdo de la Sociedad por haber llegado a los 45 años de servicios a la misma.

Y la última foto es la clásica de un aspecto parcial de la Sala del Cinema en el transcurso de la Recepción al Personal.



«Señoras, Señoritas, Señores:

*En el curso del último año, la forma jurídica de la Sociedad ha sido modificada, pero este cambio de estructura no debe, evidentemente, afectar en nada a las excelentes relaciones que han existido siempre con el personal.*

*La nueva etapa que ha comenzado con esta transformación, tiene necesidad, para su pleno desarrollo, de la colaboración, de la energía, del entusiasmo de todos, y nosotros contamos con ustedes.*

*Todos conocen la situación general presente. Sinceramente deseamos que las medidas adoptadas por el Gobierno sean eficaces y constituyan un instrumento útil para conseguir el fin propuesto, es decir, el desarrollo de la economía del país y el mantenimiento del poder adquisitivo de la moneda.*

*Esperamos vivamente que estos objetivos sean alcanzados lo más rápidamente posible.*

*Las nuevas fabricaciones están terminadas y en servicio, salvo la extensión de HISPAVIC, que lo será pronto.*

*Nos hace falta ahora alcanzar las producciones y los rendimientos económicos previstos, los cuales están igualmente afectados por la situación general a la que hicimos alusión anteriormente.*

*Pero no debemos esperar que los progresos vengan por sí mismos, y debemos preparar el futuro mejorando sin cesar las condiciones técnicas y comerciales, lo que sin duda exigirá todavía nuevas inversiones.*

*Pero es menester repetirlo con insistencia: debemos aumentar la productividad; es una condición necesaria, indispensable desde todos los puntos de vista y a todos los niveles.*

*Sin esta mejora, como ya lo hemos dicho el año pasado, no podremos mantener nuestra capacidad competitiva frente a una competencia que no deja de crecer.*

*La situación que hemos esbozado es realista; las circunstancias actuales no permiten hablar de una manera demasiado optimista y no decir más que cosas agradables.*

*Pero es precisamente en tales circunstancias como podemos apreciar mejor la fidelidad de nuestro personal, y les agradecemos a todos, muy especialmente a los miembros del Jurado de Empresa, su actitud frente a las medidas adoptadas por el Gobierno y su comportamiento vis a vis de nuestra Sociedad.*

*Les felicitamos también por los resultados obtenidos en materia de prevención de accidentes.*

*Bien, que en ligera alza en relación a 1966, el número de accidentes por obrero y por año, en Torrelavega, se mantiene entre los mejores de nuestro grupo.*

*Pero en materia de seguridad, no se debe estar jamás satisfechos, por lo que les pedimos que prosigan sus esfuerzos y que traten de reducir el número de jornadas perdidas por accidentes, todavía demasiado elevado.*

*No dejaremos de insistir sobre este punto tan esencial de la seguridad.*

*A todos los que han pasado muchos años al servicio de nuestra Sociedad, y que celebran este año un aniversario, mi más viva felicitación y el agradecimiento por su larga colaboración.*

*Levanto mi copa a su salud, a la de sus familias, a la prosperidad de su país y a la de nuestra fábrica.»*

# LA VISITA ANUAL DE LOS ADMINISTRADORES



Mr. PEDRO SOLVAY  
EN LA  
FABRICA



# Deportes



## ATLETISMO

### CAMPO A TRAVES

Se han portado los bravos muchachos, el puñado de bravos muchachos —son poquísimos— que forman en el equipo de campo a través que rige, y dirige, Pepe Gutiérrez Portilla.

En el curso del mes ha habido importantes pruebas provinciales en las que ellos han participado con todo éxito.

En el Gran Premio de la Peña Oscar, corrido sobre el ideal circuito que se inicia en el antiguo Hipódromo de Bellavista, prueba ésta que dió como vencedores a Lanza (Peña Oscar) en infantiles; Gutiérrez (Deportiva Nestlé) en juveniles; Sordo (Peña Oscar) en junior y Lorenzo Gutiérrez (Laredo) en seniors, los nuestros hicieron estas clasificaciones: En infantiles Gregorio Gutiérrez ocupó el puesto noveno y en absolutos Ángel Carlos Terán se colocó el quinto, estu- pendo lugar si tenemos en cuenta que juniors y seniors corrieron juntos y con la misma y única clasificación.

