

Núm. 7 Tardor 2010



Parlem





EDITORIAL

3.- Equip de redacció.

OPINIÓ

3.- El Celestino, pel *Dr. Joan Aixàs i Obiols*.

L'ENTREVISTA

4.- *Sra. Elvira Farràs*, gran coneixedora del Ball Cerdà.

PARLEM DE SALUT

7.- Gimnàstica mental, per la *Sra. Susanna Forné*.

LES NOSTRES ACTIVITATS

9.- Activitats d'estiu.

L'ESPAI DEL VOLUNTARI

12.- Passejant per la Seu, per la *Sra. Berta Pallarés*.

LES NOSTRES RECEPTES I REMEIS CASOLANS

14.- Cargols.

Com netejar els cargols abans de cuinar.

PARLEM AMB LA GENT GRAN

15.- *Sra. Rosa Moliné*, l'hort i el mercat.

RECORDEM

18.- Jocs i joguines.

OCI I CULTURA

21.- Sopa de lletres.

21.- La tira còmica del Dani.

22.- Manualitat.

23.- Endequina on és.

Equip de redacció:

Susanna Forné González, Lali Garcia Ràfols i Eva March Alvarez.

Han col·laborat en aquest número:

Joan Aixàs, Sussi Boniquet, Teresa Eclusa, Montse Espinalt, Elvira Farràs, Teresa Garcia, Dani Jimenez, Berta Pallarés, Pili Quinquillà i Maria Ràfols.

Els nostres residents:

Carmen del Àguila, Bonaventura Alís, Pere Altimir, Rosa Boix, Josep Garrabou, Alfonso García, Josefa Gázquez, Rosario Guitart, Carmen Millán, Rosa Moliné, