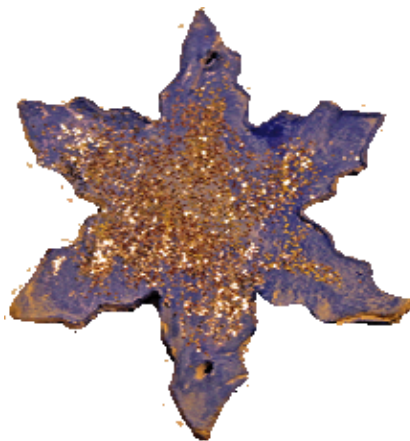


Núm. 24 Hivern 2014



Parlem





EDITORIAL

3.– Equip de Redacció.

OPINIÓ

3.– Que els avis expliquin històries als nens!, pel Dr. *Mateu Huguet*.

L'ENTREVISTA

4.– Sr. *Isidre Rabasa*, caçador.

PARLEM DE SALUT

7.– Les cures de la pell a la tercera edat, per la Dra. *Dolors Barrera*.

LES NOSTRES ACTIVITATS

9.– Festa de la Gent Gran. Tots som joves, tots som grans. Taller de Nadal. Taller de lectura. Panellets. Visita de l'escola Els Agols de Montferrer. Missa del malalt. Participem en la Marató de TV3.

HISTÒRIES O CONTES

13.– La meva infantesa, per la Sra. *M. Remei Bover*.

LES NOSTRES RECEPTES

14.– Civet de senglar.
Fe d'errates: codonyat.

PARLEM AMB LA GENT GRAN

15.– Sr. *Benito Noves*, pastor.

RECORDEM

18.– Vida de pagès.

MANUALITAT

21.– Fem un mòbil o una garlanda?

OCI I CULTURA

22.– Busca les 7 diferències.
Mots encreuats.
Busca l'intrús.

Equip de redacció:

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

Han col·laborat en aquest número:

Arxiu Planella, Dolors Barrera, Sussi Boniquet, Teresa Esclusa, Montse Espinalt, Teresa Garcia, Mateu Huguet, Josep M. March, Marta March, Visitación Lorenzo i Isidre Rabasa.

Els nostres residents:

Antònia Barba, Rosa Boix, M. Remei Bover, Núria Companys, Joan Corominas, Rosa Isern, Josep Figuera, Carmen Millán, Benito Noves, Elisa Noves, Montserrat Palau, Conxita Pallarés, Dolors Sanchez, Maria Soler, Antònia Suàrez i Teresa Tarragona.

Foto portada: Josep M. March.

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



Editorial

Dies de fred. La vida de pagès mai ha estat fàcil, però menys a l'hivern.

Amb els nostres padrins hem parlat del bestiar, de la pastura, de la caça, de l'hort... de totes aquelles tasques que ajudaven a passar els dies, sense grans àpats, però sense que manqués res indispensable, cosa que molts dels nostres padrins de ciutat no van poder tenir sempre.

Equip de redacció

Opinió

Que els avis expliquin històries als nens!

D'un llibre que estava llegint aquests dies, n'he tret una lliçó molt útil. M'ha ensenyat a diferenciar EXPERIÈNCIA de VIVÈNCIA. Tenir experiència et dona un grau de coneixement que s'acumula, mentre que tenir una vivència és la percepció emotiva d'alguna cosa que t'impacta. La gent gran acumula vivències però, sobretot, acumula experiència, o sigui, coneixement.

Costa molt acumular coneixement. Es necessita molta vida i no és fàcil transmetre-la d'una generació a una altra. Potser abans, els avis ensenyaven molt més que ara el coneixement que l'experiència acumulada els hi havia donat. I cal que no es perdi. Potser quan som nens és quan aquest transmetre el coneixement acumulat pels avis, és més fàcil.

I la MEMÒRIA. RECORDAR és de les coses que et fan més persona. Les persones grans poden perdre una mica la memòria més recent però, a vegades, els hi retorna més memòria de fa molt temps. Els hi retorna d'aquelles coses bàsiques i senzilles que els han fet qui són.

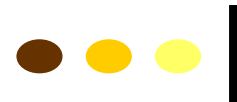
Recordo, i tinc molt present, un dels meus avis que ha tingut molta importància en la meua vida. Era metge també, com jo, i potser va influir molt en que jo ho fos. Però no és això el que recordo més. El que més recordo és quan em portava, quan jo tenia 10 o 12 anys a conèixer i explicar-me coses de la nostra ciutat i de les nostres contrades. M'explicava coses que encara ara m'impressionen i m'han

retornat continuadament durant tota la meua vida. I m'han fet entendre la vida d'una manera determinada, la meua forma d'entendre la vida.

Només vull dir amb això, que sense les històries de les experiències dels nostres avis i les nostres famílies, no seríem com som. I que hem d'ensenyar als nostres nens i nenes a escoltar aquestes històries, perquè amb la seva imaginació en faran records que els faran persones.

Dr. Mateu Huguet
Director-gerent FSH





Sr. Isidre Rabasa

CAÇADOR



L'Isidre Rabasa va néixer a Sallent de Castellbó el 23 d'octubre de 1936. Essent el primer de 8 germans, ha caçat tota la vida, quan era xic i jove per necessitat i ara per distracció. Es va casar i va venir a viure a la Seu, on va tenir dos fills. Abans caçava sol cada dia, ara va en grup tots els dies permesos. Entre altres coses ens ha explicat que l'ofici de caçador no té benefici, és molt capritxos. En aquesta entrevista, ha volgut compartir amb nosaltres la seva experiència.

Quan va començar a caçar?

Als 6 o 7 anys, però no amb escopeta, hi ha moltes maneres de caçar. Sortint de la guerra hi havia força misèria i de caça n'hi havia molta. Posava trampes i agafava conills. Més d'una esbroncada m'havia emportat per fer un forat en una paret per buscar un conill que s'hi havia amagat.

Després baixava amb una mula carregada amb 25 o 30 conills a vendre'ls a la Seu. Al Nadal es venia doble. Sort en teníem dels conills per comprar espadenyas!

Als anys 50 per un conill podies treure 9 o 12 pessetes.



Arxiu CCAU - Sallent de Castellbó

Qui el va ensenyar a caçar?

Ningú t'ensenyava, de petit vols fer tot el que fan els altres. Mirava com feia les trampes el pare o el padrí i n'aprenia. Als 6 o 7 anys vaig agafar la meua primera llebre amb un llaç.

Lavors tothom caçava, només es pensava en els animals, no es jugava. Tampoc he anat mai a estudi, era el gran dels germans, així que havia de treballar, per estudiar hagués hagut d'anar fins a Castellbó, caminant, unes 2 hores, després de fer la feina. Ho vaig fer algun dia, però tornava a casa quan ja era fosc.



Només caçava conills?

No, també caçava perdius, guineus i aus de rapinya. Quan tenia 17 o 18 anys, vaig ser dos cops campió de caça de rapinyaires. Ara estan protegides, però abans en sobraven, feien massa mal. En poc temps una au et podia prendre 18 corders d'un ramat. Com les guineus, que si entraven al galliner et mataven totes les gallines.

A vegades, si hi havia sort, havia caçat una fagina. Lavors una fagina valia tant com una vaca, la pell tenia molta importància. La primera escopeta que vaig tenir la vaig comprar amb la venda d'una fagina.

I ara, què caça?

Ara ja no n'hi ha de conills, ara només hi ha porc senglar, algun cabirol i algun cérvol que abans no n'hi havia. Bé, de cérvols diuen que sí, però jo no n'havia vist mai cap.

Els porcs senglars va haver-hi un temps que s'havien acabat, però ara en tornen a haver-hi molts.



Com és la caça d'un porc senglar?

Per caçar un porc, vas caminant per la muntanya i busques el rastre, les petjades, vas reduint el terreny, poses alguna parada i els gossos el fan sortir. La temporada de cacera és d'octubre a febrer. Abans es caçava quan es podia, no es necessitava llicència ni tants papers com ara. Anaves a caçar a punt del dia, cap allà les 7 del matí, ara ens trobem a les 11 o a les 12 del migdia. Es plega a les 2 o a les 4 i es dina quan es pot. Després encara s'ha de fer la feina i aviat és fosc, s'han de pelar i arreglar els animals caçats. Al poble quan es matava un porc, era festa major, se n'aprofitava tot, es repartia entre tots els caçadors i entre els veïns del poble. Ara ningú en vol, hi ha massa abundància, es tria massa.



Ha patit algun accident caçant?

Fa 8 o 9 anys, se'm va quedar una bala dins l'escopeta i va explotar però no em vaig cremar. Amb l'últim tret es va rebentar l'escopeta però el porc va acabar mort. He caçat amb tota classe d'escopetes, menys de bones. També, algun cop, un porc senglar m'ha plantat cara però mai m'han fet mal. Els gossos també s'han dut algun ensurt i més d'un cop els he hagut de dur al veterinari a cosir i alguna vegada no hem estat a temps.