\* \* \*

En el campeonato provincial y en la categoría de juniors el primer puesto por equipos fue para Atletismo Solvay con tres hombres metidos entre los diez primeros clasificados. Ángel Carlos Terán hizo segundo a 13 segundos del ganador, Isidro Solórzano se situó el cuarto y José María Tavera consiguió el décimo lugar.

Los tres muchachos totalizaron 16 puntos, suficientes para llevarse el título de campeones por equipos.

\* \* \*

Días después los juniors repetín su éxito ganando también por equipos en el III Cros Internacional Costa Esmeralda.

Allí se lograron también 16 puntos sumados por el segundo puesto (a sólo 6 segundos del ganador, Sordo) de Isidro Solórzano, el cuarto que ocupó Ángel Carlos Terán y de nuevo el 10 que consiguió José María Tavera. En esta misma prueba y en la categoría de infantiles, nuestro representante Gutiérrez Zunzunegui se clasificó en el puesto cinco.

\* \* \*

Cuando el Boletín llegue a poder del lector ya se habrá celebrado el Campeonato de España organizado por nuestro Grupo Atlético.

Será en el próximo número en el que comentaremos cumplidamente el acontecimiento.

## FUTBOL

### 4.º PUESTO EN LA PRIMERA FASE

El último domingo de Febrero puso fin a la primera fase del campeonato regional y el Barreda Balonpié mantuvo su cuarta posición en la misma, empatado a puntos con el Reocín.

Los primeros, Buelna, llegaron a los 40 puntos, de los que 16 eran positivos, y los segundos (Cayón) 35 y 11, respectivamente. Después, ambos con 34 puntos y 10 positivos, Reocín y Barreda. Reocín hizo tercero ya que había ganado los dos encuentros disputados a los nuestros.

\* \* \*

En este último período mensual el Barreda jugó cuatro partidos. Tres ganados y uno perdido. Este en casa y frente al Soldevilla, uno de los equipos de la zona baja de la tabla.

El resumen de estos encuentros es el siguiente:

**Barreda 2, Candina 1**—Con Urbistondo y Leonardo como goleadores.

**Deva 2, Barreda 4**—Este encuentro de fuera de casa resuelto con facilidad y con cuatro dianas en la puerta contraria logradas por Hoyuela (2), Reinoso y Leonardo.

**Barreda 0, Soldevilla 1** — Uno de los partidos peor jugados por el Barreda, cuyo pobre juego le acarrió la derrota frente a un débil contrario.

**Barquereño 0, Barreda 1** — Triunfo logrado con autoridad aunque fuera mínimo, con Velar como anotador.

\* \* \*

Ahora y a partir del primer domingo de Marzo, comienza el Campeonato de Aficionados en el que el Barreda habrá de eliminarse inicialmente con el Astillero y después, si gana, con el vencedor del Cayón-Guarnizo.

\* \* \*

Y después, a partir del 7 de Abril y hasta el 30 de Junio, intervendrá en la fase final del campeonato de Primera, jugando una liga, a doble vuelta, con Buelna, Cayón, Reocín, Astillero, Guarnizo, Santoña y Laredo.

\* \* \*

Por descontado, el equipo ya ha conseguido la clasificación en la Primera Regional para la próxima temporada.

## ESQUI

### EMPEZÓ LA TEMPORADA

Con la llegada de las nieves a los altos comenzó la temporada del Grupo de Montaña y Esquí, que ya hace los habituales y domingueros viajes al refugio de Campoo.

Para un domingo de los últimos de este mes de Febrero se anuncia la disputa del clásico Trofeo H. Zemb, prueba ésta de indudable valor deportivo, de la que nos ocuparemos ampliamente llegado el momento.

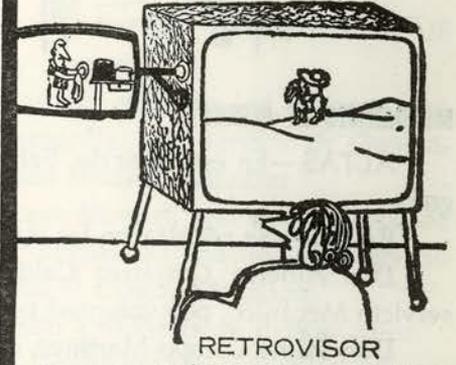
# TIJERETAZOS DE HUMOR



—EL DELEGADO INDIO ACABA DE LLEGAR.



