



Num. 20 Hivern 2013



Parlem



OPINIÓ

3.– Hi havia una vegada una revista que volia ser una clau, per la Dra. *Assumpció Boniquet*.

L'ENTREVISTA

4.– El Sr. *Pere Garcia*, la Sra. *Rosario Guitart* i la Sra. *Angeleta Prat*, lectors de Parlem.

PARLEM DE SALUT

7.– Consells per a un envelliment saludable, per tots nosaltres.

LES NOSTRES ACTIVITATS

9.– Taller de tricotar. Taller de jardineria. Festa de la Gent Gran. Taller de lectura. Taller de panellets. Escola Mare Janer. Va de bèsties.

HISTÒRIES O CONTES

13.– Parlem, per la Sra. *Alba Escavias*.

LES NOSTRES RECEPTES

15.– Pastís d'aniversari, per la Sra. *M. Rosa Blasi*.

GRÀCIES

16.– Gràcies.

RECORDEM

18.– La revista.

SENSACIONS

21.– Quina sensació teniu quan llegiu Parlem?

OCI I CULTURA

22.– Busca les 6 diferències.
Veritat o mentida?
La tira còmica del Dani.
Super sopa de lletres.

Equip de redacció:

Alba Escavias Vacas, Susanna Forné González, Lali Garcia Ràfols i Eva March Álvarez.

Han col·laborat en aquest número:

Joan Altimiras, Joaquin Angas, Carmen Aril, Sussi Boniquet, Núria Ballebó, M. Rosa Blasi, Teresa Esclusa, Montse Espinalt, Pere Garcia, Teresa Garcia, Gràcia Gaja, Montse Garriga, Alicia Grau, Dani Jiménez, Maria Lopez, Betty Martínez, Conxi Moyano, Sandra Peral, Angeleta Prat, Teresa Ros i Andreu Vilaró.

Els nostres residents:

Antònia Albós, Rosa Boix, Josep Bonet, Rosario Carboné, Núria Companys, Joan Corominas, Núria Espunyes, Francisco Fernández, Rosario Guitart, Maria Majoral, Carmen Millán, Lluís Moles, Elisa Noves, Francisca Pagés, Conxita Pallarés, Ramon Serrano, Maria Soler i Rosalia Viladrich.

Fotos portades: Arxiu Parlem.

Telèfon: 973 35 24 11 **e-mail:** parlem@fsh.cat **Periodicitat:** trimestral.



Opinió

Hi havia una vegada una revista que volia ser una clau

Dinar de Nadal, a l'hora de les postres. La taula amb el vestit de festa posat, enjoiada amb porcellana, que du les galtes maquillades de xocolata i un perfum d'ametlla, i les copes de cristall brillant, plenes d'un líquid daurat que fa riure els torrns i les neules. Ja fa estona que els galets s'han esfumat i el capó s'ha quedat en la pell i l'os.

Els personatges d'aquesta funció seuen al voltant de la taula i tots conversen animadament. Bé, tots menys una noia rosseta, que se'ls mira amb ulls encuriosits i somriu tímidament quan el noi del seu costat li parla, a cau d'orella, en un idioma estranger. Ve de visita des de la ciutat del tsar Pere el Gran!

L'àvia vol explicar a la noia rosseta les tradicions d'aquestes festes i no sap com fer-ho perquè, malgrat totes dues parlen dos idiomes, cap d'ells coincideix. De sobte, ha trobat la solució. S'aixeca de la taula i va a buscar una revista que fan els de l'hospital del poble. Ves per on, està plena de fotos de coses que passen per Nadal; és perfecta! Poc a poc, l'àvia va obrint els calaixets de la seva memòria i, acompanyats pel dit que assenyala cada fotografia com si fos l'acomodador d'un teatre, els records comencen a desfilar ordenadament pel menjador.

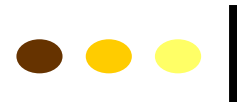
Déu meu, i quins records! Són tan interessants que els calaixets de memòria de la resta dels personatges comencen a obrir-se de bat a bat i els records que hi viuen demanen el seu torn per sortir a passejar, de bracet, amb aquelles noies tan boniques, vestides de fotografia. De tant en tant, les tasses de cafè i els platets riuen i aplaudeixen com si fossin davant d'una funció d'Els Pastorets. La cridòria esvalota els records que encara són als calaixets i l'àvia ha de córrer a buscar un altre exemplar de la revista, per evitar que surtin com canalla corrent cap el pati.

