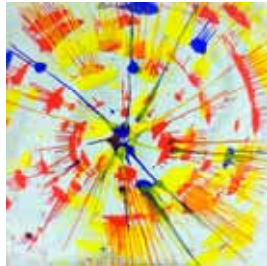
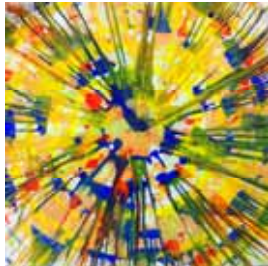
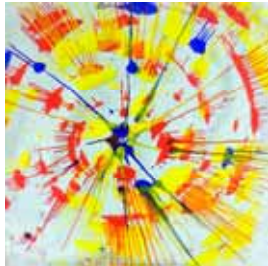
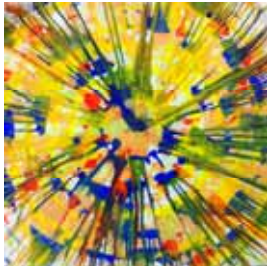
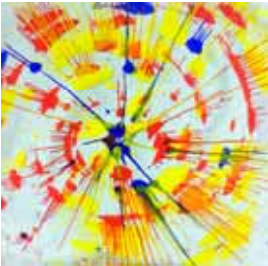
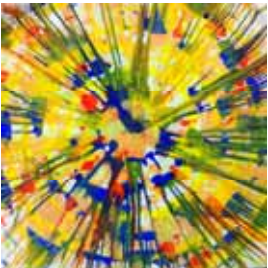
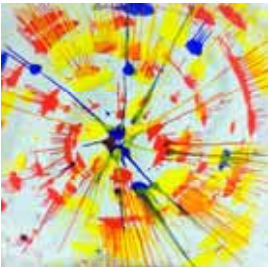




Parlem





EDITORIAL

3.– Equip de Redacció.

OPINIÓ

3.– El meu pare, el millor pare del món, pel Sr. *Josep Casanovas*.

L'ENTREVISTA

4.– Sr. *Amadeu Gallart, ex alcalde de la Seu d'Urgell*.

PARLEM DE SALUT

7.– Música, salut i gent gran, per la Sra. *Roser Julià*.

LES NOSTRES ACTIVITATS

9.– Els Reis Mags d'Orient. Els nens de l'escola Pau Claris, ens ballen. Goig Dansa per Nadal i per Carnaval. Celebracions religioses. Trobades amb l'Església Evangèlica. Taller de cuina. AP's, mans que es mouen, ments que comparteixen.

HISTÒRIES O CONTES

13.– El ball, per la Sra. *M. Teresa Fernández*.

LES NOSTRES RECEPTES I REMEIS CASOLANS

14.– Girella del Pallars.
Com treure berrugues.

PARLEM AMB LA GENT GRAN

15.– El nostre pare.

RECORDEM

18.– Els militars.

LA MONA DE PASQUA

21.– Recepta per fer una Mona de Pasqua

OCI I CULTURA

23.– Compta el triangles.
Lletres caigudes.
Combinació de números.

Equip de redacció:

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

Han col·laborat en aquest número:

Arxiu Planella, Neus Albanell, Sussi Boniquet, Josep Casanovas, Teresa Esclusa, Montse Espinalt, Amadeu Gallart, Teresa Garcia, Roser Julià, Aina Sánchez, Júlia Sánchez i Oriol Vilaró.

Els nostres residents:

Carme Bentade, Ramona Bonet, Margarida Buchaca, Francisco Bullich, Àngela Casado, Joan Corominas, M. Teresa Fernández, Antònia Graell, M. Rosa Isern, Maria Juanmartí, Carmen Millan, Sebastiana Orellana, Montserrat Palau, Conxita Pallarés, Marina Rodríguez, Maria Soler i Miquel Tico.

Foto portada: Teresa Esclusa.

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



Editorial

En el darrer número, en parlar dels aiguats de 1982, els padrins ens van comentar el gran ajut que van rebre dels militars. Per aquest motiu, hem volgut esbrinar què van representar i quin record tenim de la presència i de la marxa dels militars a la nostra ciutat.

Ho trobareu en aquestes pàgines junt amb moltes altres coses.

Equip de redacció

Opinió

El meu pare, el millor pare del món

Aquesta és una frase que tots hem sentit o dit molts cops. Però que avui sembla haver perdut el seu sentit, quan observem l'aigüalment que el signe de la paternitat està vivint en l'àmbit familiar.

Quan algú pregunta quin és el millor pare del món, a la majoria ens ve al cap la imatge d'un pare amic, protector, que de petit ha jugat amb tu, que t'ha sabut ajudar en moments importants de la vida, que t'ha transmès consells, que té resposta per a tot. És a dir, un pare perfecte als ulls del fill. Un pare idealitzat, que respon als nostres desitjos.

Quan ens aturem un segon i reposem el pensament en la realitat, ens adonem que el nostre pare potser no respon a aquesta imatge. Busquem algú que en realitat no existeix. Doncs, qui és aquest pare?

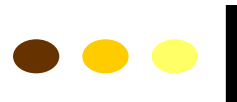
La imatge idealitzada que poc a poc cau, ens fa descobrir al darrera una persona autèntica, amb les seves llums i moments bons i les seves foscos i moments no tan bons. Més enllà de la imatge ideal, hi ha quelcom més determinant per considerar el nostre pare el millor del món: hi ha l'amor. Si sabem veure el seu amor, l'anhel pel nostre progrés, la seva generositat, el seu patiment, la seva exigència... estem veient el rostre de l'autèntic pare. Només serà així quan ens adonarem que el millor pare del món és aquell que tenim, doncs no n'hi ha cap altre.

Gràcies a no ser el millor pare del món, aquell ideal, sinó *tan sols* la persona generosa que ens ha donat la vida, l'avi que acompanya als nostres fills, podem perseverar en ser alhora pares: amb el sentit d'aquell que amb poques paraules ha fet perdurar bons pensaments, d'aquella persona senzilla que ens ha ajudat a ser el que som. És llavors quan veiem que el millor pare és el que cadascú ha tingut, sense cap mes connotació.

Josep Casanovas

Director voluntari Càritas d'Urgell





Sr. Amadeu Gallart



EX ALCALDE DE LA SEU D'URGELL

Amadeu Gallart Sort, nascut a la Seu d'Urgell el dos d'abril de 1947. Va estudiar econòmiques i història contemporània a la Universitat de Barcelona. Ha treballat com a Gestor Administratiu i va ser el primer alcalde postfranquista de la Seu durant els anys de 1979 a 1983.

Ens ha donat una visió global del què va suposar per a la ciutat la presència i la marxa dels militars a la Seu d'Urgell.

On estaven ubicats els militars? Quines instal·lacions tenien per la ciutat?

Històricament, els militars dominaven "urbanísticament" la Seu. Al centre de la ciutat, a la vora del Passeig hi tenien el quarter central. A Castellciutat, dominaven el territori des de la Ciutadella, darrerament l'Escola Joviat i ara en estat gairebé de ruïna; el Castell, en els nostres dies reconvertit en una instal·lació hotelera; la Torre de Solsona, avui una finca particular, i el Pla de les Forques, actualment terreny municipal. El conjunt significava una autèntica i potentíssima ocupació militar del territori.

Tots els militars residien a la caserna?

Els soldats vivien a les instal·lacions descrites, sobretot a la Ciutadella. Oficials i suboficials, amb les seves famílies, van passar a residir als Pavellons, construïts als anys cinquanta. El coronel o el general, vivia en una caseta on ara hi ha la pastisseria Leiva.



Els militars, feien tasques relacionades directament amb la població?

Normalment, no. Ara, en cas d'urgències podies comptar amb el seu ajut. Pensem en els aiguats del 1982, la seva col·laboració va ser inestimable. També, com a anècdota, van ser molt importants per a tenir equips de futbol potents. Als anys cinquanta la Seu jugava a tercera divisió, gràcies als soldats futbolistes.



Com van influir en la vida de la ciutat econòmicament, socialment i culturalment?

Als anys cinquanta i seixanta del segle passat constituïen una veritable "empresa" amb un miler de soldats i un centenar de famílies d'oficials i de suboficials. Imagineu-vos quina quantitat de consum per als nostres comerços, bars i restaurants, encara que moltes coses les compressin a

fora. La Seu tenia un color caqui, amb notes de negre pels capellans i pels seminaristes. Si anaves al cinema el diumenge a la tarda, el tuf dels uniformes dels soldats era impressionant, encara que hi estàvem força acostumats. Les noies estaven contentes perquè podien escollir molt, però preferien els alferes que eren estudiants universitaris.

Socialment la vida de la Seu estava molt dominada per l'estament militar. El centre més important radicava a l'Hotel Mundial i, sobretot, a la seva terrassa on dominaven la situació les famílies dels caps militars acompanyats de les famílies locals més addictes i dels funcionaris i professionals de més categoria, com ara jutges, notaris, advocats... Culturalment no tenien tanta importància, si bé, en els temps més durs de la postguerra imposaven la seva presència i prohibien moltes manifestacions de cultura popular de tipus catalanista. En alguns moments varen tenir una certa obertura cap a manifestacions culturals de "regionalismo bien entendido" com podien ser les sardanes o els ballets, amb la col·laboració de la banda del regiment. Els carrers de la Seu eren idonis per fer-hi desfilades, cosa que a la canalla ens agradava molt.

Van haver militars que es van integrar a la ciutat?

La veritat és que no els era gaire fàcil. Venien de cultures força diferents, realitzaven la feina en un marc tancat i vivien gairebé tots als Pavellons. Eren respectats per la seva gran força i pel poder que representaven.

Com a militars molt integrats recordo, entre els oficials, el capità metge, el comandant Puertas (casat amb una urgellenca), el capità Abras – vinculat al futbol- el tinent coronel Alvinçà, fill de la Seu, el capità Santamaria...

Com en tots els col·lectius n'hi havia de bons i de dolents, el què passava és que el sistema dictatorial els feia temuts i llunyans del comú.



Fira de Sant Ermengol, el coronel, el Sr. Gallart (tinent d'alcalde) i el Sr. Ganyet (alcalde)

Quan van marxar? En què es va notar la seva marxa?

Els militars van marxar de la Seu l'estiu del 1993, després de ser-hi pràcticament des de la fundació de la ciutat. La Seu, no ho oblidem, era una plaça estratègica molt important a la frontera, en una ruta preferent de les invasions més variades.

Al final, el contingent militar ja era escàs, però encara consistia en uns dos-cents o tres-cents homes i en una cinquantena de famílies. La seva marxa va significar una davallada molt important de les vendes al comerç i a l'hostaleria. També la pèrdua d'uns equipaments humans molt importants en moments d'urgències o de situacions catastròfiques.

Alguns aspectes positius i negatius de la seva estada?

No entraré ara en consideracions sobre la necessitat o no dels exèrcits. No tinc cap dubte que la població de la Seu, al llarg dels segles, no va ser massa feliç amb la companyia militar. Les raons són òbvies, la posició de la Seu al mapa era una incitació a patir les guerres més cruentes. Al segle XIX, amb les guerres carlines, quan entraven els lliberals executaven els carlistes, quan entraven els carlistes no quedava dempeus cap lliberal significatiu, i això va passar diverses vegades. A la nostra postguerra, la posició dels militars va ser molt antipàtica ja que eren una autèntica força d'ocupació. Amb la desaparició de la dictadura es van convertir plenament en un equipament públic més.

La part positiva que jo mateix he conegut, és que l'estament militar implicava a la Seu un gran moviment de gent que emplenava escoles, comerços, bars i restaurants. Un dels elements que donava força a la Seu com a entitat era la presència de l'exèrcit que obria oportunitats econòmiques i professionals i per què no, personals, amb casaments. La veritat és que, quan van marxar, molts sectors van sentir un buit important en els seus balanços. També hem de considerar que els pobles estem fets per la història i els militars a la Seu en formaven, profundament, part.



Parlem de salut...

Música, salut i gent gran

Per la Sra. Roser Julià
Infermera de la FSH



La música és present a les nostres vides. Ja de ben petits ens acompanya a l'escola i en els primers jocs i després la trobem a casa, al carrer, al cinema, a la televisió, a les celebracions, a les festes populars... Podríem viure sense música?

La música és a tot arreu i, sense que en siguem plenament conscients, ens afecta tant a nivell físic, com psíquic i emocional. Ens ajuda a relaxar -nos, ens fa pensar, ens fa moure i ballar, ens alegra, ens fa companyia, ens porta records, ens emociona, ens uneix a altres persones...

Us preguntareu per què una infermera parla de la música com a activitat. Doncs perquè m'encanta la música com a mitjà d'expressió i, com a professional de la salut, forma part del meu sac de recursos per afavorir la salut tant física com mental i emocional de les persones de les quals en tinc cura.

La música ha adoptat dues funcions principals dins del context de la gent gran: una és com a activitat recreativa i l'altra com a musicoteràpia. La musicoteràpia és una disciplina que es val d'aquests efectes de la música per a millorar la qualitat de vida de les persones. El seu objectiu principal és crear un espai on els usuaris puguin tenir una experiència musical que els aporti, no només plaer, sinó també uns beneficis terapèutics determinats, buscant sempre el seu benestar.

D'aquesta disciplina se n'ocupa professionals qualificats (musicoterapeutes).





Diu el Sr. McClosky que "la música és terapèuticament eficaç perquè és la més social de totes les arts i són, precisament, aquests aspectes socials de la vida els que estan afectats per l'envelliment". La música pot ser un element d'ajuda per a les persones grans i la implementació de programes adequats de música poden reportar beneficis importants en l'estimulació sensorial i cognitiva, socialització, expressió i augment de la qualitat de vida.

La música, a més de ser un recurs d'ajuda per canviar la conducta de les persones, ofereix una base per a les activitats socials, motiva a les persones a interactuar i estimular la comunicació verbal i no verbal. És especialment efectiva per a la gent gran pels motius següents:

- Arriba a qualsevol persona, independentment de les seves capacitats motrius, ja que no sempre requereix una participació activa.

- Proporciona una via de comunicació.

- Estimula la memòria utilitzant músiques del record.

- Motiva l'activitat física, estirant la musculatura i millorant, en la mesura que es pot, la coordinació motora.

- Renova l'interès en participar en un grup.

- Millora la capacitat d'atenció centrant i dirigint els pensaments cap a una activitat específica.

- Ajuda a sentir-se millor.

- Ensenya d'una manera creativa a expressar-se a través de moviment físic i d'activitats rítmiques.

- Convida a expressar adequadament els sentiments i les emocions més amagades.



La música

és vida!



Les nostres activitats

Els Reis Mags d'Orient

Els Reis de l'Orient porten coses, porten coses.

Els Reis de l'Orient porten coses a la gent!



Els nens de l'escola Pau Claris ens ballen



Com cada any, els alumnes de l'escola Pau Claris ens venen a ensenyar la coreografia que van preparar a l'escola per al Nadal.





Goig Dansa per Nadal i per Carnaval!



Amb molt poquet temps de diferència, donat que aquest any Carnestoltes ha caigut molt a prop de Nadal, el grup de Goig Dansa ens ha vingut a veure en dues ocasions.

Primer, passades les festes nadalenques per mostrar-nos les diferents coreografies que havien preparat per a Nadal. Passats uns dies, ens van ensenyar el ball que van realitzar a la Rua de Carnestoltes de la Seu amb el qual van guanyar!

Moltes felicitats i moltes gràcies per venir!



Celebracions religioses

Hem celebrat la festa de la Mare de Déu de Lourdes, la Jornada Mundial del Malalt i l'any de la Misericòrdia. Avis, malalts, familiars i voluntaris han participat activament i hem aconseguit una celebració molt viscuda i una missa molt solemne en el Centre de Dia de la Fundació Sant Hospital. S'ha administrat el Sagrament de la Santa Unció a tots els avis, malalts i familiars, que han manifestat el desig de rebre'l i s'ha fet amb molta devoció. Tot seguit de la missa, ha hagut la Solemne Benedicció de Jesús Sagramentat amb la Custodia, recorrent la Sala i beneint a tothom. S'ha portat també aquest Sagrament a molts malalts enllitats.



Trobades amb l'Església Evangèlica

Hem començat a fer trobades periòdiques, després d'una prova pilot i hem comprovat que els resultats eren beneficiosos tant per al grup de joves de l'església evangèlica com per al nostre grup de residents. Hem acordat que el segon cap de setmana de cada mes vindran i ens amenitzaran una estoneta els dissabtes al matí.





Taller de cuina

Durant el mes de febrer, hem elaborat en el taller de cuina dos berenars: gelatina de iogurt amb fruits del bosc, rotllets de xocolata i pasta de full farcida de cabell d'àngel. Tots ells ens van sortir per llepar-nos els dits!



AP's Mans que es mouen, ments que comparteixen



L'experiència és un grau, això diuen!
Doncs ho demostrem. Els nostres avis ja en saben una mica més de fer anar les tauletes. Moltes gràcies a tots els nens que ho feu possible!

Històries o contes

El ball

Esquerra, esquerra, dreta, dreta, davant, rere, un, dos, tres... Quans records em porta la cançó de la *yenka*, de quan anava a ballar amb les meves amigues al club de natació o a la Cooperativa de Sabadell, on hi vaig viure molts anys.

Cada diumenge anàvem al cinema o a ballar, encara que per als meus pares sempre anàvem al cinema, doncs no em deixaven anar a ballar. Jo havia de mirar-me les cartelleres per explicar-los la pel·lícula que havia dit que anava a veure i, sobretot, havia d'estar a les 9 a casa.

Em donaven 5 pessetes, dues eren per a l'entrada, una per a la taula i una altra per a la Coca-Cola. La pesseta que sobrava l'anava estalviant o, de vegades, em comprava una pasta.

Cap a les 5 de la tarda sortíem de casa i després de 30 minuts caminant arribàvem a la sala de ball. Teníem una taula reservada on ens asseiem les 6 o 7 amigues i esperàvem a que algun noi ens tragués a ballar. Si ballaves més de tres balls seguits amb la mateixa persona, llavors representava que t'agradava. El noi havia d'acompanyar-te a la taula, si no era una ofensa. Ballàvem de tot: el rock-and-roll, la samba, el pasdoble, el tango i el twist.

Jo sóc molt baixeta. Un dia, hi havia un noi molt alt a la sala de ball, amb les meves amigues fèiem broma de com seria ballar amb ell i com va ser la meva sorpresa, quan s'apropa a la taula i em demana sortir a la pista. Després d'un ball li vaig haver de dir que no érem compatibles, li arribava al melic.

**M. TERESA
FERNÀNDEZ**



Les nostres receptes



Girella del Pallars

Per la Sra. Maria Juanmartí

Ingredients:

Tripa de xai	Molla de pa
Arròs (escaldat)	Ous
Carn de xai	Cansalada virada
Freixura i cor de corder	Alls
Julivert, sal i pebre	

En primer lloc és necessari netejar la tripa del xai. Netegeu i bulliu el cor i el pulmó del xai. En una cassola, trenqueu els ous i poseu-hi el pa. Remeneu-ho tot bé amb l'arròs, la sal, el julivert i el pebre. Afegiu-hi la cansalada i la carn tallades a dauets. Remeneu-ho bé i ja ho podeu embotir i cosir.

Quan tingueu totes les girelles a punt, poseu-les en una olla on hi hagi aigua tèbia i sal, com si fos brou. Un cop arrenqui el bull, deixeu-les bullir una hora. Escorreu-les i poseu-les en una safata.

La girella es pot servir a rodanxes fines, passada per la paella o una mica rostida.

Remeis Casolans

Com treure berrugues

Per la Sra. Montserrat Palau i el Sr. Josep Bonet



S'agafa un tros de dent de lleó quan esta florit, sense altra preparació, el freguem per sobre la berruga fins que deixi anar el suc. S'ha de realitzar l'operació cada dia.

De la mateixa manera, es pot aplicar llet de figuera.

Un altre remei casolà per a les berrugues és fregar-hi per sobre all picat 2-3 vegades al dia fins que aquesta desapareix.

Els remeis casolans recollits provenen de l'experiència dels padrins i de la cultura popular. Cal recordar que no tenen una base mèdica o científica comprovada.

Parlem amb la gent gran

El nostre pare

**Necessitem la llum d'una mirada
que ens faci entendre el món.
Necessitem l'escalfor d'una besada
que ens assereni el front.**

**Tots som humans,
meitat carnals i àngels,
meitat pau i terror.**

**Tots som infants
i tots, rebels o dòcils,
necessitem amor.**

**JOANA RASPALL
(Batecs de paraules)**



El 19 de març (Sant Josep) és el dia del pare, se celebra en honor a tots els nostres pares que han tingut la virtut de tirar-nos endavant i proporcionar-nos l'educació i el respecte que hem de tenir cap els altres.

Què és per a vosaltres un pare?

Un pare és aquell qui s'estima els seus fills per sobre de tot i, també, a la seva dona. En general, els nostres padrins refereixen que és qui proporciona seguretat i estabilitat a la família. Tanmateix, l'escenifiquen amb un paper autoritari i essent molt treballador.

Aquesta definició és compartida per la gran majoria dels nostres padrins ja que van viure en una època en la qual el rol de pare era el més important dins la família. Tot això ha anat canviant amb els anys, adquirint un paper més actiu. Ara, els pares també tenen cura dels fills, de la casa i, per tant, comparteixen tasques amb la mare, formant un equilibri familiar. Les decisions ja no les pren només una persona, sinó que hi ha una participació familiar.

En resum, els nostres usuaris recorden el seu pare amb molta estimació, pot ser com a un membre més passiu en la implicació familiar però a l'hora més permissiu. El recorden com una persona treballadora, molt implicada en el benestar familiar i que passava hores d'oci amb els seus fills.



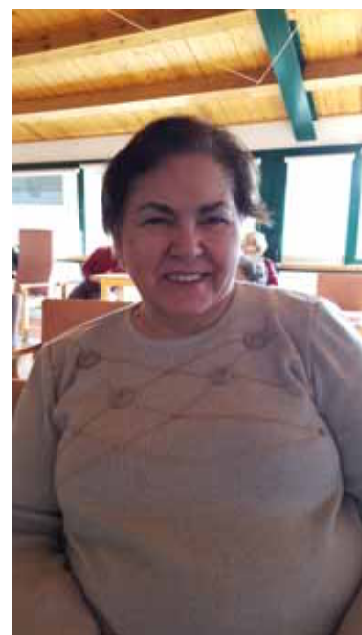
Antònia Graell: era molt estimat, molt bona persona i va morir d'un accident amb només 37 anys. Abans de morir, em deia que cuidés del meu germà que li agradava molt jugar amb el foc. El meu pare es deia Joan.

Carmen Millan: el meu pare era molt bo, era petitó perquè era coix. Va treballar com a pastor però quan no tenia feina anava a recollir llenya amb una bèstia. El meu pare es deia Cesáreo. Quan jo servia a casa d'uns senyors a Noves, ell em portava el berenar.

Ramona Bonet: el meu pare es deia Isidro, era una persona molt normal i noble. Quan ens portàvem malament ens deixava passar les coses. Li agradava molt fer bons àpats familiars.

<<Un bon pare, val per cent mestres>>

Jean-Jacques Rousseau



Maria Rosa Isern: era un home molt robust, treballava de pagès. El seu caràcter era una mica autoritari, era qui manava. No obstant això, era una persona molt noble. El meu pare es deia Pere, i me'n recordo que em feia anar a plegar olives tot dient-me que no en podia quedar cap. Les recollíem a la casa de pagès de Fígols, la Masia Escalles.

<<Quan jo tenia 14 anys, el meu pare era tan ignorant que no podia suportar-lo.

Però quan vaig fer 21 anys, em semblava increïble que el meu pare hagués après tantes coses en 7 anys>>

Mark Twain

Maria Soler: era un home baixet, molt bona persona i molt noble. Estimava molt la seva família i sempre estàvem junts. El seu nom era Basilio.

Montserrat Palau: el meu pare era molt bona persona, s'anomenava Lluís. Va treballar com a pagès. Nosaltres vivíem en una casa molt pobre, però gràcies a ell mai ens havia faltat res, fèiem pa a casa i el repartíem entre tots.



<<Un pare s'ocupa més de 10 fills, que 10 fills d'un pare>>

Adam Smith



Margarida Buchaca: el meu pare era normal i de molt bon caràcter. Ens cantava cançons. Es deia Antoni. Me'n recordo que el van cridar per anar a la guerra quan li quedàvem pocs dies per complir els 50 anys, tots ploràvem perquè no volíem que marxés. Finalment, quan va complir els 50 anys va retornar cap a casa.

Maria Juanmartí: el meu pare es deia Joan. Era molt bona persona i també treballava de pagès. Me'n recordo que jo l'ajudava a cardar les ovelles.

Francisco Bullich: el meu pare es deia Miquel. Quan s'enfadava tenia molt geni. També treballava de pagès. Ell em manava d'anar a cuidar les ovelles quan jo era petit.

Marina Rodríguez: el meu pare es deia Victoriano. Treballava com a fuster al poble i era molt bona persona. Me'n recordo que va marxar cap a Amèrica a treballar i va tornar al cap d'uns anys.



<<Mai coneixem l'amor d'un pare, fins que, nosaltres mateixos, ens convertim en pares>>

Henry Ward Beecher

Recordem



Els militars

Els nostres usuaris del sociosanitari ens recorden els temps en els quals a la Seu hi havia els militars.

Van instal·lar-s'hi després de la guerra civil espanyola i varen estar fins a finals dels anys 80, quan va ser destruïda la caserna militar de la Seu d'Urgell.

Com podem observar a la fotografia, la caserna principal de la zona estava situada d'alt d'un turó, al poble de Castellciutat, on els militars dormien i realitzàvem els seus àpats, així com els seus entrenaments.

Moltes persones d'arreu d'Espanya i de Catalunya venien a la caserna de Castellciutat a realitzar el servei militar i hi passaven uns quants mesos.

Això implicava que molta gent visités la Seu d'Urgell, doncs a més dels propis soldats també venien a visitar-los les seves respectives famílies, sobretot quan havien de jurar la bandera. Les maniobres les acostumaven a fer al camp militar de Sant Climent Sescebes, a la província de Girona.



Molts militars no residien específicament a la caserna de Castellciutat, sinó que llogaven habitacions als ciutadans de la Seu d'Urgell per a passar-hi les temporades.



Els ciutadans els hi proporcionaven acomodament i els àpats del dia. Algun dels nostres usuaris ens recorda que els militars hi passaven llargues temporades a casa seva i els hi agradava escoltar la música que ella els hi posava. Amb els anys, l'usuària ha continuat rebent visites d'aquells militars que van acollir i també ha estat convidada a diferents esdeveniments familiars.

Molts militars i les seves famílies, baixaven a la Seu d'Urgell a comprar i a menjar als seus restaurants, per tant, la ciutat estava ben plena de comerços i de restaurants. Van donar molta vida i riquesa a la ciutat durant molts anys. Els mercats sempre eren plens de persones que venien de la caserna i passejaven pels carrers de la ciutat o compraven als seus comerços; els restaurants i els bars estaven plens de gom a gom. També participaven en les festes de la Seu d'Urgell.



Molts familiars dels militars visitaven la ciutat per veure com els seus fills juraven la bandera i finalitzaven el període del servei militar, per tant, es congregava una multitud de persones per acudir a l'esdeveniment i de pas menjaven o es quedaven a dormir a la ciutat. Alguns dels militar van arribar a casar-se amb urgellenques i van formar la seva família a la ciutat. S'acostumaven a conèixer als balls o a les sales de festes que hi havia a la Seu.

Cap als anys 80, hi va haver un període de retrocés de la ciutat, ja que va ser eliminada la caserna de la Seu d'Urgell i posteriorment van derruir la de Castellciutat. Per tant, molts militars van marxar i van deixar de visitar la ciutat, contribuint de manera negativa en el comerç.

Molts dels nostres usuaris reconeixen la gran aportació que van fer els militars a l'economia de la ciutat i com, la seva desaparició, va comportar un abans i un després en els comerços i restaurants. Avui, encara ens podem trobar alguns militars que hi varen viure aquí, i alguns que visiten la ciutat tot recordant el seu període militar.



La mona de Pasqua

A continuació us presentem una recepta per fer una Mona de Pasqua de manera molt senzilla, ràpida i bona.



Ingredients:

- 1 iogurt
- 3 mides de iogurt de farina
- 2 mides de iogurt de sucre
- 1 mida de iogurt d'oli
- 1 sobre de llevat
- 3 ous grans
- 1 rajolí de llet



Barregem tots els ingredients en una bol i ho passarem per la batedora. Tot seguit, ho col·loquem en un motlle (d'uns 25-30 cms de diàmetre) i ho posem al forn a 180° durant 45 minuts.

Si ho preferiu, hi ha la versió exprés: microones a temperatura màxima durant 7-8 minuts.



Un cop cuit el deixem refredar i l'obrim per la meitat.

El farcim de la mermelada que més ens agradi, nosaltres hem preferit fruits del bosc. El tornem a tapar i procedim a fondre la xocolata negra per fer la cobertura.

Amb molt de compte anem tirant la xocolata fosa per sobre de la base i l'anem aplanant i traient la sobrant.



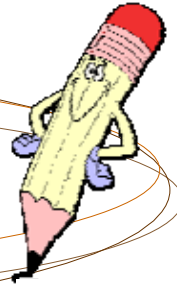
Fonem la xocolata blanca i la tirem per sobre de la negra fent línies.

Decorem amb el que vulguem: una gallina, un ou, plomes, floretes...

El deixem refredar a la nevera i VOILÀ!

