Centre Geriàtric
Adolfo Montañá Riera
Fundació Privada
Hospital Asil de Granollers

fes-te gran

Núm. 4
Juliol 2014

La veu dels residents

- Activitats
- Actuacions
- Dia Del resident
- Voluntariat

editorial

L' exemplar que teniu a les vostres mans pretén ser una eina informativa de les accions i/o activitats que es realitzen a la Residència i, al mateix temps, ser un espai participatiu on residents, familiars, voluntaris i professionals puguin donar a conèixer temàtiques i habilitats que hom té.
També ens ha de servir per donar-nos a conèixer als companys i al mateix temps explicar anècdotes, vivències i valors recordant aquelles petites coses que per a un tenen un valor molt preuat.

A l'equip de la revista ens ha semblat que el format mes adient i que volíem treballar i transmetre seria com un gran davantal de les iaies i les mares d'anys enrere, que servia per eixugar les llàgrimes dels nens, per netejar els seus nassets bruts, per abrigar-los quan feia fred, per refugiar-s'hi els tímids quan venien visites, per transportar pollets que necessitaven teràpia intensiva, per treure ràpid la pols d'un moble en cas de l'arribada inesperada d'alguna veïna...

Per acabar, agrair a totes aquelles persones que han col·laborat en aquesta edició, ja que els ha suposat un gran esforç i al mateix temps superar reptes que, de ben segur, mai s'havien plantejat.

Anna Mª Marquès
Educadora social

sumari

→ Editorial

→ És notícia

→ El racó de les lletres

→ El davantal de la iaia

→ I tu? Saps com sóc?

→ Espai salut

→ La recepta

→ Pensa i diverteix-te

Fes-te gran *la veu dels residents*

Fes-te gran la veu dels residents. "Segona etapa" Revista de la Residència Centre Geriàtric Adolfo Montañá. Manel Cornellà, s/nº O8402 Granollers.
Directora: Teresa Riera.
Coordinació: Anna Marquès (Educadora social)
Consell de redacció: Anna Marquès i residents del C.G.A.M.
Disseny i maquetació. Aloy Andreu i Anna Marquès
Agraïments especials a : Mª Rosa Pi, Raquel Sánchez, Santi Vallbona, Miquel Maynou (Associació Voluntaris de l'hospital) i Jordi Mayol, Anabel González, Josep Mª Sanglas, Rosa Bayó (Col·laboradors).
Aquesta publicació es una mostra dels tallers i activitats que els residents realitzen dins el programa d'estimulació socioeducativa (Educació social).

VOLUNTARIS

En Josep M. Coll, delegat dels voluntaris del Geriàtric, fa un any i mig que cada matí deixa la motxilla amb totes les seves preocupacions personals a la porta de la Residència perquè pensa que no pertanyen als residents i entra amb un somriure en un món diferent. Tot ell flueix amb un nou sentit de la vida i el més curiós és que quan surt i recull la seva motxilla la troba molt més buida que abans. S'hi troba tan feliç entre els residents que li sembla que el temps s'escurça, i es fa més breu. Al principi del seu voluntariat estava sol i es repartia ara aquí, ara allà, amb tasques que s'anaven presentant. Ara està més acompanyat i la idea de formar una pàgina web del voluntariat se li fa atractiva per donar a conèixer tota la felicitat que el voluntari troba en aquesta tasca.

En Miguel Àngel va trobar el voluntariat a través de la treballadora social. Prejubilat, al principi omplia el temps ara anant a fer una *cerveseta*, ara un cafetó...Veient que així no se sentia satisfet, va canviar l'estil de vida: ara se sent valorat, integrat, ha augmentat la seva autoestima, sembla com si l'activitat de voluntari l'hagués feta tota la vida. Ell mateix ha tingut la iniciativa de reunir alguns residents al jardí perquè es comuniquin entre ells mentre prenen el sol i respiren l'aire pur de Granollers.

La Sra. Conxi Delgado ve al Geriàtric com a voluntària juntament amb el seu marit. Avui pinta les ungles a la Sra. Montserrat Urpinell. Li agrada venir i sent que rep molt més del que dóna, com tots els voluntaris amb qui he parlat. S'emporta vivències, tendresa i satisfacció.

Mentre parlo amb ella, veig com un dels residents, ancorat a la seva cadira de rodes, li passa dissimuladament un caramel a una residenta del seu costat, ancorada com ell. Aquest gest de tendresa m'ha emocionat i també m'emporto a casa aquesta vivència com un regal.

Mª Rosa Pi

INTERGENERACIONALS

El voluntariat escolar és practica habitual des de l'any 2003 a la residència de la FPHAG. Neix amb la intenció d'acostar els nois i noies a una realitat social i humana que, per la procedència familiar i els ambients quotidians del seu entorn, desconeixen.

La figura de l'avi a casa, actualment, és poc comuna. El fet de viure en un nucli familiar on només conviuen els pares i fills fa que la convivència amb persones grans no sigui possible en el dia a dia. Això comporta un desconeixement per part dels joves sobre aspectes de les persones grans. Moltes vegades tenen el concepte que són avorrits i que no els entendran.

Alumnes de l'escola Pia de Granollers

De esquerra a dreta: Jordi Mayol , Queralt Castells, Ariadna Baldich, Anna Martín, Max Pinet i Ariadna Serentill

Per tant , dins aquest programa ens plantegem uns clars objectius:

- Ajudar l'alumnat a obrir-se cap a realitats socials diferents a la seva.

- Contribuir a la formació de nois i noies més sensibles a la realitat social actual.

- Potenciar la crítica cap a un model de societat.

- Ajudar-los a trobar "recompenses" en la gratuïtat del treball voluntari: els alumnes, fora de les hores lectives, dediquen un temps als altres.

Les activitats i/o accions que realitzen amb les persones grans són de caràcter lúdic i permeten compartir habilitats, coneixements, transmissió de valors i experiències entre tots/es.

Aquest voluntariat el venim realitzant amb l'Escola Pia de Granollers, des de l'any 2003 i tot i que cada curs l'alumnat és diferent, nosaltres mantenim la coordinació constant amb les professores-tutores.
Darrerament s'han interessat i participat de forma esporàdica altres centres educatius de la comarca: El Ginebró de Llinars del Vallès i els Maristes de Mataró.

Un clar exemple del que sent aquest jovent després de haver realitzat l'experiència de conviure amb gent gran és la que van explicar el dimecres dia 7 de maig en els actes de la Festa del Voluntariat que va organitzar l'Hospital de Granollers. Va ser el moment d'expressar que mai haurien cregut que es rebés tant a canvi de poc.

Afegiren que es sentien realment a gust i que s'ho passaven molt bé.

A més, van destacar que mai haurien cregut que persones que no els coneixien s'interessessin per ells i patissin en cas que suspenguessin alguna matèria de l'escola, per exemple...

Anna Marquès

ACTIVITATS

Des de la publicació del darrer número de la revista s'han realitzat un munt d'activitats de diferents característiques i que intentarem descriure per tal d'evocar els records i les emocions viscudes en l'any 2013.

Al llarg de l'any, participem i col·laborem amb un munt d'accions i activitats socioculturals:

- Col·laboració amb la realització d'un gran pòster el dia de les jornades de rentat de mans.

- Visita a l'exposició de pintures de quadres a l'Hospital de Dia de Sant Jordi.

- Sortida a comprar el planter per l'Hortet.

- Venda de números i rifa de dues televisions

- Obra de teatre per la Companyia Gregorio Resina.

-Sortida a la inauguració de les Jornades de la Gent Gran (Ajuntament de Granollers).

- Participació en la mostra de manualitats en les Jornades de la Gent Gran de Granollers.

- Redacció d'escrits i maquetació de la revista.

- Plantar i conrear l'Hortet durant tot l'estiu.

- Xerrada POCS (Prevenció de l'onada de calor).

- Gravació musical felicitant les festes nadalenques.

- Actuacions, corals i grups musicals:

Amics de la Unió

Tarats pels relats

Coral Art i Unió

Coral de La Gent Gran de Granollers

Coral Scandicus ...

I les activitats continuen...

MUSICOTERÀPIA

No ens voldríem oblidar de les tardes agradables que ens feia passar el Mateu Aragay amb els seus instruments. L'esperàvem que vingués amb molta il·lusió perquè amb les seves cançons i tonades feian que la tarda ens passes en un tres i no res.
A l'acabar l'estada,vam organitzar una festa a la sala del menjador perquè tothom en pogués gaudir. Cal aclarir que les sessions les realitzaven a la primera planta de la Residència.

TARATS PELS RELATS

El grup poètic de Sabadell, encapçalat per la mestre Mª Rosa Pi, ens va oferir a la Residència i a l'Hospital de Dia un recital de lectures de poesies, que els assistents van agrair pel to que utilitzaven a l'hora de transmetre-ho al públic assistent i per l'emoció i sentiment que vessava de cadascuna de les diferents poesies.