Un caçador estima els seus gossos?

Quan em faltava un gos tenia un disgust molt serio, m'han costat molts plors. Alguns els hi fan passar gana per poder caçar, però jo crec que s'han de tractar com cal. Jo sempre els he tingut a casa. No parlàvem però ens enteníem molt. N'he arribat a tenir 6 o 7, ara només tinc un xiguagua.

Recorda alguna anècdota?

Dels germans ens van batejar a 3 el mateix dia, era quan la guerra i no hi havia capellans. Jo que era el gran, tenia uns 2 o 3 anys, vaig pujar a l'església tot content i quan em van tirar l'aigua al cap em vaig enfadar molt. Vaig tornar ben empenyat.



Parlem de salut...



Les cures de la pell a la tercera edat

Per la Dra. Dolors Barrera
Metgessa de la unitat
socio sanitària

L'anomenada tercera edat és una etapa més de la vida de l'ésser humà durant la qual es produeixen una sèrie de canvis físics que afecten a tot l'organisme. És a la pell on aquests canvis es fan més palesos, amb el temps es torna més sensible i delicada i requereix que en prenguem cura.

Dins el conjunt de l'organisme, la pell aconsegueix funcions molt importants: ens protegeix de les agressions físiques, dels gèrmens de l'exterior i de les radiacions solars, regula la temperatura corporal i, a més a més, facilita el control dels líquids orgànics.

Entre els canvis propis d'aquesta etapa trobem la deshidratació i la pèrdua d'elasticitat. A més a més, hi ha una disminució de l'activitat de les glàndules sebàcies i de la producció de col·lagen, amb la qual cosa el ritme de reparació de la pell és més lent.

Per tal de pal·liar aquests efectes, a continuació es detallen alguns consells que ajudaran a mantenir una pell sana durant la tercera edat.

- Higiene corporal: el bany ajuda a retirar les impureses de la pell, a hidratar-la i a proporcionar-li relaxació. És recomanable utilitzar sabons neutres que respectin el pH natural de la pell.
- Banyes d'aigua tèbia: sempre que no estiguin contraindicats per alguna patologia prèvia, ajudaran a millorar la circulació i a eliminar toxines.



- Aplicar crema hidratant a tot el cos de manera regular ajudarà a prevenir i a millorar la sequedat natural de la pell en aquesta edat.
- Massatge corporal: estimula la circulació de la sang, relaxa i augmenta el nivell d'energia, activa les funcions de la pell i en millora l'elasticitat.
- Hidratació oral: és recomanable beure entre un i dos litres de líquid al dia (aigua, suc de fruita, infusions). Això assegurarà una bona nutrició del teixit cutani, així com de la resta del cos.
- Dieta: ha de ser variada, per evitar dèficits nutritius. Una dieta equilibrada ajudarà a la regeneració de la pell.
- Prendre el sol: ajuda a prevenir el dèficit de vitamina D i la pèrdua de massa òssia, reduint d'aquesta manera el risc de fractures. També afavoreix l'estat d'ànim. Tanmateix s'ha de prendre amb precaució. Quan es prengui el sol es recomana fer servir cremes protectores, no fer-ho a les hores de màxima intensitat i no excedir-se en el temps d'exposició.
- Exercici: ajuda a estimular la circulació sanguínia, l'arribada d'oxigen i de nutrients. Es recomana fer exercici físic suau uns trenta minuts diaris i segons el nivell de tolerància.
- Evitar fumar: el tabac fa que els vasos sanguinis es tornin més estrets i per tant disminueix l'arribada d'oxigen al teixit cutani. També disminueix els nivells de vitamina A i produeix canvis en la quantitat i la qualitat del col·lagen.
- Prevenir l'estrès: ja que provoca sequedat, picor i l'aparició de lesions a la pell com ara taques i erupcions.



És important remarcar que davant l'aparició de canvis en les lesions de la pell (asimetria, vores irregulars, canvis de color) o l'aparició de dolor i sagnat, cal consultar l'especialista el més aviat possible.



Seguint aquestes pautes de cura de la pell aconseguirem mantenir la pell en un bon estat de salut i previndrem les patologies associades, de manera que millorarem la qualitat de vida durant aquesta etapa.



Les nostres activitats

Festa de la Gent Gran

Tornem un any més a celebrar la nostra festa, la de la Gent Gran. Música a càrrec de la Coral de l'Esplai, Gimnàstica amb la Maite i un bon dinar amb el nostre fantàstic servei de cuina!



Tots som joves, tots som grans



Un projecte totalment consolidat que realitzem conjuntament amb La Salle. *Tots som joves tots som grans*, ens hem tornat a trobar, aquesta vegada per ensenyar totes les activitats que fem a la residència, dia a dia.

Fins aviat, que hi tornarem!





Taller de Nadal

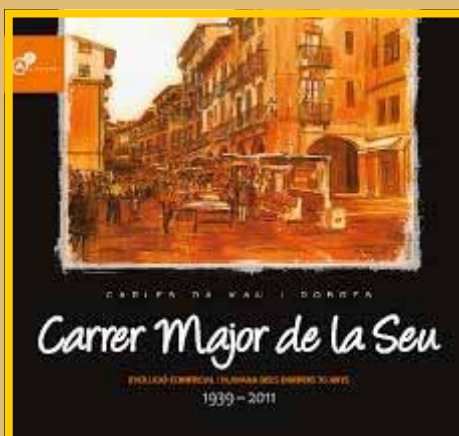


Ja portem molt de temps preparant tota la decoració de Nadal. Fa tant de temps que encara portàvem màniga curta!

Aquest any hem pujat el nivell i hem decidit fer una decoració tradicional i clàssica, els penjolls de Nadal. Els hem fet amb fang, l'hem pintat i decorat i l'hem penjat per tota la sala del Centre de Dia i totes les habitacions.

Ens creieu quan diem que ha estat una feina de formiguetes?

Taller de lectura



Ja hem tornat a fer el taller de lectura. Aquest cop, hem estat llegint un llibre d'un company, en Carles Dalmau. Ha donat molt de joc, ja que la majoria de les persones que apareixien en el llibre eren conegudes per tots nosaltres, així com les seves aventures. Ha estat com estar caminant novament pel carrer Major de la nostra ciutat anys enrere.



Panellets



Com cada any, ens hem posat mans a la massa!
Una colleta de senyores vam passar una bona estona a la tarda amassant i donant forma a uns panellets que al dia següent van rebre el seu merescut.

Van quedar boníssims!

Visita de l'escola Els Agols de Montferrer



Han estat els primers en cantar les nades! Des dels més xics, fins als grans, tot el cicle de primària ha vingut a felicitar-nos les festes.



Missa del malalt



Com cada any acostem la Missa del malalt a la sala del Centre de Dia.

Participem en la Marató de TV-3



Com anys enrere, participem a la Marató de TV3 que enguany tracta de les malalties del cor. Participem tant en la venda com en l'elaboració del material. Nosaltres fem bufandes!

Històries o contes

La meva infantesa

Vaig a explicar una mica la meva història. Tot va començar l'any que jo vaig néixer, el 1942, a Barcelona, però jo vaig viure, amb la meva família, en un poblet de la Cerdanya anomenat Bolví.

Tinc 2 germans més grans, amb els quals anava al col·legi cada dia caminant. Trigàvem 30 minuts en arribar-hi i, encara que a l'estiu anàvem sols, a l'hivern sempre ens acompanyava el meu pare, perquè tenia por que ens perdéssim entre la neu.

Després, amb 14 anys ens vam anar a viure a Puigcerdà i durant un any vaig anar al col·legi a Bargmadame per aprendre francès. Com que estava tan a prop de la frontera i hi havia molts francesos, era important aprendre el seu idioma.

Com en aquella època les dones havíem de saber de tot, fins als 20 anys vaig estudiar tall i confecció en un col·legi de monges de Puigcerdà. Érem 10 o 12 dones a classe i totes teníem més o menys la mateixa edat. Fèiem 3 o 4 hores de classe al matí i 3 o 4 a la tarda. Jo me n'anava a casa a menjar i a dormir, però hi havia noies que s'hi quedaven internes.

La germana Margarita em va ensenyar a brodar a màquina i a mà, a tallar patrons i a fer traus. Era molt agradable amb nosaltres, encara que sempre li estàvem amagant les tisores o les ulleres i es passava una bona estona pensant on les havia deixat. Era divertit veure-la per tota la sala buscant les tisores.

Ara tinc una màquina de cosir elèctrica i tot és molt més senzill i ràpid.

M. REMEI BOVER



Les nostres receptes

Civet de senglar

Per les Sres. Elisa Noves i Conxita Pallarés

Ingredients:

1k de porc senglar	oli
2 o 3 cebes	2 pastanagues
1l de brou	2 o 3 alls
vinagre	aigua
pebre negre	sal



Un parell de dies abans de guisar el porc, posar a macerar la carn, tallada a trossets petits, amb vinagre, aigua i una ceba tallada a rodanxes. Deixar-ho reposar a la nevera.

Passats dos dies, escórrer bé la carn i la ceba.

Començar fent un bon sofregit amb la ceba i si volem podem incorporar-hi alguna altra verdureta (pastanaga, porro,...). Ho apartem. Tot seguit enfarinem la carn del porc i la passem per la paella. Un cop fregida, hi incorporem el sofregit i el litre de brou, fins que quedi cobert.

Mentre deixem coure, picar tres allets amb la mà de morter i també els incorporem a la cassola. Rectificar de sal i de pebre i deixar fer xup xup unes 2 hores.

Fe d'errates



Codonyat

Per les Sres. Rosa Boix,
Visitación Lorenzo, Elisa Noves
i Conxita Pallares.

Ingredients:

1k codonys	1k sucre
------------	----------

Pelar els codonys i retirar-ne els cors. En un cassó posar els cors coberts d'aigua i fer-los bullir una hora a foc mig. Retirar-los i posar-hi els codonys pelats i trossejats a bullir amb el sucre. Remenar constantment. Quan estiguin tous, passar-ho pel passa purés o per la batedora i abocar-ho en un motlle.

Deixar refredar i desemmotllar.

El codony per si sol és boníssim, però també el podem aprofitar per acompanyar plats de caça, amb formatge, a les amanides, etc.

Parlem amb la gent gran

Benito Noves



PASTOR

El Benito va néixer a Ars fa 77 anys i al voltant dels 45 anys va decidir dedicar-se a fer de pastor, una feina que l'apassiona. Li agrada explicar què feia i com era la vida a la muntanya. En guarda un bon record i, de fet, diu que si pogués demà mateix se n'hi tornaria. Durant els anys de pastor va aprendre moltes coses, està satisfet i content de poder compartir alguns d'aquells moments amb nosaltres.

Benito, quan va començar a fer de pastor?

Recordo que tenia uns 45 o 50 anys quan vaig començar i aquesta va ser la meva feina fins que em vaig jubilar. Vaig fer de pastor a casa, al terreny d'Ars, amb el nostre ramat d'ovelles i cabres, al voltant de 400. Abans d'això, m'havia dedicat a fer altres feines, però no m'agradaven tant i per aquest motiu vaig decidir canviar.



Fèieu de pastor durant tot l'any?

Sí, però la feina variava segons fos hivern o estiu.

Durant l'estiu marxava aviat cap a la muntanya, més o menys cap a les 6 del matí. Pensa que durant els mesos que feia bon temps el ramat es quedava a la muntanya i és per això que havia de pujar ben d'hora. Donat que passava tot el dia fora de casa, quan encara vivia la meva mare, ella o bé la meva germana em preparaven el dinar.

Durant els mesos de fred, el ramat es quedava al corral, però igualment m'havia de llevar una mica d'hora perquè moltes vegades era quan parien les ovelles i havia de ser-hi present. Podien néixer 4 o 5 corders a la vegada, normalment cada ovella tenia un corder però alguns cops en sortien dos. Quan això passava, hi havia el risc que el primer corder fos rebutjat per la mare i no li donés de mamar. Mentre naixia el segon, l'ovella no es quedava al mateix lloc on havia nascut el primer i establia més vincle amb el segon que era el que tenia al costat amb ella.

Com era el dia a dia a la muntanya?

Un cop arribava a la muntanya, deixava el jeep, sempre al mateix lloc, i amb el meu gos de tura anàvem a buscar el ramat per revisar que totes les ovelles estiguessin bé, si alguna s'havia fet mal la curava i els donava sal. Durant el dia les ovelles pasturaven i jo anava tot el dia amb elles, durant l'època dels bolets aprofitava per collir-ne, feia algun collar amb branques de pi per posar-hi les esquelles i a estones feia algun cop de cap.

Normalment no feia nit al bosc però algun cop sí que n'havia fet. Per aquelles contrades molts cops hi voltaven àligues, guineus o gossos abandonats que estaven afamats i quan hi havia xaiets petits era molt fàcil que els atacessin per menjar, així que em quedava per vigilar.