—¡Armando, estoy aquí!



RETROVISOR



— QUISIERA TAMBIÉN UN DELANTAL DE COCINA.  
— SÍ, SEÑORA; ¿QUÉ TALLA TIENE EL SEÑOR?



— Enhorabuena, tiene Vd. una tensión de trece.

— ¿Y habrá muchos de catorce DOCTOR?



— Ahora vais a ver una película de risa. Vuestro partido del domingo pasado.

Tomados de:

- «ENTRE NOSOTROS»
- «GACETA URBIS»
- «EUCALIPTO»
- «GRANULOS»
- «CHISPAS AGUT»



# LA FABRICA *por dentro.*

## MOVIMIENTO DE PERSONAL

**ALTAS.**—En este mes de Febrero no hubo ninguna.

**BAJAS.**—Se registraron las siguientes:

Don Alberto Gutiérrez Calderón, calcador del servicio Mecánico, por voluntad propia.

Don Jaime Crespo Martínez, oficial de 1.<sup>a</sup> de Calderería; don Fidel Muñoz Cano, especialista Eléctrico; don Anselmo Santamaría Fuentes, especialista del servicio de Cantera y don Ricardo Torre Mier, peón especializado del servicio de Cantera, por jubilación anticipada.

Don Ignacio Díaz Alvarez y don Angel López Marín, ambos especialistas del servicio de UE, los cuales pasan a Hispavic.

Don José A. Palacios Jara, aprendiz del servicio de UE, quien pasa a Kaltrons.

## NOMBRAMIENTOS

Estos fueron los ascensos habidos:

Don Pedro Ferrer San Miguel y don F. Modesto López Cortés, pasan a calcadores, ambos del servicio Eléctrico.

En el servicio de Albañiles, lo hacen a Capataz de Oficiales, don Angel Pérez Alvarez, pasando a Oficial de 2.<sup>a</sup> don Manuel Palacios Roira.

A Encargado, don Angel Fernández Gómez, en el servicio de Carbonato.

Y en Manutenciones, pasa a Especialista don Adolfo Pardo Pedrajo.

## ANIVERSARIOS

En Febrero han cumplido años de servicios en la Sociedad:

25 años — Don Gumersindo Argumosa Ruisánchez, del servicio de Generadores.

Don Pedro Castañera Ruiz, del servicio de Calderería.

Don Martín Menocal Coterillo, del servicio de Cantera.

Don Manuel Calderón Martín, del servicio de Embalaje.

Don Leopoldo Herreros Colina, del servicio de Cantera, y

Don Ignacio Rodríguez Villegas, del servicio Mecánico.

30 años — Don José María Revuelta Alba, del servicio de Sondeos, y

45 años — Don Fernando Gutiérrez Pereda, adjunto de Ingeniero, del servicio de Cáustica.

A todos nuestra admiración por su laboriosidad y constancia.

## JUBILACIONES

Por haberse acogido al régimen de jubilación voluntaria de trabajo han pasado a situación de retirados al cumplir los sesenta años:

Don Jaime Crespo Martínez, del servicio de Calderería, que llevaba 28 años en la plantilla.

Don Ricardo Torres Mier, de Cantera, que contaban 26 años de antigüedad.

Don Anselmo Santamaría Fuentes, de Cantera, y con 44 anualidades en la Empresa.

Y don Fidel Muñoz Cano, del servicio Eléctrico, ingresó en la Sociedad hace 24 años.

Les deseamos a los cuatro todo género de felicidades en esta nueva etapa de su vida.

## ALOJAMIENTO

La Empresa ha concedido una vivienda, (piso C del grupo 16) en el barrio de Quintana, al compañero del servicio de Agua Oxigenada don Manuel Pérez Vega.

## OBRAS

Las más importantes comenzadas en el mes de Febrero han sido:

Bases de fundación para un nuevo generador de alta presión en la Central Térmica.

Montaje de la Célula RG n.º 2.

## DIVERSIDADES

En la fábrica estuvieron en misión de trabajo Mr. Miller, Ingeniero de la Administración Central y Mr. Gayard, Ingeniero de nuestra fábrica de Elclor, en Brasil.