CINEMA

L'activitat realitzada el dia 9 d'octubre amb motiu del Dia Internacional de la Gent Gran, anava destinada a les persones que utilitzen els diferents recursos de la FPHAG :" Residència, Hospital de Dia Geriàtric i Hospital de Dia Sant Jordi".

L'esdeveniment va tenir lloc a la sala d'actes del Centre Geriàtric i vam comptar amb la presencia del director del film, que va dirigir unes paraules al públic assistent. Posteriorment és va entregar la televisió premiada en el sorteig realitzat a la residència; gràcies a la donació realitzada pel Sr. Jaume Busquets. Els diners recaptats, serviran per realitzar activitats per als residents.

Acte seguit, es va projectar la pel·lícula. **"El baró de trenta passes"** realitzada a la ciutat de Granollers. Els actors/actrius són persones que viuen en el barri de l'hospital. Cal destacar que a la Residència Adolfo Montañá viu la Sra. Maria que hi té un paper destacat: narra una història que s'ajusta a la realitat en la que ens trobem, tot i utilitzant

un llenguatge clar i entenedor, en definitiva, el que parlem habitualment en el dia a dia.

L'argument, tot i ser tràgic, tenia notes de connotació humorística que va provocar més d'un somriure en el públic. La trama relatava la malaltia del protagonista "el baró", afectat d'un brot de tifus, que contracta d'una infermera per tenir autocura i avisar a la família més directa fent-los coneixedors del procés.

L'activitat va reunir al voltant de 125 persones. Es va contar amb la col·laboració dels professionals de cada servei i de 6 voluntaris, per tal de portar a terme una bona coordinació i gestió de l'activitat. També assistiren a l'acte, alguns actors i actrius i familiars dels residents.

Anabel González

INTERGENERACIONALS

El dia de la festivitat de Sant Josep de Calasanç,(29 de novembre), vam realitzar una activitat pedagògica conjuntament l'Escola Pia i l'Hospital de Granollers.
Els joves, alumnes de 3er. de ESO, van venir a tenir una presa de contacte amb els residents i les persones que venen a l'Hospital de Dia del Centre Geriàtric.

Es va realitzar una activitat conjunta. Aquesta vegada el tema treballat va ser la decoració nadalenca.
El nombre d'alumnes participants va ser de 40 distribuïts en grups de tres.

I què fem al desembre...

El mes de desembre és un període en què la residència està molt viva i dinàmica, per les activitats que s'hi realitzen.

En aquest mes, les activitats prenen un caire diferent, més lúdic, com l'ornamentació dels carrers i places, sense oblidar l'eix principal, la sala d'estar.

Les portes dels residents es van decorar amb un pergamí de sac.

Per donar la benvinguda als Reis , es van pintar uns fanalets, donats per l'Ajuntament de Granollers. El fet de ser grans no priva que esperem amb molta il·lusió la seva visita i que els oferim una gran rebuda.

Tampoc podia faltar una de les activitats més tradicionals a la Residència com és fer cagar el Tió amb els infants de l'Escola Granul.larius. Els infants conjuntament amb els residents, van fer una gran cantada i, acte seguit, la corresponent, picada de bastons, que va produir la màgica sorpresa, la més esperada per tots. El tió va cagar un munt de regals destinats a cada infant i també uns jocs per poder jugar a l'escola tots plegats. Possiblement, el moment més emotiu que vam viure els presents va ser; quan cada infant va obsequiar als residents amb un obsequi.

Diferents actuacions ens fan passar una estona agradable, els dolors i els mals no hi tenen presència. És comú escoltar les rialles que ens provoquen diverses situacions i que fan passar les hores ràpidament : pallassos com Coloreta i Spantoja, i el grup musical Nessum Dorma.

La màgia va ser un altre acte que va fer les delícies dels presents. El Màgic Pol i el Mag Sebi, van captivar els assistents amb els seus trucs i tot i que van fer participar a alguns residents i els van permetre de mirar tot de ben a prop, al final de l'actuació, solament deien que "sembla mentida que essent dos mags tan joves no haguem pogut veure com ho feien". Des de la redacció els encoratgem a que la màgia continuï a la Residència.
Però no només van ser els mags qui ens feren ballar el cap, també altres sorpreses ho varen aconseguir. A tall d'exemple: "La Queta disfressada de pallasso".

I, tal i com mana la tradició popular nadalenca, no hi podia faltar el pessebre que es realitza a la Residència. La germana Pilar Castellanos amb el seu equip de pessebristes, els senyors Siscu Felipe i Rafael Lledó ens delitaren amb una maqueta digna dels millors professionals d'aquest art. Com a dada curiosa cal esmentar que hi havia un estanc d'aigua on hi havia peixos de veritat, en Rafael era l'encarregat de donar-los de menjar diàriament.

Tampoc podia faltar al voltant del pessebre una cantada de Nadales. L'artista musical de la casa, la Sra. Joana Fernández, amb el seu art de tocar la guitarra i adaptar la lletra a cançons conegudes, va composar la cançó del Nadal " *A la Residència arriba el Nadal"*, que cantàrem tots plegats al voltant del pessebre i que va ser enregistrada i utilitzada com felicitació nadalenca de la Residència i publicitada en el web de l'Hospital i el *twitter*. Com a dada rellevant cal anomenar l'iniciativa que varen tenir els alumnes que realitzen el voluntariat de l'escola Pia a venir amb nosaltres a cantar, i la sorpresa fou quan en el Max Pinell i el Jordi Mayol debutaren com a "palmeros".

L'altra obra creativa que ha donat molt de parlar va venir acompanyada de la mà de l'altre artista creativa que tenim a la Residència, la Sra. Iolanda Delgado: va fer la maqueta i donar la idea per a la realització de l'arbre de Nadal. Donada la complexitat de l'elaboració i participació que va reportar aquesta activitat, la redacció creu oportú dedicar-hi un apartat a part explicatiu, que informarem en el proper exemplar.

I per acabar, donar les gràcies a totes aquelles persones que han fet possible amb el seu suport la realització d'aquestes activitats: professionals i voluntaris de l'Hospital.

ACTIVITATS 2014

Iniciem un nou any amb la primera activitat que omple de rialles i d' il·lusió la Residència. És la arribada de SSMM Els Reis Mags d'Orient, que com a premi d'haver-nos portat bé al decurs de l'any ens obsequien amb regals.

S'inicia amb una cavalcada que dóna la volta al recinte hospitalari i que acaba a l'edifici històric on el director de l'hospital, el Sr. Rafel Lledó, els dona la benvinguda.

Nosaltres, mentrestant, aquí a la Residència enllestim els darrers preparatius per rebre tan importats personatges. Tothom està molt nerviós. Les famílies van arribant i, amb ells, els infants que volen passar una vetllada agradable amb els seus avis i/o besavis.

La Sra. Carolina prepara la lectura de benvinguda...

Nosaltres, ja ho sabeu, : som una gran família, vinguda de diferents llocs, que vivim aquí en aquest Centre Geriàtric de la Fundació Privada Hospital-Asil de Granollers. I el nostre desig és rebre aquests dons que vosaltres escampeu arreu i viure'ls al llarg de tot aquest any ***2014.***

Taller de premsa

Taller de premsa

Carnestoltes

Segons mana la tradició CARNESTOLTES és un seguit de dies abans de la seriosa Quaresma en els quals es dóna poder al REI DELS POCASOLTES.

Aquests dies es permet burlar-se dels qui tenen la paella pel mànec. Sota la tapadora de les disfresses, els pobres es riuen dels rics opressors, una mena de venjança que durarà molt poc, fins que caiguin les màscares i tothom es torni a veure cara a cara.

Al Geriàtric hem volgut participar en aquesta celebració disfressant els animals que també es burlen dels seus amos.

I con que aquesta festivitat es complementa amb una passada, la Joana i la Iolanda van preparar una gran rua marinera, que va desfilar

per diferents espais de la Residència i del Centre Geriàtric, i que va oferir un fi de festa amb música i ball inclòs..

Taller de premsa

Actuació de l'humorista Jordi LP

Al voltant de 100 persones varen assistir a l'actuació"*Sempre hi haurà algú"* que va fer l'humorista Jordi LP el dia 7 de febrer a les 11 del matí a la sala d'actes dins la X Jornada de la Salut.

L'espectacle va omplir de rialles i records els presents, al cantar cançons de altres èpoques i que eren ben conegudes pels residents.
Per a l'activitat vàrem comptar amb el recolzament dels voluntaris de l'Hospital que ens ajudaren en tot moment i vetllaren per tal que els presents poguessin passar una estona ben divertida.

Visita a la cuina de l'Hospital

Una representació de residents visitaren la cuina el dia 5 de març d' enguany.
La visita va resultar ser molt didàctica i pogueren observar entre cuines, fogons i neveres, tot el procés que recorren els aliments abans de ser servits a la taula.
Cridà molt l'atenció la distribució de zones i com de gran que era, així com les explicacions que ens donaren sobre els aliments.