Fins quin mes estaven les ovelles a la muntanya?

Normalment cap al mes de novembre o quan feia la primera nevada baixàvem el ramat cap a casa. Els mesos que feia més fred les trèiem a menjar als camps dels voltants i si no hi havia molta herba, a la nit quan tornaven al corral, els donàvem alfals, gra o el que tinguéssim.

Qui s'encarregava de xollar les ovelles?

Alguns anys les havia xollat després de Sant Joan, tenia un compressor amb les eines que necessitava i me n'ocupava jo mateix però darrerament venien uns xicots a fer-ho. Abans veníem la llana però ara no val res. Quan havíem xollat la posàvem en sacs i ens la venien a buscar de la fàbrica de llanes d'Arsèguel.



Té alguna anècdota per explicar-nos?

Un dia vaig anar a Aravell amb el ramat, va començar a fer molt vent i em vaig refugiar al costat d'uns arbres des d'on no podia veure bé tot el ramat. Quan em vaig adonar ja faltaven 10 cabres.

Vaig demanar a caçadors i gent que em trobava pel camí si les havien vist però no vaig tenir sort. Les vaig estar buscant durant 15 dies, no apareixien per enlloc, les vaig donar per mortes pensant que algun gos de caça les hauria matat.

Un bon dia, caminant amb el ramat, vaig sentir una esquella petita i ràpidament vaig identificar que era la de les meves cabres, vaig córrer cap a allà i vaig descobrir que havien caigut dins d'una bassa amb herba d'on no podien sortir soles. Amb l'amo de la zona, una escala i jo, vam anar treient les cabretes d'una en una. Ja veus, tota una aventura.

Recordem

Vida de pagès



Els pagesos —em dic— tenen molts defectes, però encara les millors qualitats del país van lligades amb ells; toquen de peus a terra; tenen un sentit de la lentitud, de la calma, del treball, de la tenacitat, de la continuació, més acusat potser que en qualsevol altre estament. No són mai absolutament banals; no estan devorats pel neguit i per la tristesa de l'ambició. No pretenen ésser paràsits, ni funcionaris, ni escrivents, ni batxillers. Que Déu ens els conservi! Que cada dia hi hagi més persones que sàpiguen llaurar, segar, batre, empeltar, podar, tenir cura dels animals. Que sigui respectat el recalcitrant individualisme dels pagesos!

Els pagesos, Josep Pla

Temps passats plens de records més o menys nítids de com vivíem, res a veure amb els temps d'ara. A pagès ho teníem una mica més fàcil, una vida senzilla i sense luxes, això sí, tot era de collita pròpia, la carn, les verdures, els ous, etc. Així vivíem molts de la nostra generació, allò que anys enrere era una forma de vida austera avui en dia s'ha convertit en tot un luxe gastronòmic. Ara parlem d'aliments ecològics i animals criats a casa, torna a ressorgir la necessitat de produir productes de qualitat, naturals, saborosos, saludables i nutritius, com diem molts de nosaltres, "els de tota la vida".

Una part de la gent que realitzem aquest **Recordem** venim d'entorn rural, tenim les nostres arrels en diferents pobles de l'Alt Urgell i hem passat bona part de la nostra vida dedicant-nos a conrear la terra, produir, criar i cuidar animals, i com a ofici, el de pagès.



*<<Més val ésser
un ric pagès que
un pobre
marqués>>*

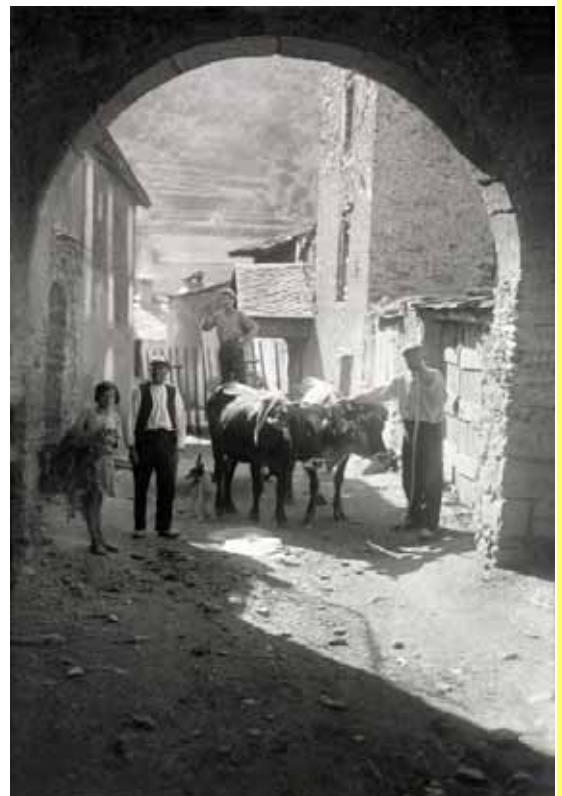
*<<Passa de
pagès, cada una
val per tres>>*