\* \* \*

De la Dirección General, en Barcelona, vinieron los Sres. Tourtchine, Lavín, Coppens y Decathalogue.

\* \* \*

Y nuestro Ingeniero Jefe, señor Borratxero, permaneció unos días en Bruselas, en comisión de servicio.



# NUESTRA DEMOGRAFIA

## NACIMIENTOS

Los registrados en Febrero fueron los siguientes:

Un niño, José Manuel, hijo de los esposos don José Manuel Gutiérrez Fernández, del servicio de Tuberías, y doña M.<sup>a</sup> Asunción Guardo Lledías.

Una niña, M.<sup>a</sup> del Carmen, hija de los esposos don Baldomero Corona Erquicia, del servicio de Laboratorio II, y doña Concepción Arenal Pinto.

Un niño, José Aurelio, hijo de los esposos don Manuel Troule Onandía, del servicio de UE, y doña Luzdivina Onandia Villegas.

Una niña, Ana María, hija de los esposos don Adrián Fernández Caviedes, del servicio de Generadores, y doña Ascensión Herrera Rodríguez.

Un niño, Eduardo, hijo de los esposos don Eduardo Montes Gómez, del servicio de Tuberías, y doña M.<sup>a</sup> del Carmen Brouard Alvarez.

Un niño, Alfonso, hijo de los esposos don Gregorio Sánchez Tejada, del servicio de Tuberías, y doña Vicenta Alba Pertines.

Una niña, Ana Esther, hija de los esposos don Pedro Andrés Fraile, empleado del servicio de Secretaría, y doña Angeles Alonso Rubio.

Un niño, Agustín, hijo de los esposos don Luis Herrera Blanco, empleado del servicio de Construcciones, y doña Milagros Pérez Miguel.

Un niño, Fernando, hijo de los esposos don Fernando Cacho Barrera, del servicio de Generadores, y doña Rosario Alvarez Colio.

Un niño, Miguel de los Santos, hijo de los espo-

sos don Miguel Báscones Dehesa, del servicio de UE y doña Oliva Vega y Alonso.

Un niño, José Ramón, hijo de los esposos don Aquilino Floranes Fernández, del servicio de Generadores, y doña Casimira Herrero González.

Y un niño, Gustavo Manuel, hijo de los esposos don Angel Manuel Fernández Macho, del servicio Eléctrico, y doña Elena D. Diego y Arzallós.

Nuestra felicitación a todos estos matrimonios.

## DEFUNCIONES

Testimoniamos nuestra condolencia a don José Martín Fernández y don Joaquín, de Almacén General y Tuberías, respectivamente; don Antolín Real García, de Sondeos; don Pedro López Martínez, de Cástica; don José María San Emeterio Gómez, don Siremo Uriarte Arteagabeitia, ambos empleados de la Sala de Estudios, y don Vicente Coz Salas, empleado del servicio Mecánico, por el fallecimiento de sus respectivos padres.

Igualmente hacemos presente nuestra condolencia a don Luis Peón Gutiérrez y a su hermano Emilio, del servicio de Carpintería ambos; don Benito Fernández Cayuso, de Carbonatación; don Antonio Rivero Somacarrera, de UE, y a don Antonio y a don Manuel Peña Rodríguez, de Embalaje y servicio Mecánico, respectivamente, cuyas madres fallecieron recientemente.

También acompañamos en su dolor a don Daniel Cadelo y Arce, de Sondeos, por el fallecimiento de su esposa doña Castolina Arce Tresgallo.

## GALERIA DE JUBILADOS



FIDEL MUÑOZ CANO  
(del Serv. Eléctrico)



RICARDO TORRE MIER  
(de Cantera)



ANSELMO SANTAMARIA FUENTEVILLA  
(de Cantera)



JAIME CRESPO MARTINEZ  
(de Calderería)

## El Cincuentenario y la Asamblea General

Ya estaba anunciado: La Cope celebra su Cincuentenario y celebra su Reglamentaria Asamblea anual en el mes de Abril.

Ahora ya se han concretado las cosas y podemos decir al lector que los actos del Cincuentenario tendrán lugar el día 2 y se reducirán a una misa en la Parroquial de Barreda y a una recepción de autoridades civiles y cooperativistas, mientras que la Asamblea General tendrá lugar el día 16 de Abril en su habitual escenario del Salón Cinema.