Sant Jordi

Un immens mural amb poemes feia presència al menjador de la Residència, era el producte final dels esforços realitzats per tots aquells/es residents/es que participen en els tallers.
Al bell mig Al bell mig del plafó hi presidia la senyera catalana que va estar realitzada amb agulles d'estendre roba i que els artistes en

marqueteria donaren la forma d'escut.

Al voltant diferents poemes acompanyats d'una rosa pintada eren el complement perfecte.
La diada transcorregué entre la venda de roses i la visita del Sr. Alcalde Josep Mayoral, qui va conversar amb els presents tot i oferint-los una rosa.
Els joves de l'Escola Pia de Granollers, el divendres dia 25, vingueren i llegiren a cadascun dels diferents residents un poema i els hi portaren una rosa confeccionada per ells mateixos.

Festa voluntariat

El dia 7 de maig a la sala d'actes es celebrà la Festa del Voluntariat. Els residents participarem en la mateixa realitzant l'adornament de la sala. Per tal fi, es realitzaren uns plafons decoratius que lustraven el que pretenïem transmetre i que explicàrem com un conte.

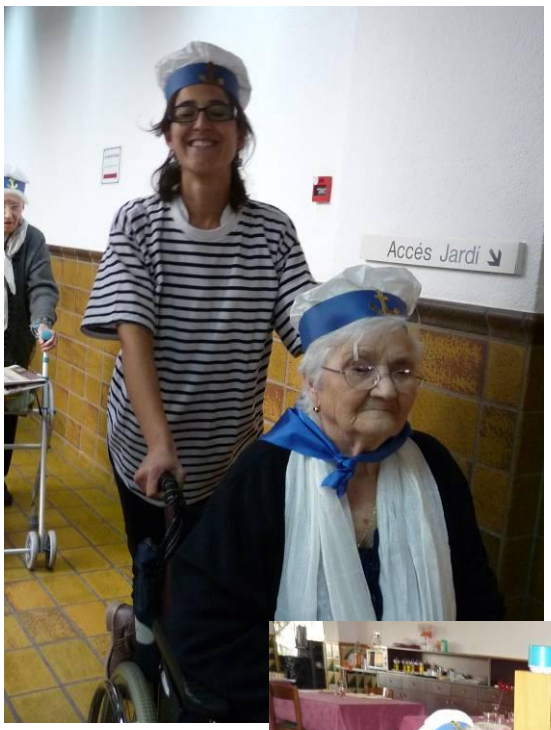
"Un munt de grues reposaven en un arbre fins que decidiren emprendre el vol cercant noves amistats i coneixences.
En el trajecte observaren que hi havia dues torres altes que tenien molts anys i decidiren entrar-hi, i es trobaren que a dins hi havia un munt de persones que amb els seus cants i les seves fintes volant podien alegrar la vida d'aquelles persones que hi estaven ingressades...". Havien entrat a l'Hospital de Granollers.

voluntaris

CONCURS
NADALES
2013

És notícia

És notícia



És notícia

És notícia

La Diada es va completar amb la lectura d'alguns articles de la revista i l'exposició de dibuixos dels residents

EL MUNDO
LA STAMPA
LE FIGARO
DIE ZEIT
DER STANDA
Le Presse

CONCURS
NADAL
2013

Detalls pessebre 2014

Madurar, imitar, envellir

Algunes persones tenen en el procés d'envelliment una experiència traumàtica: temen que amb la pèrdua de la seva espontaneïtat, resultat lògic del seu pas per la vida adulta, la recuperació dels valors més característics de la seva infantesa s'esvaeixin per sempre.

Aquesta negació interna vers la seva pròpia maduració, a voltes, pot esdevenir malaltissa, sobretot, quan interfereix directament en la nostra capacitat de fer front de manera positiva a les responsabilitats pròpies de la nostra edat cronològica. Quan això succeeix, diuen els experts, estem davant l'anomenada "Síndrome de Peter Pan".

D'altra banda, la pregunta més important davant la situació abans esmentada ha de ser a la força com afrontar-ho.

Així doncs, per intentar donar una resposta psicològica a aquest

> "La negació de la pròpia maduració pot esdevenir malaltissa. És el que s'anomena Síndrome de Peter Pan"

"problema" recentment en un programa de televisió un insigne doctor ens donava la seva opinió. Les seves conclusions són prou interessants com per tenir-les en consideració a l'hora de reflexionar-hi.

En primer lloc, caldria aclarir que la nostra intenció de preservar en la mesura que sigui possible en tarannà espontani creatiu i alegre dels infants és totalment lícit.

En el nostre desenvolupament com a persones un dels nostres somnis és, sense cap mena de dubte, imitar allò que fan els grans.

Quan deixem enrere aquest primer cicle vital ens produeix enyor aquesta, podríem anomenar-la "innocència per a l'aprenentatge", amb la qual cosa és molt important tenir experiències prou significatives a tots els nivells per millorar la nostra resposta davant els problemes plantejats. Aquests, és veritat, massa sovint deixen de banda la utilització de l'espontaneïtat en la seva resolució, però això no hauria de significar cap impediment per a l'abandó definitiu del nostre segell d'infantesa.

La nostra pretesa manca del nostre ser infant hauríem d'assumir-la com un pas necessari dins el procés de desenvolupament humà. En cas contrari, un tancament greu a la nostra manera de ser i en la recerca d'un millor tractament, o millor, raonament, d'aquesta innocència.

Uns valors assolits gràcies a la bona interacció amb el que ens envolta permet afrontar amb garanties la nostra tercera etapa e la maduració: la vellesa. Això vol dir afrontar-la conservant quelcom de les etapes anteriors.

Josep Maria Sanglas

Viure, perquè

Sí, val la pena viure,
Poder experimentar, sentir-se estimat.
És viure amb fecunditat.

Quan rebem d'una persona estimada,
Ens obre el cor a l'estelada
I ens aparta de tota enyorança.

Busquem camins d'apropament
per estar al costat de la gent
que s'ho passa malament.

Sí, dóna sentit al teu viure,
Omple el teu cor de bons sentiments
I allarga la mà al sofrent

No miris la teva petitesa;
Busca la grandesa
Repartint la teva riquesa.

Viure per els altres,
És la major saviesa,
Doncs, rebràs la glòria perdurable

Santi Vallbona

El Cabridet

Jo tinc un blanc cabridet
que bala de nit i de dia,
si sabés que vol, pobret,
ràpidament l'hi donaria
No té ni gana ni té set
ni el sol li porta alegria
li poso el jaç ben tovet,
li faig força companyia
El vaig comprar petitet
quan tot just la pasqua venia,
de la colla en el floret
era el més blanc que hi havia

Tots el volem a pleret,
enlloc més mimat estaria.
Ai! el meu blanc cabridet!
tindrà alguna malaltia?
La mare que em veu tristet,
em parla com jo no voldria:
és que es mor de melangia!"
"Enyora el seu ramadet
i la mare que el peixia!"
i jo que el veig tant tristet
li agafo el caparronet
i que més petons li faria!!

Rosa Bayó

El Pollastre Capat

Encara ahir, jo era un pollastret feliç, tenia vora meu unes gallines encantadores ho podeu ben creure, només que el meu amo m'ha deixat en un estat...que fins i tot em fa vergonya, us ho juro. Ah, però me les pagarà! A veure: puc fer una manifestació:

-Fora les castracions! siguem animals lliures!

No, això no aniria pas bé! Per fer una manifestació fa falta fer cartells i jo no sé escriure...no pas per culpa meva! a les escoles no

en volen de pollastres, ni que siguin capats...una altra discriminació! I a més estic sol, només hi ha aquestes gallines que ara ja no em serveixen de res.

I si fes una vaga de fam? tampoc, l'amo es capaç de dir-me que això ja ha passat de moda i a més, i si em poso malalt?

Ara bé. Sempre he sentit a dir que el pollastre és com un déu pel granger...bé, no exactament un déu, però sí molt important i els personatges importants, on protesten ? als diaris, oi? sí, però la gent se n'oblida de seguida...

Ja ho tinc! presentaré la meva decisió a l'amo: si vol que m'engreixi, (altrament no li reportaria cap benefici) m'haurà de comprar un TV en colors, la més moderna i gran de la botiga per distreure'm els moments en què...en tingui necessitat!

Mª Rosa Pi

DEJADME IR DESPACIO

Quiero ir despacio ,
quiero sentir el paso de la vida,
quiero que las hojas de los árboles
me acaricien al pasar,
quiero escuchar el canto de los pájaros
también de los que están encerrados
y piden libertad.
Quiero mirar al cielo y ver la noche
como se desespereza y viste.
Quiero mirarte y sentirte mi hermano,
quiero quererte y darte la mano.
Dejadme ir despacio!

autor afectat de Parkinson
que prefereix l'anonimat.