Podríem dir que les masies i les cases de pagès eren, per nomenar-ho d'alguna manera, centres de producció, es treballava la terra i s'obtenien tota mena d'aliments. Tampoc hi faltava el bestiar; gallines, conills, pollastres, porcs, vaques, cabres, ovelles... es criaven i s'engreixaven per al consum propi o per a la venda. Tots ells productes naturals i de bona qualitat. Les gallines estaven lliures per l'era, es movien i picotejaven tot el que anaven trobant i la qualitat dels ous que ponien, ja us podeu imaginar, era altíssima! Destacaven pel color del seu rovell, era groc intens i amb un gust excel·lent.

Normalment, les dones ens encarregàvem d'anar a plegar els ous i ens agradava fer-ho. Abans es menjaven més ous, si més no, aquesta és la nostra impressió. La facilitat per produir-ne i la poca varietat d'aliments que disposàvem, en comparació al ventall que hi ha actualment, feia que fossin molt presents en la nostra dieta. Cuiàvem truites de tot tipus, ous remenats, bullits, escaldats, ferrats, amb flam o crema, a les mones de Pasqua i qualsevol plat era bo per menjar-ne.

Fa un moment hem parlat del bestiar, molt present en la majoria de cases de pagès i també a taula. Els pollastres, els conills i els porcs eren alguns dels animals que anàvem engreixant a casa durant tot l'any perquè anessin agafant pes, a diferència d'ara que engreixen molt ràpid, i la qualitat de la carn quan és al plat se'n veu afectada. Antigament donàvem de menjar als animals de casa tot el que ens sobrava; verdures de l'hort, pinso, peles de fruita... poc a poc l'animal anava agafant pes en un entorn natural i podríem dir que en llibertat. La carn que menjàvem era més magra, la textura i el sabor que tenia era diferent, més gustós.





Quan arribava el dia de matar a l'animal ho aprofitàvem tot, dels pollastres utilitzàvem els budells, la cresta, el pedrer, les potes i evidentment la pròpia carn que era molt més gustosa que la que ens mengem ara.

Del porc, ja us podeu fer una idea, pràcticament ho aprofitàvem tot, les tripes, la sang, la carn, el morro, la cua, les potes, fèiem botifarres,

pernils, llonganisses, confitàvem la carn... Ens ho manegàvem de manera que el tiberi que teníem ens pogué durar fins a l'altra matança. Un canvi substancial amb la manera de menjar d'avui en dia, anem a la botiga i comprem el que necessitem per al dia, comoditats moltes, però què ens dieu del sabor? La carn del bestiar de casa res a veure! Durant la nostra època la dona disposava de més temps, treballava a casa i entre d'altres, la cuina era l'espai que regentava. Els guisats, els estofats amb carn de conill de casa o de la caça que portaven els homes, el pollastre a la cassola fent xup-xup tot el matí, sentiu l'olor?

Tot i que amb els anys tot ha anat canviant, els estils de vida, les feines, l'abandonament dels llocs rurals, cada cop més, la gent atrafegada i estressada busca refugiar-se en aquests entorns cercant un nou modus vivendi. Noves generacions reprenen allò que molts de nosaltres vam deixar fa més de 50 anys i que continuem revivint amb nostàlgia a través dels nostres records.

**<<A la casa
de pagès
segons lo
guany lo
dispés>>**

**<<El pagès
si no
treballa
no té res>>**



Manualitat

Fem un mòbil o una garlanda?

Teniu tots els passos i el material necessari. Ànims, només us costarà uns 30 minuts!



Material:

- Fang d'assecat ràpid.
- Motllos de galetes amb motius nadalencs (o no).
- Un rodet de cuina.
- Pintura de diferents colors.
- Fil de pescar.
- Botons o vidrets.
- Lluentons.
- Cola.