Al noi que parla a cau d'orella se li ha girat feina. La noia rosseta no para de fer-li preguntes i cada cop vol saber més coses de les persones i dels objectes que li parlen sense paraules des del paper. Sense adonar-se'n, va coneixent la història del poble i de la comarca i el seu cap va pintant un quadre del nostre país davant dels seus ulls. Com si fos una vànova de retalls (la noia rosseta en diria patchwork).

És un quart de vuit quan els personatges s'aixequen de taula, endrecen el menjador i la cuina, apaguen els llums i s'arriben fins a la plaça de la Catedral (en majúscula, sí, perquè parlem de la Sra. Catedral) per veure el pessebre romànic d'enguany. Els records els hi han deixat regust de xocolata i de cafè al paladar; però ells no gosen comentar-ho en veu alta, no fos cas que les autoritats sanitàries s'adonin que *la revista que vol ser una clau* crea addicció. Només té 5 anys i no es sabia defensar.



Assumpció Boniquet



Sr. Pere Garcia

Des de quan llegeix la revista? Quina impressió li va causar quan la va llegir per primera vegada?

Llegeixo la revista des que va sortir. Em va causar molt bona impressió per ser una revista interna que fa poca gent.

Quin apartat de la revista li agrada més?

Les entrevistes a la gent i l'apartat de Consells.

Ha fet algun cop alguna recepta de cuina de les que s'han publicat?

Receptes no, però remeis més d'un.

Sap quan surt la revista?

Em sembla que cada 3 o 4 mesos, aproximadament.

Li agrada la revista?

M'agrada molt, perquè ens informa de les coses de la gent gran i surten persones conegudes.

La llegeix?

Sí, la llegeixo tota amb totes les seccions.

Li agradaria que incorporéssim alguna cosa més a la revista?

Això que ho decideixi l'equip de redacció.

Hi ha algun tema que encara no s'hagi tractat i que li agradaria que sortís?

Es podria parlar de la història de la Seu i de la comarca.

Com va conèixer Parlem?

La vaig conèixer per la meva filla que treballa a l'Hospital i també hi col·labora.

Com la rep?

Me la porta la Teresa.



Sra. Rosario Guitart

Des de quan llegeix la revista? Quina impressió li va causar quan la va llegir per primera vegada?

Aquet agost va fer 4 anys que vinc al Centre de Dia i llegeixo la revista des del primer dia. Em va agradar molt, quan la vaig veure.

Quin apartat de la revista li agrada més?

L'apartat que més m'agrada és el Parlem de salut perquè aprenc moltes coses.

Ha fet algun cop alguna recepta de cuina de les que s'han publicat?

Sí, he fet la sopa de ceba, perquè aquesta recepta la vaig escriure jo amb altres companyes. És molt bona.

I un dels remeis?

Sí, he fet un per als constipats i un altre per als cops sense sang amb espígols i alcohol, mulles un drap i ho poses a sobre del cop.

Li agrada la revista?

M'agrada molt, és una cosa molt maca que em fa recordar, aprenc i gaudeixo llegint-la. Jo he col·laborat en alguns números. Algunes amigues que llegeixen la revista a consultes, em diuen que m'hi han vist. Recordo que surto en una foto plantant bledes. Totes les que col·laborem ho fem molt contentes i esperem que agradi a tothom.

La llegeix?

Sí, la llegeixo tota i diverses vegades, les tinc totes guardades en un armari, des del número 1 fins a l'últim. Els dissabtes, quan tinc una estoneta, agafo una de fa temps i la torno a llegir.

Li agradaria que incorporéssim alguna cosa més a la revista?

No hi he pensat, ja m'agrada com és.

Hi ha algun tema que encara no s'hagi tractat i que li agradaria que sortís?

M'agrada molt ajudar a la gent que no té res, que no té per menjar o que està sola a casa.

Com va conèixer la revista? Com la rep?

Perquè me la va donar l'Eva i ara me la dona cada cop que surt, sempre en demano unes quantes més i les reparteixo a tota la família i a les amigues o quan vénen a casa els hi ensenyo.

Sra. Angeleta Prat

Des de quan llegeix la revista?

Llegeixo la revista des del primer número i les guardo totes a casa.

Quin apartat de la revista li agrada més?

M'agraden tots els apartats, no em sabria decidir per un.