Anècdota de la Sra. Carolina

Després de molta insistència perquè aprengués a fer anar l'ordinador, la Sra. Carolina va cedir. Va agafar el ratolí, però, ai,las! li va desaparèixer, i ella el va buscar per tota la taula, però el molt astut se li havia amagat sota l'ordinador!
Ara la Sra. Carolina sap fer anar força bé la nova forma de comunicació i passa bons moments amb l'ordinador i amb el seu amic el ratolí.

L'ofici de la Sra. Carolina
Granollers era una ciutat tèxtil. Quasi tota la població treballava a les fàbriques. Jo també. El meu treball dins la fàbrica consistia principalment en passar els fils per les pues per interpretar el dibuix que el teòric havia dissenyat per a la tela que s'hauria de teixir. Per tant, jo era passadora. Però a vegades necessitaven algú que fes els nusos i aleshores feia de nuadora, feina molt difícil perquè s'han d'agafar els fils amb un ganxet. Les altres tasques del teixit també m'eren força conegudes, però no eren la meva especialitat. Recordo la secció d'ordir, les bitlles col·locades dins les llançadores,...
Era una feina que no es podia badar, perquè les llançadores anaven d'un cantó a l'altre del teler tan ràpidament que si badaves una mica et feien un trau al cap, perquè acaben en punxa.

Era una feina molt desagradable, les passadores havien d'anar enganxant fil per fil i quan es feia una trencada al fil del teler, per arreglar-ho perquè feia molt mal d'esquena.

Com que els telers feien tant de soroll, moltes persones que han treballat a la fàbrica perden capacitat d'oïda. Havíem inventat un llenguatge de signes per comunicar-nos mentre treballàvem ja que amb el soroll no podíem parlar. El signe del qual em recordo més és el de senyalar les 12, l'hora de dinar bellugant la mà cap a la boca.
La Sra. Carolina diu que ara no treballa, però això no és veritat, perquè a la Residència ajuda en tot el què pot a les seves companyes: li fa companyia si alguna està malalta i està al seu costat i això és un acte molt valuós de voluntariat.

El nostre gran cavaller: Sant Jordi

Una diada tan nostre com és la de Sant Jordi, és mereixedora d'una acurada *preparació,* tant és així que, per començar, es van seleccionar poemes d'autors catalans expressant el sentiment que aquesta diada desperta en el cor dels catalans. El pas següent no podia ser altra que exposar els poemes en un plafó a l'abast de la vista dels residents alguns dels quals hi havien contribuït amb un poema seu.

Els sentiments generen expressions artístiques, el dibuix i la pintura entre elles. Els residents empraren aquestes dues arts dibuixant i pintant la tradicional rosa vermella signe del triomf sobre els dracs que poden entorpir la nostra vida i aquest trofeu fou exposat a costat dels poemes. Cada dibuix estava enquadrat en un marc confeccionat en el taller de manualitats del Centre. Amb orgull molt legítim cada resident mostrava la seva obra que donava ambient de festa a la sala.

El dia de la festa, tots reunits al voltant dels poemes i els dibuixos, la Mª Rosa, el Sergi, la Iolanda, la Núria i l'Anna van fer una lectura de relats que els mateixos residents havien escrit dies abans, de records de la seva infància, de la seva joventut, del seu poble…molt emotius i nostàlgics alguns. Els actius escriptors, varen rebre un diploma reconeixent la seva participació.

A les 12:30 en punt, el Sr. Alcalde de Granollers, Josep Mayoral, va fer entrega d'una rosa a cada resident amb la cinta de la senyera catalana i va presentar el llibret, edició especial de Sant Jordi " *La veu dels residents"*, recull de relats explicats pels residents, que havien estat recollits al llarg de l'any i ara publicats pel Centre. En aquests relats hi ha reflectits trossos de vides, de records emotius, oficis escollits o imposats per les circumstàncies, retalls d'una guerra que no haurien pas volgut viure, nostàlgies del passat i molts sentiments difícils de definir…

Tant al Centre Geriàtric com a l'Edifici Històric es van vendre durant tot el dia roses. La venda la feien antics treballadors de la casa que aquest dia venen a oferir els seus serveis com a voluntaris, organitzats per la germana Pilar Castellanos.

Retalls d'Història

Entre les Senyores Mercè Matamala, Montserrat Urpinell, Maria Torrens i la Maria i Pepita Gonzalo han anat reconstruint retalls d'Història. Comença amb el record del principi d'una guerra que mai s'hauria hagut de produir, però que a elles als 5 ó 6 anys els va marcar la infància.

-"Era a buscar la llet i el meu pare em va venir a buscar i em va portar corrents a casa",: la guerra havia començat.

Totes coincideixen en que van passar gana, fred, por i morts a la família. El refugi era la paraula maleïda quan havien d'afanyar-se per arribar a sota les cases per pal·liar en el que fos possible el mal que podien fer els avions de bombardeig.

No valien els diners, es bescanviaven objectes o treball: ferrar un cavall a canvi de pa sec que després era el seu únic aliment sucat amb vi i sucre si en tenien.

Robar no era pecat, era una necessitat: patates, faves de l'hort del que en tenia. *"Es tractava de sobreviure"*. Es va formar la Societat de Pagesos dels "rojos".

De l'escola en tenen poc record, quasi bé no hi van poder assistir i els únics estudis van ser llegir, escriure i sumar, ni a dividir no van arribar, comenten, cosa que no els ha privat de ser unes persones actives, intel·ligents i que s'han sabut desenvolupar en les famílies que han format. El treball de teixidora, de minyona i de trencar pinyons i avellanes varen ésser no els oficis escollits, sinó els obligats, que els van permetre guanyar-se el pa de cada dia. De la Porxada, al centre de la vila de Granollers, n'expliquen que va ser destruïda per un bombardeig durant la guerra civil espanyola i que ara està restaurada. Tocant les columnes de la Porxada hi ha la Pedra de l'Encant on es venien productes d'agricultura i ramaderia. Segons la llegenda fou arrossegada per una riuada des de Corró i s'hi quedarà fins que una altra riuada se l'emporti.

Una mica d'història

La Sra. Rosa Casanovas és filla de la Gleva, poble d'uns 200 habitants prop de Les Masies de Voltregà. Només hi ha dos carrers: el de Dalt i el de Baix. És conegut el Santuari amb la Mare de Déu de la Gleva, una de les marededéus trobades. El poble viu del camp, si bé hi havia una fàbrica tèxtil ja tancada.

L'any 1941 el riu Ter es va desbocar a causa d'un aiguat i molta gent hi va perdre la vida. No va ser la primera vegada que minves la població arrel de desgràcies. El dia 4 de febrer del 1714 van ocórrer els "*Fets de la Gleva"* en els quals van morir moltes persones innocents.

Homenatge als màrtirs de La Gleva: El 6 de febrer de 2011 l'Associació Òmnium Cultural del Voltreganès organitzà la primera commemoració dels Fets de la Gleva.

En la esmentada commemoració els organitzadors havien convidat diverses associacions de miquelets i trabucaires a fi de realitzar salves d'honor en memòria dels assassinats per les tropes borbòniques el 4 de febrer del 1714. Les salves varen ser prohibides per la guàrdia civil i va ésser substituïdes per un minut de silenci.

Els Fets de la Gleva es refereixen al combat lliurat entre les tropes catalanes i les tropes borbòniques el 3 de febrer de 1714, i la posterior massacra de presoners de guerra catalans ocorreguda al santuari de La Gleva (Les Masies de Voltregà) el 4 de febrer de 1714, en el marc de la Campanya Catalana de la Guerra de Successió Espanyola (1705-1714).

Viatgem?

A Vilabella bons vins, bons aires i bons dansaires.

Per tota la comarca del Penedès, segons explica la Sra. Montserrat Urpinell trobarem bons vins i cava. Les vinyes van bressolar la seva infància ja que va néixer al Pla del Penedès.

Fent un recorregut per ciutats i pobles que van anar formant la seva imatge del món, anomena Sant Sadurní amb les seves famoses caves, Vilafranca del Penedès, Torrelavit on el romànic ens espera fent contrast amb el modernisme de "El Raspall dels Horts" on com segueix explicant la Sra. Montserrat es van filmar les escenes de la coneguda novel·la de TV3 "Nissaga de Poder" i on també podem veure el cementiri de Santa Fe en la mateixa contrada.

Castellers del Pla del Penedès

El raspall dels Horts

La Festa més important del Pla del Penedès és Sant Isidre, patró dels pagesos. Aquest dia, per demanar una bona terra ben abonada, es fa una gran processó que arriba fins a la Creu de Terme.

Aquesta no és l'única festa grossa del Pla del Penedès. Del 28 al 30 de juliol és la Festa Major en honor de Sant Senèn. L'envelat és el punt de trobada de nois i noies amb els seus millors vestits.