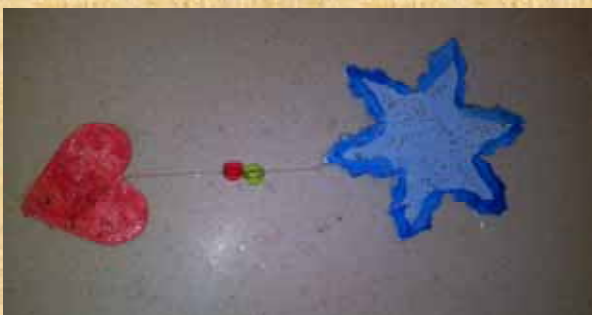
...i ganes de treballar.



Estirem el fang. Retallem amb els motllos. Deixem assecar.



Pintem cada peça del color escollit i decorem.

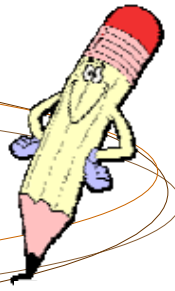


Enllacem cada figura amb fil de pescar. Introduïm vidrets entre mig.



El resultat és aquest, amb totes les possibilitats que et permeti la imaginació. Tant es pot fer en forma de mòbil o en forma de garlanda si es fa horitzontalment.

Oci i Cultura



Busca les 7 diferències

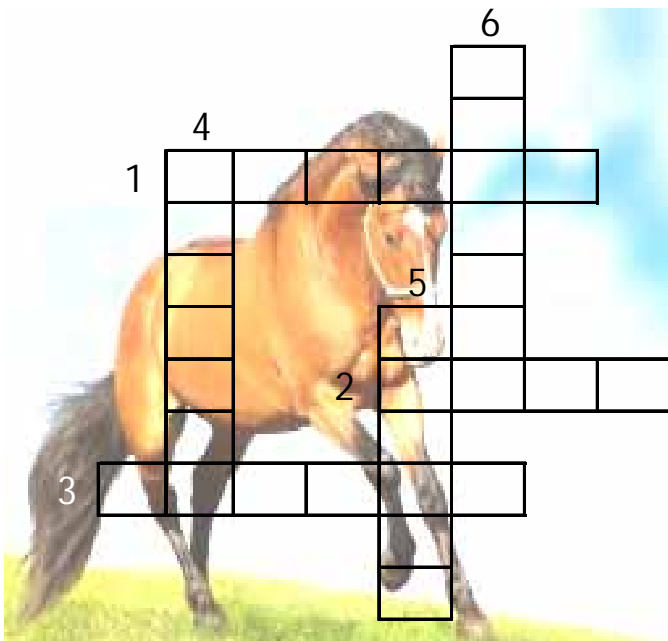


Marta March



Marta March

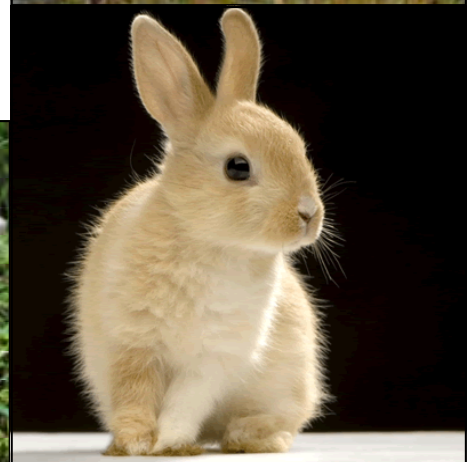
Mots encreuats



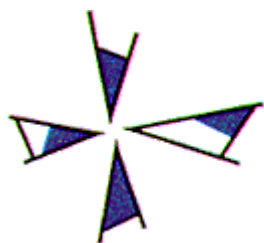
- 1 Mamífer d'orelles llargues i amb les dues dents incisives llargues i tallants.
- 2 Femella del bou.
- 3 Mamífer de pèls llargs a la cua i a la part de darrera del coll.
- 4 En diminutiu: mamífer semblant al be, però amb el pèl curt i la cua molt curta.
- 5 Mamífer remugant amb pèl llarg i espès anomenat llana.
- 6 Ocell de corral que posa ous.

Busca l'intrús

ramat – esquella - xollar - pastor – conill
 gallina - porc – ovella – vaca - senglar
 pastor – boletaire – caçador – pagès – mestre
 munyir - xollar – pasturar –caminar- pondre
 muntanya – camp – corral – bosc - era



Solucions:
 Mots encreuats: 1 conill 2 vaca 3 cavall 4 cabreta 5 ovella 6 gallina
 L'intrús: Senglar Mestre Caminar Corral



fundació
sant hospital
la seu d'urgell