Ha fet algun cop alguna recepta de cuina de les que s'han publicat?

No, cap.

Sap quan surt la revista?

Cada 3 mesos.

Li agrada la revista?

I tant! És molt emocionant llegir-la. A més, gràcies a ella tothom s'assebenta de totes les coses que es fan a la residència.

La llegeix?

Sí, la llegeixo tota. Quan em penso que ja ha sortit, si jo encara no la tinc, busco algun exemplar per poder-la llegir.

Li agradaria que incorporéssim alguna cosa més a la revista?

Ara no ho sé, ho hauria de pensar.

Hi ha algun tema que encara no s'hagi tractat i que li agradaria que sortís?

Estaria bé que publiquessin escrits fets per la gent gran.

Com va conèixer la revista?

La vaig veure a la residència, hi vaig cada tarda una estoneta a xerrar amb els padrins.

Com la rep?

Me l'envien a casa perquè soc voluntària a la residència.



Parlem de salut...

CONSELLS PER A UN ENVELLIMENT SALUDABLE

Per tots nosaltres

Aquest cop hem volgut fer alguna cosa diferent.

Envoltats com estem de metges, d'infermeres i de tants professionals de la salut, els hi hem volgut fer una pregunta per saber si entre tots ens descobrien el pa amb tomàquet.

Finalment hem fet el mateix amb els nostres padrins...

Quin consell ens donaries per aconseguir un envelliment saludable?

Tenir a prop algú que t'escolti.

Sentir-se estimat per la família.

Mantenerse activo y ocupado.
Seguir teniendo razones y motivaciones en la vida.

Sentir-se acompanyat pels que t'estimen.

Saber dir no.
Pensar en les coses bones que ens dona la vida i gaudir-les.
No pensar sempre en les malalties i/o en les mancances.
Fer quelcom que ens agradi.
Gaudir dels dies bons.
Aprendre a no voler fer el mateix d'abans, ni en el mateix temps, si no es pot, buscar opcions diferents.
No guardar moltes coses per "si de cas", poques vegades hi haurà un "si de cas".
Estimar.

Alimentació saludable.
Fer exercici i evitar el
sedentarisme.
Canalitzar l'estrès que
provoca la nostra feina.
Gaudir del temps lliure amb
bones companyies.

Una bona cura del cos i de la
ment i mantenir sempre la
il·lusió i les ganes
d'aprendre.

Estar en pau i no tenir
desavinences amb la
família, és molt important
sentir-se estimat pels fills.

No fer excessos i tenir una
vida saludable: menjar sà, no
passar-se amb el beure, no
fumar...

Si ets casat, viure amb
harmonia amb la teva dona
i tenir molta paciència!

Parlar i riure amb la gent.

Estar actiu, treballar la
memòria, fer gimnàstica i
caminar.

L'envelliment saludable
s'ha de preparar abans
d'arribar-hi.

Acostumar-se a fer una
dieta saludable i exercici
periòdic: si no ho has fet
abans és difícil que ho
comencis.
Practicar aficions.

Fer passatemps que et
facin pensar, com ara
mots encreuats o sodokus.

Una bona dieta i fer
exercici (físic i de
memòria). Salut emocional
i relacionar-se amb d'altres
fent activitats, sortides...

Tenir pau interior i ser feliç.



Les nostres activitats

Taller de tricotar



Durant aquests mesos de tardor, hem tornat a fer el taller de tricotar. Aquest any amb finalitats ben diferents a les de l'anterior. Som solidaris i teixim peces per vendre i recaptar fons per a la Marató de TV3, aquest any dedicada a les malalties neurodegeneratives.

Taller de jardineria



Durant aquesta tardor tan estiuenca, hem preparat la terrassa del centre per a l'hivern, amb uns pensaments molt bonics que ens va regalar una resident.



Festa de la Gent Gran



Dinar



Gimnàsia



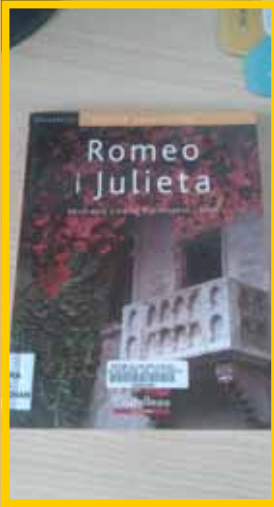
Coral de l'esplai



Enguany, la Festa de la Gent Gran, l'hem celebrat amb un bon dinar, amb les cançons de la Coral de l'Esplai i amb una mica de gimnàstica amb la Maite.



Taller de lectura



Tot un èxit!

Taller de Panellets



Mmmmm!

Escola Mare Janer

Ens ha visitat l'escola Mare Janer d'Andorra, en motiu de la setmana Mare Janer. Els nens ens han cantat unes cançons.



Va de bèsties!

La Bruna té 6 anys, és una gossa de raça Sant Bernat i pesa uns 40 kg. És de tarannà tranquil, molt obediència, li agrada molt estar amb la gent i que li facin carícies. La Bruna ha assistit a classes d'obediència canina i d'agility, fins i tot va quedar tercera en un concurs! Potser algun dia podrem ensenyar als avis la seva agilitat en el circuit d'obstacles.





Aquest any, per primera vegada ens ha visitat la Bruna. Durant una estona ens va estar ensenyant tot el que sabia fer i l'hem pogut acaronar. Que contenta estava!



Per altra banda la Carlota està plenament adaptada a la seva nova casa.



Històries o contes

PARLEM

Hi havia una vegada, ja fa 5 anys, una petita residència de la Seu d'Urgell on les seves gentes tenien moltes històries que relatar, moltes anècdotes que explicar i molts contes que narrar. Tenien tantes ganes de compartir-los amb els altres que la psicòloga que hi treballava, la Susanna, va pensar en fer una revista, però necessitava la col·laboració d'algunes persones.

En primer lloc es va dirigir a l'Eva, l'educadora social, que també treballava en la nostra petita gran residència.



Eva, haig de dir-te una cosa:
He pensat que...

La terra va tremolar, els ulls de l'Eva es van obrir com a plats i les seves orelles van escoltar atentament les paraules que la Susanna havia de dir-li.

Una revista! Genial! Em sembla una idea fantàstica.

Però per poder realitzar el seu somni necessitaven tenir el suport de la direcció. Van explicar il·lusionades la seva idea als directius, que ràpidament van recolzar el projecte.



I... qui s'encarregaria de la composició i de la imatge de la revista? Van pensar en demanar la col·laboració de la Lali, a qui li emocionava la idea de poder fer alguna cosa amb la gent gran. La Lali, en arribar a casa seva li va comentar il·lusionada la seva nova aventura al seu marit, però a aquest no li va semblar tan bona idea i no li va donar més de 3 publicacions de vida.

Ara entre tots havien de definir la forma i el cost. En un primer moment, l'opció que semblava més fàcil i barata era realitzar un fullet en blanc i negre enquadrant amb una grapa. Aquesta idea no agradava gaire a les nostres protagonistes i van ajuntar els seus esforços per presentar a la direcció tres propostes, totes elles molt diferents, la famosa grapa, enquadrant amb una espiral i la més bonica de totes i que finalment va triomfar, enviar-la a una impremta.

Però encara faltaven alguns col·laboradors més en aquest projecte: el Dani, l'incansable dibuixant, sempre buscant noves víctimes per a les seves caricatures. Després van anar apareixent alguns col·laboradors més i altres que van marxar a mig camí, com ara la Nica, la Gemma, la Júlia i la Maribel... però això és una altra història.



Jo també m'hi vaig apuntar!

Les nostres protagonistes es van reunir per dissenyar la revista, pensar el nom, les seccions, la portada, els colors... van consultar revistes, van fer votacions i finalment van aconseguir el primer exemplar de la revista **PARLEM**.

Per presentar-la van fer una festa sense estar-se'n de res. Van convidar els familiars, els directius, la premsa, la TV i, com no, els residents. Tots van rebre amb alegria la revista, miraven entusiasmats les fotografies buscant el seu retrat i llegien ansiosos els articles.



El suport i els ànims per seguir endavant amb més ganes, amb més il·lusió i amb noves idees són els que es respiren ara en el 5è aniversari de **PARLEM**, i la nostra amiga, la Lali, cada cop que arriba a casa amb un nou exemplar li diu al seu marit:

La tercera...!

ALBA ESCAVIAS

Les nostres receptes

Pastís d'aniversari

Per la Sra. Maria Rosa Blasi

Ingredients:

4 ous	150 gr de sucre
150 gr de farina	1 sobre Royal
Nata del Cadí	Cireres confitades
Melmelada	

Agafem els ous, separem la clara del rovell i les posem en un bol.

Muntem les clares a punt de neu i, tot remenant, hi afegim els rovells.

Seguidament hi incorporem el sucre, el sobre de Royal i la farina. Ho remenem tot fins aconseguir una massa homogènia.

Col·loquem la barreja en un motlle per a pastissos.

Escalfem el forn a 180° i hi col·loquem el pastís durant 30 minuts, aproximadament.

No obrir mai el forn fins que hagi pujat la massa.

Per saber si ja està cuit, un cop ha pujat, es pot punxar amb una forquilla, si surt neta vol dir que ja està cuit.

Un cop refredat el desmotllem i l'obrim per la meitat.

Hi posem l'almívar per suavitzar el pa de pessic i el farcim amb una capa de melmelada i una de nata.

Tanquem de nou el pastís i, ajudats per una màniga pastissera, l'adornem amb la resta de nata que tenim. Hi podem afegir cireres confitades o altres fruites al gust.

Per fer l'almívar:

Posem aigua en un pot i dues cullerades grans de sucre. Ho col·loquem al foc i ho remenem fins que es desfà el sucre. S'hi pot afegir un rajolinet de conyac.

Bon profit i per molts anys!



Gràcies

No ens atrevim a fer un llistat de totes les persones que durant 5 anys ens han ajudat, doncs han estat moltes, però des d'aquestes línies els hi volem donar les gràcies. **Parlem** és tal com és per l'aportació de tots.

Necessitem una fotografia de la processó de Setmana Santa.

Tens alguna foto de la matança del porc?

No tindries pas una fotografia del col·legi de quan ta mare era xica?



Podríem baixar fotos d'internet, però el que realment agrada a tothom és poder il·lustrar els records dels nostres padrins amb les fotos de la Seu.

Per a això, comptem amb un grup de col·laboradores anònimes que ens ajuden a recordar moltes històries de vida mitjançant fotografies antigues.



Amb molta paciència buscant en àlbums, en caixes, a ca la tieta... ens porten veritables tresors que fan que Parlem sigui diferent i sigui més de tots.

La tira còmica del Dani

En quasi tots els exemplars hem acabat les nostres pàgines amb un somriure, gràcies al Dani.

Enfeinat com sempre està, ha sabut anar trobant un xic de temps per dedicar-nos un dibuix i un somriure. Clar que compta amb l'ajuda de la Rocío que ja li encanta això dels pinzell.



Artistes

Parlant amb uns i altres hem anat descobrint que a sota de les bates blanques dels nostres companys hi ha un munt d'artistes amagats.

A tots ells els hi hem demanat fotografies per a la portada i diversos dibuixos per a l'apartat d'Oci i Cultura, també hem fet extensives les nostres peticions fins hi tot als fills.



Alguna anècdota

Per a un Recordem sobre l'escola, no trobàvem cap poesia per iniciar l'article. Una companya se'ns va oferir per escriure-la.

Al cap d'unes setmanes, en veure que no ens donava res, li vam preguntar com ho tenia i ens va respondre:

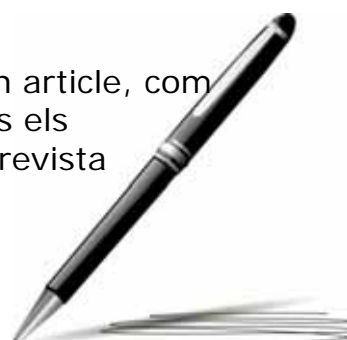
- de moment estic recollint sensacions.

Havia anat parlant amb els padrins de la residència i havia anotat en un full, que duia doblegat a la butxaca, quin record li venia al cap quan es parlava de l'escola.

Amb aquell full doblegat, vam escriure el primer apartat de Sensacions i des de llavors és una secció fixa de la nostra revista.

I per últim, moltes gràcies a tots els que heu escrit un article, com ara el Parlem de Salut o l'Opinó i moltes gràcies a tots els que heu suportat les nostres preguntes per a una Entrevista o per l'Ahir i l'Avui.

Gràcies a tots per col·laborar en aquest projecte dels i per als nostres avis!