Uno diría que serán dos actos trascendentales en la historia de la Cope. Lo dice y además se mete un poco en la historia de esos 50 años que han transcurrido, o mejor que están a punto de transcurrir desde el año 1918, cuando en el abrileno mes se designó la primera Junta Rectora.

Notas en la mano, Memoria al alcance de la máquina de escribir y balances anuales como fuente de información, vamos a dejar constancia aquí de muchas cosas curiosas que han servido para que se forjara la pequeña historia de este Cincuentenario de la Cope.

Acaso merezcan divulgarse como primer detalle, los nombres de los primeros Presidente, Tesorero y Secretario de la Cope al ser ésta fundada.

Don José Víctor Saiz es el primer Presidente que aparece firmando un documento oficial de la Cope. Con la de él están las firmas del Tesorero don Faustino Pérez y del Secretario don Pío Carpena.

Después, hasta llegar a hoy, hubo muchos nombres y muchos hombres en las Juntas Rectoras.

Una curiosidad indudable es la comparación de ventas de un mismo artículo en 1918 y en 1967.

Para hacerla se ha tomado como base artículos de primera necesidad (azúcar, aceite, patatas) y de excepción (vino y jamón) y las cifras muestran claramente cómo y en qué proporción se ha elevado el nivel medio de consumo. Lean, lean:

### VENTAS EN PESETAS

	1918	1967
Vino.....	21.354	2.158.198
Azúcar.....	21.034	1.333.884
Aceite.....	19.623	6.667.318
Patatas.....	1.332	282.446
Jamón.....	723	305.175

En 1918 el total de operaciones de la Cope llegó a las 138.000 pesetas. En 1967 las ventas totalizaron 41.011.878,60 pesetas.

De las aspiraciones, afanes y deseos de la Cope se pueden presentar algunas inquietudes que, expresadas hace muchos años, se van haciendo ahora realidad.

Veán, por ejemplo, lo que se decía en la Memoria de 1922:

«En nuestro deseo de atender todas las solicitudes razonables y justificadas, establecimos un nuevo servicio para abastecimiento de carnes, por medio de vales canjeables, con la Cooperativa La Necesaria, de Torrelavega, que hubo de suspenderse por la escasez del Consumo.»

Mucho más tarde, en 1930, y en relación con un despacho en Miengo (que se está construyendo ahora en 1968) la Memoria anual se expresaba así:

«Nuestra futura actuación pudiera limitarse simplemente a la intensificación de nuestra Cooperativa de Consumo tal como se halla instalada, y por tanto la modificación reglamentaria se basaría en desarrollar las ventajas de nuestra Cooperativa a todo el personal afecto a la Sociedad Solvay. Deseosos de anticipar algún ejemplo práctico sobre este punto, nos permitimos señalar el caso de la Cantera de Cuchía cuyo personal, dada la distancia entre la Cantera y el Despacho Central no se beneficia en nada de la Cooperativa y para orillar esta dificultad no sería obstáculo la instalación de un depósito o Sucursal que les facilitara la adquisición de los artículos en idénticas condiciones que los adquieren los demás socios residentes en zonas más asequibles a nuestro Despacho Central.»

Con el título de «Lo que debe saber todo Cooperador», en la Memoria del año 1936 se insertaban una serie de recomendaciones jugosísimas, llenas de interés y de una actualidad que ha perdurado sin perder ni un ápice de su oportunidad.

Eran estas ocho recomendaciones:

1.<sup>a</sup>—Tener presente que la Cooperativa no capitaliza, si no que todas sus economías van a los consumidores.

2.<sup>a</sup>—Vive siempre en la convicción de que la Cooperativa no adultera los géneros ni da los pesos merdados.

3.<sup>a</sup>—Visita con frecuencia la Cooperativa, que a tí te pertenece y todos estamos obligados a cuidar de lo nuestro.

4.<sup>a</sup>—No permitir que en tu casa entren géneros de otra procedencia teniéndolos en la Cooperativa.

5.<sup>a</sup>—Tu dinero sólo debe beneficiar a la Cooperativa porque de ese modo te beneficiarás a tí mismo.

6.<sup>a</sup>—Pensar que si por tu abandono dejara de existir la Cooperativa, volvería a faltar el freno regulador de los precios.