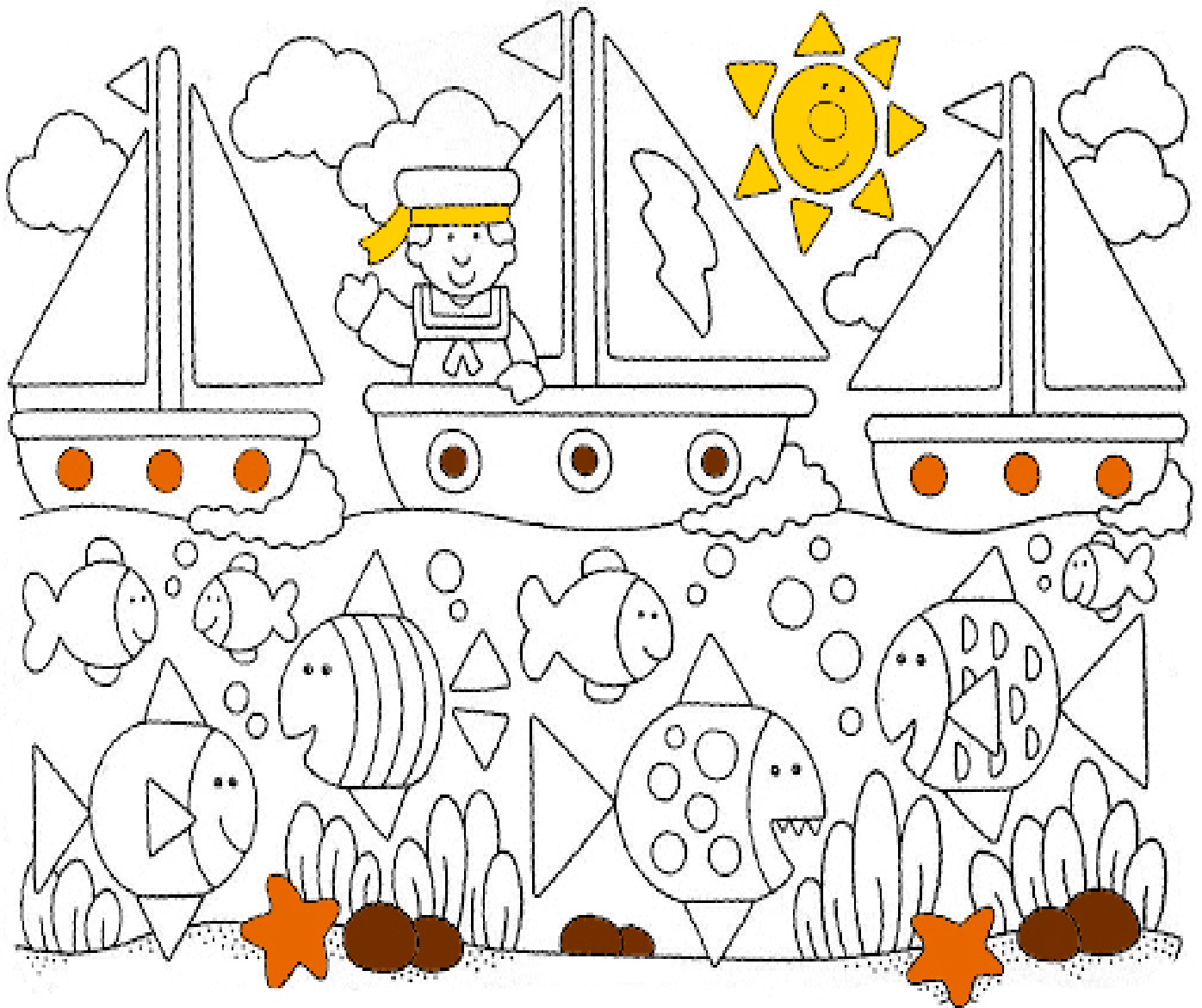
Bon profit!

Oci i Cultura



Compta triangles

Quants triangles hi ha en aquest dibuix?



Lletres caigudes

Col·loca per columnes a les caselles superiors les lletres que han caigut i podràs llegir una frase.

J	U	S	T	R	I	M	A	C	E	M	E	N	Ç	A	T		
L	A		P		H	A		V	O	R	A		T	O	T		
I	P	R	I	M	E	S	E	S	E	F	E	N	R	L	E	S	
			J	A		E	R		V		U	L	O		S	.	

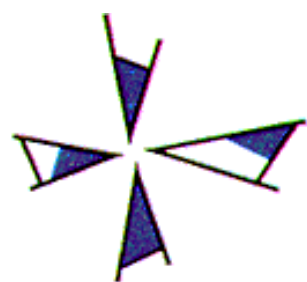


Combinació de números

Hi ha 24 possibilitats per combinar les xifres 5, 6, 7 i 8.
Nosaltres en diem 20, troba les que falten

5 6 7 8	8 5 7 6		7 6 5 8
6 7 8 5		7 6 8 5	6 5 8 7
7 8 5 6	6 8 7 5	5 7 8 6	
5 7 6 8	5 6 8 7	8 7 5 6	8 6 5 7
	7 5 8 6	8 7 6 5	7 5 6 8
6 5 7 8	8 6 7 5	5 8 6 7	6 7 5 8

Solucions: hi ha 34 triangles.
Lletres caigudes: La primavera tot just ha començat i ja es veuen les primeres flors.
Combinació de números: falten el 5876, el 6857, el 7865 i el 8567.



fundació
sant hospital
la seu d'urgell