Recordem

La revista



**Envellir en silenci
i sense oposició
intentant conservar
l'ànima d'infant
ben enmig d'un cúmul
de cabells blancs i arrugues.
No oblidar
que cada instant de vida
és un miracle sorprenent
que et permet gaudir
la teva pròpia harmonia.
No renegar al pas del temps
per poder omplir amb saviesa
els racons amagats
d'una existència plena.
I així, en calma, i sense pressa
escoltar els teus silencis
travessant el camí
que fa anys emprengueres.**

Josep Bonnín Segura

Ja són vint els números que portem traslladant-vos els fragments de memòria que els nostres padrins tenen d'èpoques passades i revivint amb ells els records i les experiències viscudes en temps de la seva joventut.

L'apartat Recordem va ser creat per difondre de forma escrita una part de la reminiscència dels avis, és a dir, dels records significatius de les persones que explicaven les temàtiques que s'hi anaven tractant. Ha estat i continua sent un espai pensat per aliar les emocions i la memòria de la gent gran i d'aquesta manera, aconseguir una gran potència i significació en el record que s'està evocant.

En aquest número presentarem algunes pinzellades i imatges de com va ser la presentació de la revista, la seva creació, l'opinió que en tenen els avis, etc. Parlem de 5 anys plens de records que esperem continuïn omplint més pàgines de la nostra petita revista, que número rere número i amb l'esforç i la col·laboració de molta gent, reflecteix el sentiment i la il·lusió amb la qual s'elabora.

Quina opinió tenen els nostres avis de l'espai Recordem?

A mi m'agrada recordar coses de quan era jove perquè és una manera de treballar la memòria amb el grup i ens divertim.

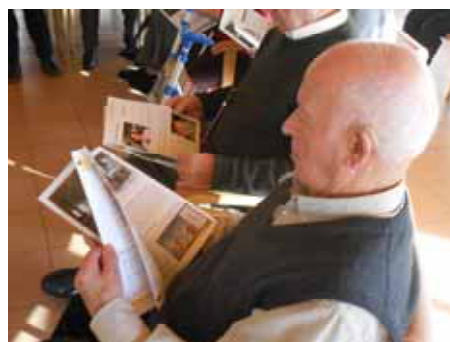
Cada dimarts la Susanna ens fa fer exercicis per reforçar la memòria. Quan treballem per fer la revista, recordem coses que tenen a veure amb la nostra vida i de les quals ens agrada molt parlar.

Amb aquesta revista ensenyem a la gent més jove que dels nostres records també poden aprendre coses.



El recordem és un dels espais que més m'agrada perquè sempre parlem de temes que conec i que he viscut.

Encara que ara em falli una mica la memòria, quan recordo coses passades sóc feliç perquè les recordo molt bé.



Quan parlem dels nostres records ho fem amb la gent gran del centre de dia, conversem i riem. Això també és bo per a trobar-se millor.

Jo no recordo quan es va crear la revista i tampoc la puc llegir perquè no en sé, però m'agrada molt escoltar quan ens la llegeixen i mirar les fotos de les activitats que fem i de les coses antigues que hi ha.

Jo tinc totes les revistes guardades, de tant en tant les miro i llegeixo els apartats que més m'agraden. Al Centre de Dia m'han explicat que els temes que treballem al Recordem ens serveixen per treballar la memòria.

Com fabriquem la revista

Ens reunim mensualment en un despatx per treballar el contingut de la revista, entre totes fem una pluja d'idees i posteriorment decidim allò que volem publicar en cada número.

Amb els avis elaborem bona part dels temes que tractem en els diferents números de la revista i un dimarts al mes treballem grupalment l'apartat Recordem.

Quan surt la revista, la llegim en veu alta i la comentem entre tots, és molt gratificant veure l'expressió i els comentaris que fan els avis quan la tenen a les seves mans:



<< ja és aquí? >>

<< què maca que ha quedat! >>

<< me'n dones dues més?, les vull donar a les meves filles >>



Amb la seva creació, **Parlem** volia ser la veu activa de la gent gran del centre i disposar d'un espai per recollir part de la seva memòria històrica.

Cinc anys després podem dir que, número rere número, ens han regalat bocinets d'aquesta memòria tan preuada i esperem que continuïn fent-ho durant molts anys més.

Sensacions...

Quina sensació teniu quan llegiu Parlem?

Bona són coses viscudes!

Conxita Pallarés

M'alegra! M'agrada que surti perquè hi ha coses que m'interessen molt. Si no t'ho expliquessin no ens assabentariem de res!!!

Francisco Fernandez

Hem va agradar molt,... molt nena!

Elisa Noves

M'agrada perquè miro els fulls i el que m'interessa ho llegeixo!

Núria Espunyes

M'agrada molt! Te n'assabentes de moltes coses.

Núria Companys

Tinc il·lusió per a veure que hi posen!

Rosa Boix

Estoy deseando ver la siguiente para ver si salgo!

Carmen Millan

L'he d'anar a buscar jo sempre, perquè no me la donen. Un cop la tinc,estic ben encuriosit per veure que hi portarà. La llegeixo amb molta il·lusió.

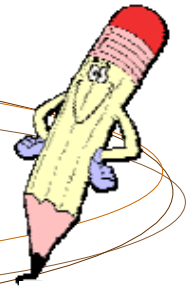
Ramon Serrano

Alegria! És una cosa que està molt bé!

Maria Majoral



Oci i Cultura



Busca les 6 diferències



Veritat o mentida?

- 1.- La revista Parlem surt trimestralment. **Veritat** Mentida
- 2.- La tira còmica del Dani surt en cada número de la revista. **Veritat** Mentida
- 3.- Amb aquest són 19 els número de la revista Parlem. **Veritat** Mentida
- 4.- L'espai d'activitats recull les activitats que realitzen els avis. **Veritat** Mentida
- 5.- Cap persona externa a l'Hospital pot col·laborar amb la revista. **Veritat** Mentida
- 6.- La portada de la revista sempre recull una foto del passeig Joan Brudieu. **Veritat** Mentida

Les 6 diferències: color flors del quadre, cabells, sanefa de la lampada, agulla, cabdell del cistell, coll de la brusa. Veritat o mentida? 1: veritat, 2: mentida, 3: mentida, 4: veritat, 5: mentida, 6: veritat.

La tira còmica del Dani

Res, no em va ni el twitter, ni el facebook, ni el hastag, ni res de res.

Ja he instal·lat un antivirus i em diu:

"The security information is invalid or has been modified. This program will be terminated"

No puc baixar-me l'especial 5 anys de Parlem.

Què pot ser?



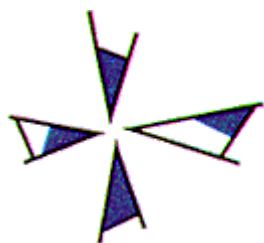
Ja t'he dit que clavant les agulles de mitja no tindries més cobertura.

Super sopa de lletres

P	R	V	B	L	O	T	W	C	G	J	I	A	Z	Ç	O	H	A	U
L	E	S	N	O	S	T	R	E	S	R	E	C	E	P	T	E	S	A
A	M	G	F	E	I	A	N	L	S	L	E	R	C	A	P	M	R	R
A	E	A	N	O	H	K	J	A	Q	U	A	C	X	C	A	Z	T	S
K	I	M	Ç	M	P	U	H	C	S	A	N	I	O	Q	U	E	R	I
V	S	O	M	A	R	I	P	E	B	E	M	D	S	R	B	L	R	J
A	C	A	E	N	N	H	N	S	F	C	F	A	P	S	D	A	G	M
Ç	A	A	V	Q	U	S	F	I	A	E	H	X	A	R	P	E	Z	N
T	S	D	L	S	A	O	D	X	O	T	S	S	R	L	A	F	M	O
B	O	I	A	C	R	A	Y	N	I	O	S	Ç	L	B	R	V	Ç	Z
M	L	V	I	M	X	I	D	J	E	N	T	R	E	V	I	S	T	A
E	A	O	M	P	A	E	I	A	D	S	C	F	M	S	R	G	J	D
D	N	H	V	I	A	V	P	C	I	R	E	H	D	O	A	V	M	T
S	S	L	Q	T	D	L	E	S	T	R	T	S	E	L	L	I	B	V
S	V	I	A	V	B	C	S	A	O	E	R	I	S	O	R	R	A	B
I	Q	T	D	L	A	I	A	I	R	L	R	J	A	M	J	Ç	X	E
E	U	R	I	A	C	R	C	U	I	V	A	U	L	N	Y	O	S	F
E	T	D	F	J	T	Ç	O	E	A	A	T	Y	U	M	L	R	J	K
D	R	A	M	R	F	C	A	S	L	N	E	N	T	U	V	A	U	N

Les nostres receptes
Opinió
Sensacions
Entrevista

Parlem de Salut
Editorial
Recordem
Remeis casolans



fundació
sant hospital
la seu d'urgell