7.<sup>a</sup>—No dejes de hacer presente a la Junta Rectora cuantas faltas notaras, para que puedan ser corregidas inmediatamente y no te limites a comentarlas en familia o entre amistades.

8.<sup>a</sup>—Tus compras más insignificantes debes hacerlas todas en la Cooperativa.

# ESPACIO DE



## NACIMIENTOS

Se han registrado los siguientes:

Una niña, Ana Isabel, hija de los esposos don Alberto Goitiandía y doña Josefa Martínez Gómez.

Un niño, José F., hijo de los esposos don José F. Payno Bezanilla y doña María Luisa de la Riva y Gutiérrez.

Nuestra enhorabuena a ambos matrimonios.

## MOVIMIENTO DE PERSONAL

**ALTAS.**—Don Ignacio Díaz Alvarez, especialista, procedente de Solvay.

Don Angel López Marín, especialista, procedente de Solvay.

**BAJAS.**—Don Isidoro Fuentevilla Argumosa, especialista, por voluntad propia.

## ANIVERSARIOS

Ha llegado a sus 25 años de servicios a la Empresa don Calixto V. Aja Riva, a quien expresamos nuestra admiración por su laboriosidad y constancia.

## ALOJAMIENTOS

Ha sido adjudicado a don Félix Fernández Pinéy una de las viviendas del Grupo «Las Casucas», de Viveda.

## DIVERSIDADES

Estuvo en la fábrica, Mr. Gayard, ingeniero de nuestra fábrica de Elclor (Brasil).

## JURADO DE EMPRESA

### REUNION DE FEBRERO

Se celebró el día 28 y éste es el resumen de lo tratado:

**SEGURIDAD E HIGIENE.**—Información y contestación a los Ruegos y Preguntas de la anterior reunión de la Comisión que se referían a reparaciones en Polímero 64, a los trajes antiácidos y al acetato de vinilo.

Nuevos Ruegos y Preguntas sobre unos aseos, el Polímero 65, lugares de trabajo, Talleres, Garajes y Vestuario de Compuestos.

**RECLAMACIONES DEL PERSONAL.**—Se trató sobre las ya presentadas relativas a los niveles de los operarios de Compuestos, a la coordinación entre los servicios eléctrico y mecánico y a las funciones del Ordenanza y de una nueva de los Embaladores de los Secadores.

**FONDO DE AYUDA.**—Se acordaron tres subvenciones de 500 pesetas cada una a los enfermos de más de dos meses don Manuel Vega Arce, don Anselmo Higuera Fernández y don Alfredo Herrero Sanz.

## PLANTILLA DE PERSONAL EN 31 DE DICIEMBRE DE 1967

### PERSONAL EMPLEADO:

#### Técnicos Titulados

Técnico Jefe .....	1
Técnicos .....	4
Peritos y asimilados .....	2

#### Técnicos no Titulados

Contramaestres .....	10
Maestro Industrial .....	1
Capataz de Oficiales .....	1
Auxiliar de Laboratorio .....	1

#### Empleados Administrativos

Oficial de 2. <sup>a</sup> .....	1
----------------------------------	---

#### Técnicos de Oficina

Calcador .....	1
----------------	---

#### Subalternos

Almaceneros .....	2
-------------------	---

Total..... 24

### PERSONAL MANO DE OBRA:

Técnicos .....	{	Encargado .....	1
		Capataces de Oficiales .....	16
		Auxiliar de Laboratorio .....	1
		Técnicos Organización .....	3
Subalternos .....	{	Almaceneros .....	4
		Ordenanza .....	1
Obreros .....	{	Oficiales de 1. <sup>a</sup> .....	3
		Oficiales de 2. <sup>a</sup> .....	3
		Oficiales de 3. <sup>a</sup> .....	3
		Especialistas .....	122
		Peones .....	1
Excedentes .....	{	Aprendices .....	5
		Mujeres de Limpieza .....	1
		Servicio Militar .....	2

Total..... 166

TOTAL PLANTILLA.... 190

# ii GUERRA AL ACCIDENTE !!

## Pieza fundamental

El cerebro es la pieza fundamental del humano organismo; de él emanan todas las ideas, buenas o malas, del hombre y es, por tanto el motor básico de todas las acciones individuales o colectivas, es decir, en suma, que él rige el proceso evolutivo, mental o material de la Humanidad.