L'últim diumenge de Maig és molt celebrada la Festa de les Cireres que un any es fa al Pla del Penedès, l'any següent a Torrelles de Llobregat i l'altre a Sant Climent, donant així l'oportunitat de lluir el millor de cada poble. Es munten les paradetes de cireres i també les dels oficis del poble com ara la de ferrer de cavalls.

Al camp de futbol s'hi paren taules i cadires. Pagant un tiquet tens dret a torrar en un foc que s'ha encès al mig del camp llesques de pa que sucades amb tomàquet i oli que fan les delícies de grans i petits.
No hi falta el vi, ja sigui blanc o negre, amb una mostra de totes les maneres que els vinyataires saben variar la qualitat del suc de la vinya: moscatell, mistela (beguda alcohòlica feta amb aiguardent, aigua, sucre i canyella), vi de missa més fluix que la mistela i altres varietats.
Hi ha parades de *mostillo* una mena de confitura de codony, farina i vi barrejat amb sucre.
Alguna de les senyores que pren part a la conversa, remarca que una mica de vi és bo per a la salut, però acostumar-s'hi massa no, perquè emborratxa.
A més de la vinya, per aquestes terres són molt apreciades les ametlles i sobretot les figues que es pengen en uns pals de fusta amb punxes per fer-les assecar, només que, si per mala sort fa mal temps, es podreixen. La Sra. Paquita diu que s'havia punxat moltes vegades penjant les figues.

La Sra. Mª Jesús també hi diu la seva: al seu poble posaven la carbassa embolcallada amb cal perquè quedés ben dura i després barrejada amb sucre quedava confitura de color taronja que es tallava a llesques.

Records?

Els records de la nostra infància queden com marcats a foc i potser els trobem dolços justament perquè són passats:

- Al poble de la Sra. Inés s'havia de demanar hora al forn col·lectiu per a coure els grossos pans fets a casa. A ella li agradava anar-hi d'hora.

- El Sr. Rafael, nascut a Granada fa una pila d'anys, li agrada recordar el so de les panderetes dels gitanos de "Las cuevas de Sacromonte", al barri de Granada, anomenat Albahicín. La Història explica la tristesa del rei moro quan va perdre Granada i el Sr. Rafael conserva molt clara la visió del canvi de rasant de la carretera de Motril cap a la costa del Mediterrani.

El davantal de la iaia

Aquest rasant suposa l'última oportunitat d'albirar l'Alhambra i s'anomena "Suspiros del moro", no cal dir per què.

- Entre quatre o cinc residents han recordat contes de la seva infància, tots clàssics, com era costum al seu temps: La ventafocs, Els tres porquets, La caputxeta vermella, Blancaneus, Els cabridets, La rateta que escombrava l'escaleta… i és amb una gran tendresa la que fa brillar els seus ulls, mentre segurament pensen, en qui els hi explicava aquests contes…

- Molt amant de les plantes, la Sra. Amparo en parla engrescada: "Les tomaqueres es planten a primers d'estiu, van creixent com les criatures i de cop neixen les flors grogues o blanques, depèn, i tot seguit els tomàquets, primer petitons fins arribar a ser grossos i vermells per amanir. A vegades n'hi ha que arriben a pesar ½ quilo. Necessiten que es tingui cura de les tomaqueres, lligar-les amb canyes, treure els brots bords, igual, igual com s'educa un nen… A les terres valencianes es conreen cacauets, melons, síndries, taronges, mandarines…el seu pare tenia un do: sense tocar-lo, sabia quan un meló o una síndria estava al punt.

La seva mare rentava la roba a l'aigua d'una mina sense lleixiu i la deixava assecar al sol per conservar la seva blancor. Moltes vegades, mentre rentava, agafava les granotes que s'atrevien a saltar a costat seu i d'una revolada els treia la pell allà mateix i en arribar a casa les fregia. Tot un món…

- El Sr. Rafael , compara els àpats que la seva mare preparava amb els que, en general, es fan actualment.
L'esmorzar consistia en uns bons trossos de "pan frito" i un got de llet o llet i cafè.
Al dinar, es menjava una bona botifarra amb "migas" de farina. La botifarra podia ser canviada per cansalada fregida o xoriço i les "migas" per pa amb tomàquet.
Cap a les 6 de la tarda, el berenar/sopar era si fa no fa el mateix que el dinar, combinant patates fregides, amanida d'enciam, gaspatxo, llonganissa, pa torrat…

Hi entrava també alguna fruita: taronges, caquis…

Eulàlia Cirera

Les mandales revelen molt de la personalitat de qui les acoloreix i la Sra. Eulàlia hi posa uns colors tan vius com la seva visió de la vida; les mandales són la seva afició preferida, però també li agrada la poesia, llegir, el mar i les plantes a les que també dóna vida tot regant-les…

Quan era jove li agradava el ball, el cinema i sobretot la música. En aquest punt, s'emociona : la seva era una família on el piano tenia un lloc preferent a la sala i qui més qui menys el tocava. La seva filla gran ha heretat el do i dóna concerts de piano amb gran èxit. La Sra. Eulàlia quan l'escolta, s'emociona tant que se li omplen els ulls de llàgrimes.

De les dues filles, l'Eulàlia, la gran, porta el nom de la patrona de Barcelona i la segona, la Montserrat, el de la patrona de Catalunya, així no hi ha baralles de categories.

A la seva habitació hi ha una fotografia del seu casament on s'observa la bellesa del vestit de núvia, blanc i amb una cua de metres, de bracet amb el Jordi, el seu marit acabat d'estrenar. S'havien conegut i estimat des dels 14 anys. Van passar 12 anys festejant, abans no van poder acomplir el seu somni de compartir la vida per falta de diners per comprar un pis, cosa que finalment van poder fer amb l'ajuda del seu pare. Un pis al carrer Venècia, a la Vall d'Hebron. Com a curiositat remarca que en aquell temps en van pagar 100.000 pessetes.

Per manca de salut, no va poder escollir cap ofici, però els dies transcorrien feliços entre passejades per la Rambla de les Flors, llegint, anant al cinema amb les amigues (recorda més que cap altra "Lo que el viento se llevó"). Va aprendre a cosir i es feia els vestits ella mateixa.

Per la Primera Comunió lluïa un vestit blanc, llarg fins als peus, una corona de flors al cap i una formosa medalla al pit. Van celebrar la festa a les Dominiques, on cursava estudis.

I tu? Saps com sóc?

A l'escola de les Dominiques, a Barcelona, les alumnes més riques al hivern portaven uniforme amb capa, les que no ho eren tant, anaven amb abric.

Allà va aprendre a fer ganxet, mitja, punta al coixí amb gran remenament de boixets… Les classes eren en català, però en entrar els nacionals, com totes les escoles van haver de canviar al castellà, de manera que si una alumna entrava a classe i deia "Bon dia", la feien sortir i tornar a entrar dient "Buenos días". A ella li agradava anar a l'escola, sobretot a les classes de Llengua i Literatura. Per berenar no podia faltar el pa amb xocolata.

Durant les vacances era obligat anar a Argentona o a Sant Hilari, on el seu pare, l'Àngel necessitava prendre les riques aigües minerals que la natura regala en aquests dos indrets. La seva mare, la Ramona, no es feia pas pregar per anar-hi.

L'Eulàlia va néixer a Barcelona el 24 de març del 1929 i tenia una germana més gran (la Dolors) que va morir als 16 anys. Quan després de 11 anys de ser filla única li van anunciar que havien encarregat una germaneta, ella, primer, es va negar a admetre-la, però després, l'Elvira, que així van anomenar la nou vinguda, es va guanyar el seu cor.

I heus aquí resumida la bonica biografia de la benvolguda Sra. Eulàlia, companya estimada per tota la Residència de Granollers.

Eulàlia Cirera

Ignacio del Palacio

Nací en el año 1926, en Madrid puesto que mi padre, que era aviador militar (mecánico montador) estaba destinado allí, pero pronto nos trasladamos a Murcia y luego a Catalunya, concretamente a Badalona donde estaba la Comandancia militar. De allí pasé a Granollers ya que siguiendo los pasos de mi padre, escogí ser guardia civil y en 1951 fui enviado a esta población en la cual he vivido hasta hoy.
Mi madre vivió hasta los 103 años y cuidó de mí y de mis dos hermanos con mucho amor.

Mi esposa falleció hace unos meses. Se llamaba Carmen y la conocí en Murcia, paseando por aquella bella ciudad. Decidimos vivir juntos, compartir nuestra vida y como congeniamos, al cabo de poco tiempo nos casamos. Nuestra casa se llenó de alegría a medida que fueron naciendo nuestros hijos: Pepita, Ignacio y Julio. Ellos viven todavía en Granollers, como yo, sólo que ahora estoy en la Residencia porqué me caí y tuve que ingresar en el Hospital de donde me trasladaron aquí. Es una buena Residencia, me gusta la comida, el trato, las instalaciones… ¿qué más puedo pedir?

A mis 88 años puedo aún disfrutar de mis recuerdos y a mi manera vivo mí día a día sin preocupaciones y mi familia ha aumentado con cinco nietos y 3 bisnietos.

Tengo un grato recuerdo del profesor Don León de la escuela Joaquín Costa en Murcia. Era un gran profesional. Con él aprendí mis materias preferidas: Matemáticas, Geometría y Dibujo.

Formé parte de un equipo de fútbol, como portero y defensa. También me gustaba el cine. Ahora me gusta hacer rompecabezas y charlar para pasar el tiempo.

Como guardia civil, además del uniforme, llevaba pistola y porra, pero nunca tuve que utilizarlas, sólo en las prácticas con una diana en algún descampado. No se tenía miedo de la guardia civil, sólo respeto y reconocimiento por nuestro trabajo.

Entiendo, aunque no lo hablo, el catalán y puedo afirmar que he sido y soy feliz en Catalunya, donde ya nacieron mis hijos.

Ignacio del Palacio

Joan Cendra

Nascut a Caldes de Montbui, fa 86 anys, el Sr. Joan recorda molt bé la seva joventut, si bé està orgullós del què continua fent des que es va jubilar. Una de les activitats de la qual presumeix, és que va aprendre a nedar, quan no ho havia fet de jove perquè tenia por a l'aigua, degut a que de petit va caure en una riera i s'ofegava en un pam d'aigua; el seu pare el va treure, però li va quedar la por que ara de gran finalment ha vençut. En va aprendre a la piscina de Caldes que té 50 metres i un xicot de Sabadell, que pensava saber-ne molt, quedava darrera de ell…! La piscina està construïda de manera que rep l'aigua directament des del desnivell d'una riera.

No va poder anar gaire a escola pels temps difícils de la seva infància. Després, amb l'ajuda dels llibres de la biblioteca pública va aprendre mecànica, el seu ofici. Mentrestant, va assistir a unes classes nocturnes pagant 35 pessetes. que va haver de deixar perquè era el sou que guanyava la seva mare per setmana. El mètode que seguien era llegir La Vanguardia i comentar-la. Un ex-seminarista li va fer classes per 15 pessetes i llavors va aprendre molt, ja que li explicava les coses molt bé i malgrat ser molt tímid, en Joan va posar-li confiança i no dubtava a fer-li preguntes. Creu que tota la vida es pot anar aprenent i s'estranya d'un company de la "*mili* ", que als 20 anys va desistir d'aprendre a llegir.

El taller de mecànic el tenia a Sant Andreu. Un dia, en travessar la via, se li va enganxar un peu al canvi d'agulles i li va venir d'un pèl…
I continua explicant que, després de la guerra, els moros de Franco

venien articles pels pobles, però volien cobrar en moneda, no en paper, que enseguida ja no va valer.

Li agrada fer fotografies amb la seva càmera de fotos Reflex, recorda que el que més li agradava era agafar a les persones d'improvisat i afegeix que son les millors imatges que surten

Va tenir un fill i una filla. Aquesta – diu – li va portar problemes perquè fumava, cosa que ell només li va permetre fer a l'habitació i al lavabo. Li sabia molt greu que la noia, que llavors tenia uns 17 anys, refusava de vestir-se amb els elegants vestits-jaquetes de les senyores i es posava texans.

Temen el pitjor per la noia i que aquest comportament portes encoberta alguna malaltia, va anar-ho a consultar amb un metge. El metge li va treure les cabòries, dient-li que ho trobava normal i que a la noia no li passava res. Finalment, ell va haver de claudicar i permetre que es vestís com volgués, però avui en dia , encara el Sr. Joan creu, que aquesta manera de fer i d'actuar era perquè a la jove li havien ficat al cap tot allò de *"Los derechos de la mujer"*.

Com a anècdota recorda que en una visita a cal metge, aquest li va preguntar si tirava sal al menjar i ell li va dir:-"Una mica"- GENS!- li va respondre el Dr. enèrgicament. Des d'aleshores ha menjat sempre sense sal.

De Caldes de Montbui explica que la Font del Lleó, a la plaça del poble, és d'aigua mineral a 70 graus i que a la barberia que hi ha junt a la plaça, tenen un pou amb aigua calenta.
Recorda també l'ermita del Remei, molt bonica, amb un restaurant al costat.

Joan Cendra

José Berdun

En mi pueblo, Antequera, los días de fiesta se bailaba aunque yo no podía porqué formaba parte de una banda en la cual tocaba el clarinete, pero me divertía igual.

Fui barbero una corta temporada, pero mi oficio fue el de carpintero además de aprovechar todo lo que se presentaba para vivir en aquellos tiempos tan duros, de manera que también vendía caramelos en el cine del pueblo. Por cierto, me gustaba mucho la película sobre la Revolución Rusa. Aún ahora, cuando leo cada día el periódico, me voy directo a la sección de política.

En la escuela lo que más me interesaba era la Historia, que casi siempre versaba sobre los hechos de los Reyes Católicos. La escuela era sólo para niños. Luego quise continuar estudiando y lo hice en el Seminario donde aprendí latín. El catalán lo entiendo, pero no sé hablarlo.

Con Adelaida, mi mujer, desde los 28 años compartimos buenos y malos tiempos. No tuvimos hijos pero éramos felices. Fuimos de viaje a Madrid y a Málaga, de donde ella era. Fue una estupenda luna de miel.

Ahora ya tengo 88 años y a veces recuerdo mi infancia junto a mis padres José y Manuela y mis 5 hermanos: Barbanera, Paco, Rosa, Raúl y Julio.

Jugábamos en la calle con la pelota, a policías y ladrones...no teníamos unas horas fijas para comer, se comía cuando se podía y lo que se tenía, solamente pan con aceite muchas veces.

La mayor parte de mi vida la he vivido en Barcelona y pensándolo bien no me ha ido tan mal, se puede decir que he sido feliz.

José Berdun

Joan Lozano

El Sr. Joan va neixer a Granollers i era fill del matrimoni format per la Maria ien Ramón. Era el petit de dos germans.
Al fer el servei militar el van destinar a Figueres, on va ser l'ajudant del metge. Al ser traslladat l'oficial metge, volgué que el Sr Joan continues amb ell fent les tasques d'infermeria i se'l emportà a Girona i finalment a la Vall d'Hebron.

Al acabar el servei va entrar a treballar a "Can Trullàs" de Granollers. Era muntador i tenia "manetes" per manipular els telers d'anys enrere, molt diferents dels automàtics d'ara. Quan el Sr. Joan plegava de treballar anava a "L'Escola del Treball" per ampliar els coneixements.

No es va casar perquè tenia tres tietes vídues de les quals tenia cura i va témer que la noia amb la qual festejava li faria triar entre ella i la família.

Li agrada Granollers, però també Sabadell ja que és tan pla que pots passejar per tota la ciutat sense cansar-te massa. De Granollers destaca Els Porxos on cada any per l'Ascensió es celebra la fira de maquinària al mateix temps que es gaudeix d'unes bones torrades amb botifarra.

Recorda amb admiració l'alcalde de Granollers *Francisco Llobet* per la seva honradesa i solidaritat amb el poble. Explica dues anècdotes d'aquest alcalde: va prometre a un esportista que si guanyava una determinada competició li regalaria unes sabatilles de marca tal com efectivament va fer.

L'altre anècdota es refereix al regal que li van fer a ell com a homenatge a la seva dedicació com alcalde: un televisor que el mateix venedor li va portar a casa i que ell es va negar rotundament a acceptar, amb gran disgust per part del venedor.

Joan Lozano

José Pras

Encara ben frescos manté els records el Sr. José Pras, als seus 90 anys.

Els seus pares en Gregorio i la Isabel varen tenir dos fills, ell és el gran i va néixer a la Puebla de Híjar, província de Teruel, on va passar la infància i part de la seva joventut

Eren temps de guerra i l'escola no formà part d'aquesta infància, però la convivència amb els altres infants jugant pels estrets carrers del poble, van anar formant el seu caràcter: nens i nenes compartint curses, amagatalls i altres senzills jocs, que serviren per adquirir una bona educació en valors i en el respecte dels uns pels altres.

Cap als 18 anys, parlant amb uns amics a la porta de casa seva, va veure passar la Felisa i la fletxa de l'amor li va travessar el cor. Poc temps després es va casar amb ella. Tal com ell diu: "Los dos solos, para vivir nuestro amor, nos arreglamos un pajar que fue como un palacio para nosotros". Dues filles van venir a completar la seva felicitat. Mentres ells dos treballaven els avis feien de mainaders.
La Felisa guardava ovelles a la muntanya i la Guardia Civil li va ensenyar a signar el seu nom, ja que de tant en tant es passava a revisar la identitat dels muntanyencs.
Ell, el Sr. José treballava a la Renfe, com a carregador a l'estació de Granollers, ciutat on es va instal·lar amb la seva família fa ja més de 60 anys.

José Pras

La campana de l'estació ressonava a cada sortida de tren i el pal vermell del cap d'estació onejava donant el permís. L'únic dia de festa a la setmana, l'aprofitava per "fer hores" en un altre treball. L'únic esbarjo era L'Envelat de la Festa Major i la música de les jotas aragoneses. Ni vestit nou de 1ª Comunió ni de casament. Això sí, va anar de viatge de nuvis a Zaragoza, a veure la Pilarica.Actualment viu a la Residència amb la seva estimada Felisa, on tots dos comparteixen habitació i companyia: estones parlant dels seus records, altres mirant la televisió...s'hi senten bé.

Consells per evitar problemes causats per el calor

Protegiu-vos del sol i la calor
A casa, controleu la temperatura:

- Durant les hores de sol, tanqueu les persianes de les finestres on toca.
- Obriu les finestres de casa durant la nit, per refrescar-la.
- Estigueu-vos a les estances més fresques.
- Utilitzeu a algun tipus de climatització per refrescar-vos i refrescar l'ambient (ventiladors, aire condicionat, ventalls, etc.). Si no teniu aire condicionat, mireu de passar les hores de més calor en llocs climatitzats (biblioteques, centres comercials, cinemes, etc.).
- Refresqueu-vos sovint amb dutxes, tovalloles mullades amb aigua, etc.

Al carrer, eviteu el sol directe:

- Porteu una gorra o un barret.
- Utilitzeu roba lleugera (com la de cotó), de colors clars i que no sigui ajustada.
- Procureu caminar per l'ombra, estar sota un para-sol quan sigueu a la platja i descanseu en llocs frescos del carrer o en espais tancats que estiguin climatitzats.
- Porteu aigua i beveu-ne sovint.
- Mulleu-vos una mica la cara i, fins i tot, la roba.
- Vigileu en els trajectes amb cotxe durant les hores de més sol i no hi deixeu els infants o persones fràgils amb les finestres tancades.

Reduïu l'activitat física durant les hores de més calor

- Eviteu sortir a les hores del migdia, que és quan fa més calor.
- Reduïu les activitats intenses.

Beveu força i vigileu l'alimentació

- Beveu aigua i sucs de fruita fins i tot sense tenir set.
- No prengueu begudes alcohòliques.
- Eviteu els menjars molt calents i els que aporten moltes calories.

Ajudeu els altres

Si coneixeu gent gran o malalta que viu sola:

- Mireu de visitar-los un cop al dia.
- Ajudeu-los a seguir aquests consells.
- Si prenen medicació, reviseu amb el seu metge si aquesta pot influir en la termoregulació i si s'ha d'ajustar o canviar.

Informeu-vos bé

- Informeu-vos dels horaris dels centres d'atenció primària que teniu més a prop, tant del vostre municipi com del lloc on aneu de vacances.
- 061 Recordeu aquest número de CatSalut Respon, que us pot atendre diàriament, durant les 24 hores. Us poden donar consells de salut, indicar-vos els centres sanitaris més propers o, si és necessari, activar una atenció domiciliària.
- Recordeu que a les oficines de farmàcia podeu obtenir informació sobre com es poden evitar els problemes causats per la calor.
- Seguiu les prediccions meteorològiques que us puguin anticipar els dies més calorosos. http://www.meteo.cat/servmet/prediccio/mtermini/cat/index.html
- Acudiu amb anticipació als professionals sanitaris i socials per prevenir els possibles problemes per a la vostra salut.

La recepta

Pollastre a la vinagreta

Ingredients Recepta antiga:
1 pollastre de quilo i mig
2 cebes
1 cullerada gran i mitja de sucre
1 vaset de vi amb vinagre
1 vaset d'aigua

Preparació:
Es talla el pollastre a quarts fent-ne tres trossos de cadascun i es sala.
En una cassola hi posem una mica d'oli i posem els talls de pollastre.
Hi afegim la ceba tallada en quatre parts i ho fem rostir.
Un cop rostit, afegim damunt del pollastre una cullerada i mitja de sucre, remenant-ho perquè no es cremi i es tapa la cassola.
Seguidament afegim damunt del pollastre el vaset de vinagre es tapa la cassola al cap de un minut destapem la cassola i afegim la aigua i es torna tapar i es deixa coure fins que el pollastre estigui enrossit.
Opcionalment es poden posar ceba petites que s'afegirien amb la ceba
El procés de cocció s'ha de fer a foc lent.

Rap als 5 minuts

Ingredients:
6 Rodanxes de rap
1 tomàquet gros
1 cabeça d'alls secs escalivats
50 g ametlles

Preparació:
Es posa el rap en una plata del forn.
Primerament s'escaliven els alls.
Un cop cuits es picant amb la ma de morter i s'ha afegeix el tomàquet rallat i la picada d'ametlles.
Un cop fet es posa per damunt del rap.
Agafem una paella i escalfem una mica d'oli i es tira damunt del peix i es posa al forn durant 5 minuts.
El forn ha des estar calent i a mig forn.
Ho posem al forn, que ha d'estar calent, durant 5 minuts.
És aconsellable fer-ho a mig forn.

Quin animal és?

- Pel desert corre la brama que no et saps treure el pijama.
(elefant, zebra, cargol)

-Endevina, endevinalla, quin ocell pon a la palla?
(gallina, tortuga, oreneta)

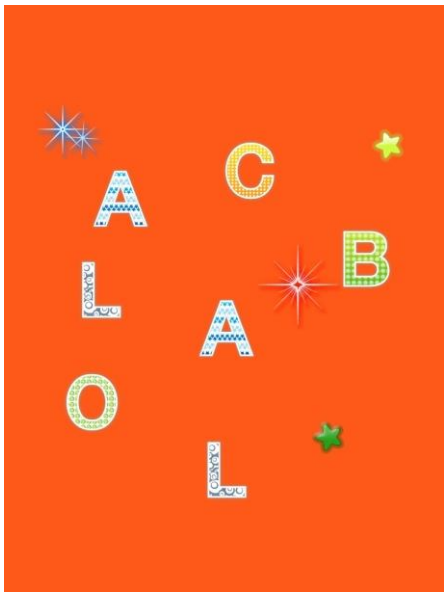
-No té cames i camina, va amb càrrega dia i nit, no és cap bou i porta banyes,no és ovella ni cabrit.
(cabra, papallona, cargol)

-Del meu vestit es vesteixen, també sóc bo per menjar, i xics i grans em passegen per la muntanya i el pla.
(xai, tigre, gallina)

-Quin és l'animal tibat que porta una serra al cap?
(gall, vaca, sargantana)

Troba el nom amagat

Aquestes imatges les han realitzat residents amb un Ipad. De esquerra a dreta, Francisca García,Maria Torrens i Clemens Canudes



QUI
SÓN?

La leyenda del cucharón

Hacía mucho tiempo que no llovía en la comarca. El clima era tan caliente y seco que las flores se marchitaban, la hierba estaba calcinada y parda, y aun los árboles grandes y fuertes estaban muriendo. El agua se secaba en los arroyos y ríos, los manantiales estaban secos, las fuentes dejaron de burbujear. Las vacas, los perros, los caballos, los pájaros y todas las personas estaban sedientos. Todos se sentían incómodos y enfermos.

Había una niña cuya madre enfermó gravemente.

-Oh -dijo la niña-, si tan sólo encontrara agua para mi madre, sin duda ella se repondría. Debo encontrar agua.

Tomó su taza de hojalata y partió en busca de agua. Al cabo del tiempo encontró una pequeña fuente en una ladera. Estaba casi seca. El agua goteaba muy despacio desde abajo de la roca. La niña sostuvo la taza y recogió unas gotas. Aguardó un largo, largo tiempo, hasta que la taza se llenó de agua. Luego bajó la cuesta de la montaña sosteniendo la taza con mucho cuidado, pues no quería derramar una sola gota.

En el camino se cruzó con un pobre perro que apenas podía caminar. Respiraba entrecortadamente y la lengua reseca le colgaba de la boca.

-Pobre perrito -dijo la niña-, estás tan sediento. No puedo seguir de largo sin darte unas gotas de agua. Si te doy sólo un poco, aún habrá suficiente para mi madre.

Así que la niña vertió un poco de agua en la mano y le ofreció al perro. Él lamió rápidamente y se sintió mucho mejor, de modo que se puso a menear la cola y ladrar, como si le diera las gracias. Y la niña no lo notó, pero su cucharón de hojalata se había convertido en un cucharón de plata y estaba tan lleno de agua como antes.

Se acordó de su madre y echó a andar a toda prisa. Cuando llegó a casa casi anochecía. La niña abrió la puerta y subió rápidamente a la habitación de su madre. Cuando entró en la habitación, la vieja criada

que ayudaba a la niña y su madre, y que había trabajado todo el día para cuidar de esa mujer enferma, se acercó a la puerta. Estaba tan fatigada y sedienta que apenas podía hablar.