La Suprema Sabiduría, bien conocedora de la delicadeza de este humano órgano de precisión, supo colocarlo bajo la garantía protectora de una sólida defensa ósea, pero el propio instrumento, volviéndose contra sí mismo, no tardó en idear medios de romper aquella ni en crear nuevas actividades que incrementaron las probabilidades de que aquella garantía natural resultase insultante.

El desarrollo industrial de los modernos tiempos y la actual evolución del modo de vivir y de las actividades del hombre aportaron nuevos riesgos e hicieron imperativa la necesidad de una protección adicional de la cabeza, naciendo así el casco protector que, en nuestros días, tanto se está generalizando en el campo de los trabajos industriales.

Muchos hombres, comprendiendo claramente la trascendencia de la protección del cerebro contra posibles lesiones accidentales, hoy en día tan frecuentes en el desarrollo de las actividades humanas, consagraron su tiempo al estudio del problema; numerosos ensayos e investigaciones de laboratorio se han realizado bajo la directriz de lograr la máxima efectividad protectora y mucho se ha escrito en la literatura técnica sobre tan interesante problema preventivo.

Conocer todo ello es prácticamente imposible y, por otra parte, sería innecesario; pero sí es preciso estar en posesión de un conocimiento, siquiera somero, de orientación, que nos ponga en condiciones de poder entablar una lucha con sólidas bases racionales contra un tipo de accidente que, en general, y por las específicas características y propia naturaleza del órgano a que afecta, reviste normalmente caracteres de suma gravedad, que aún sin llegar al dramatismo de la muerte, pueden afectar, y muy seriamente, a la capacidad mental de quien tiene la desgracia de sufrirlo.

## Ropa

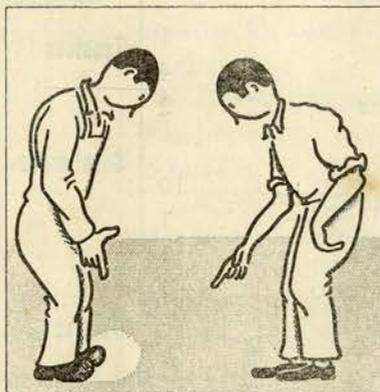
Las partes sueltas en los vestidos (corbatas, abrigos abiertos, puños volantes, bandas y lazos) son siempre peligrosas si se está cerca de máquinas.

Los ejes lisos, pese a su inocente apariencia, son tan peligrosos como las ruedas de engranaje interior.

Hay que evitar el llevar prendas sueltas porque probablemente el material de las mismas no se romperá al ser enganchado o prendido por las máquinas sino que le arrastrará a uno a la máquina o alrededor del eje.

Los pantalones caídos y los cordones sueltos de los zapatos son también peligrosos y propensos a las caídas.

Las botas o zapatos en buen estado son siempre beneficiosos: además de producir menos cansancio disminuyen las posibilidades de lesiones en los pies o caídas.



## 10 MANDAMIENTOS DE HIGIENE

Nos llegan de fuera estos 10 preceptos que pudieran llamarse «Mandamientos de la Higiene».

Su autor es el doctor Ducorret y sus recomendaciones éstas:

- 1.º Levántate temprano, acuéstate temprano y ocupa el tiempo.
- 2.º El agua y el pan sostienen la vida, pero el aire puro y el sol son indispensables para la salud.
- 3.º La sobriedad y la frugalidad son los mejores elixires de la larga vida.
- 4.º Conservad limpia la piel. Las máquinas más limpias son las que prestan mejores servicios. La limpieza preserva de la herrumbre.
- 5.º Un reposo suficiente repara y fortifica, un reposo demasiado prolongado enmohece y debilita.
- 6.º Vestid cómodamente y conservad al cuerpo su libertad de movimientos y el calor necesario, preservándole de los cambios de temperatura.
- 7.º La casa alegre y limpia hace agradable el hogar.
- 8.º El espíritu descansa y se depura con la distracción y las diversiones moderadas, pero el abuso excita las pasiones y conduce al vicio.
- 9.º La alegría hace amar la vida y el amor a la vida es la mitad de la salud. Por el contrario, la tristeza y el descorazonamiento acelera la vejez.
- 10.º Si vives del trabajo de tu cerebro no dejes entumecer tus brazos y piernas. Si ganas tu sustento con la azada en la mano no descuides el cultivo de tu inteligencia.