Dale un sorbo de agua -dijo la madre-. Ha trabajado con ahínco todo el día y la necesita mucho más que yo.

Así que la niña le acercó la taza a los labios y la vieja criada bebió un sorbo de agua. De inmediato se sintió mucho mejor y se acercó a la madre y la alzó. La niña no notó que la taza se había convertido en una taza de oro y estaba tan llena de agua como antes.

Luego acercó la taza a los labios de la madre, que bebió y bebió. ¡Oh, se sentía mucho mejor! Cuando hubo terminado, aún quedaba un poco de agua en la taza. La niña se la iba a llevar a los labios cuando oyó un golpe en la puerta. La criada la abrió y se encontró con un desconocido. Estaba pálido y sucio de polvo.

-Tengo sed -dijo-. ¿Puedo beber un poco de agua?

La niña dijo:

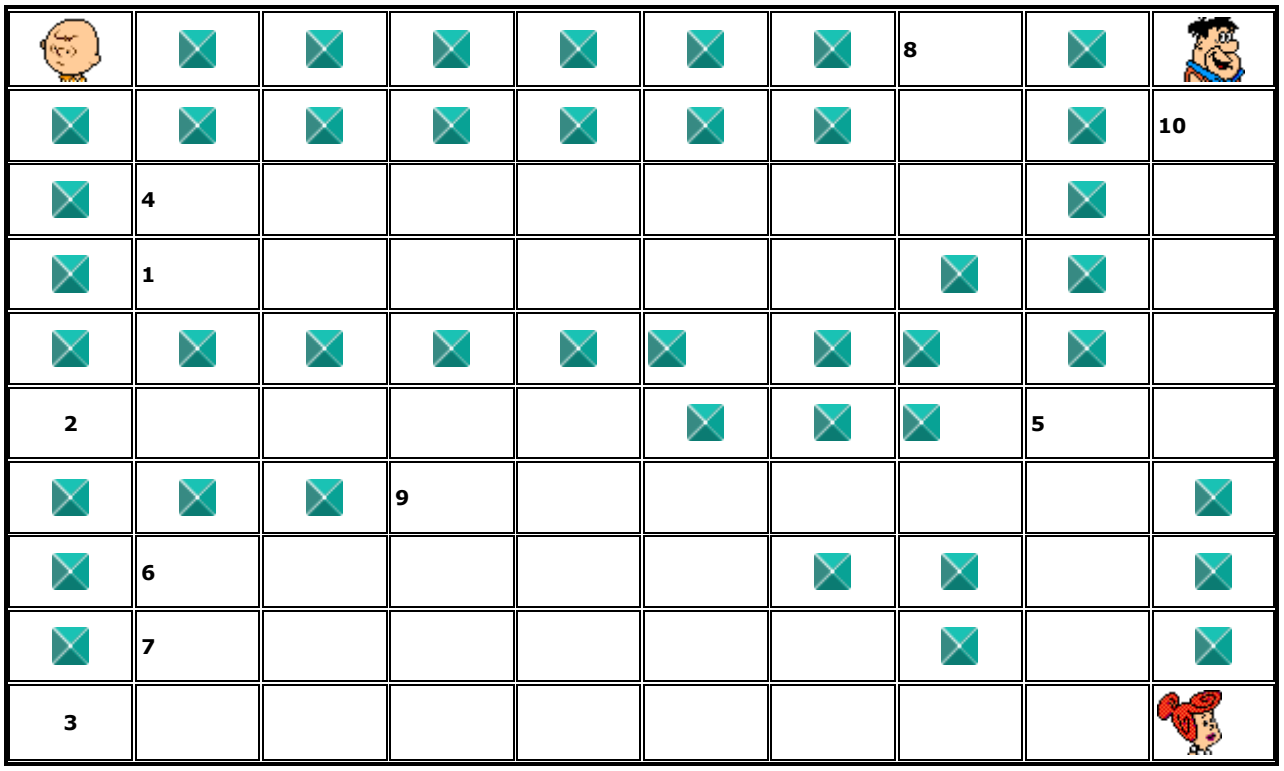
-Claro que sí, sin duda la necesitas mucho más que yo. Bébela toda.
El desconocido sonrió y tomó el cucharón, que de inmediato se convirtió en un cucharón de diamante. Lo dio vuelta y toda el agua se cayó al suelo. Y donde caía el agua burbujeó una fuente. El agua fresca fluía sin cesar, agua de sobra para la gente y los animales de toda la comarca.

Mientras miraban el agua se olvidaron del forastero, pero cuando miraron se había ido. Creyeron verle desaparecer en el cielo... y allá en el cielo, alto y claro, brillaba el cucharón de diamante. Todavía brilla en lo alto, y recuerda a la gente la niñita que era amable y abnegada. Se llama el Gran Cucharón.

** En inglés, Big Dipper (Gran Cucharón) es otro modo de denominar la constelación de la Osa Mayor.*

Versión de J. Berg Esenwein y Marietta Stockard

Crucigrama



1. ((Horizontal) Se secaba todo porque faltaba...
2. ((Horizontal)¿Quién cayó enferma? La...
3. ((Horizontal) Al principio la taza era de...
4. ((Horizontal) Para que no se cayera el agua, la sostenía con...
5. ((Vertical) Por el camino se cruzó con un...
6. ((Horizontal) El cucharón se convirtió en...
7. ((Horizontal) Después le dio agua a la...
8. ((Vertical) La taza se convirtió en...
9. ((Horizontal) Al caer el agua al suelo, apareció una...
10. (Vertical) El cucharón de diamante brillaba en el...

En Miquelet va anar al zoològic amb la seva mare.
- Per què no em compres un animal, mare? - li pregà el nen -.
- No sabríem com alimentar-lo.
- Aleshores, compra-me'n un d'aquests que estan ficats en unes gàbies amb un rètol que diu: "prohibit donar menjar als animals"

Pensa i diverteix-te

Un nen fa els deures i li pregunta al seu pare:
- Pare on és l' Amazones?
- Pregunta-li a la teva mare, noi, que té la santa mania d'endreçar-ho tot, i segur que l'ha ficat en algun calaix.

L'àvia materna ha vingut a passar uns dies amb la seva néta.
- Ara el pare podrà fer el seu número! - crida la nena, molt satisfeta -.
- Quin número? - fa l'avia encuriosida -.
- Saps? - sospira la nena -. El pare va dir que si et quedaves una setmana es pujaria per les parets.
Jo tinc moltes ganes de veure-ho!

Busqui 12 poblacions del Vallès Oriental

AIGUAFREDA
CALDES
CANOVELLES
CARDEDEU
FIGARÓ
FRANQUESES
GRANOLLERS
LLIÇÀ
MARTORELLES
MOLLET
MONTSENY
PALAUTORDERA

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

Miquel Maynou

FONTS CONSULTADES:

http://tonycornella.tripod.com/acudits/Professors.htm

http://www.aplicaciones.info/pasatiempos/pavhp01c.htm

http://www20.gencat.cat/docs/canalsalut/Home%20Canal%20Salut/Professionals/Temes_de_salut/Vigilancia_epidemiologica/documents/Arxius/pla_pocs.pdf
Arxiu fotogràfic FPHAG

Agraïments

Volem donar les gràcies a tots/es aquells/es professionals de la Institució i també a les persones que ens recolzen en les activitats que realitzem. Així com a totes les persones que han col·laborat en l'edició d'aquesta revista i aprofitant l'avinentesa donem la benvinguda als nous residents desitjant que participin en les noves edicions.

Residents:

Clemens Canudas

José Berdun

Rosa Casanovas

Joan Cendra

Maria Chaure

Eulàlia Cirera

Manel Clemente

Ignacio Del Palacio

Felisa Del Valle

Paquita Duran

Francisa Garcia

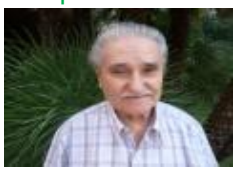
Inés Gasulla

Pepita Gonzalo

Maria Gonzalo

Rafael Lledó

Humberto López

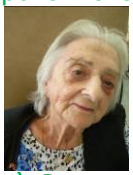

Juan Lozano

Amparo Martínez

Mercè Matamala

José Pras

Mª Jesus Rodríguez


Mercè Santamaria

Carolina Serra

Maria Torrents

Montserrat Urpinell

I, no voldríem oblidar-nos d'encoratjar al Jordi Mayol, alumne de l'Escola Pia de Granollers i actualment realitzant el voluntariat jove a la residència, per la seva col·laboració en el muntatge de la revista.

MOLTES GRÀCIES JORDI PER AJUDAR-NOS !!!

Residència d'avis de Granollers

Fes-te **gran**

la veu dels residents

juliol 2014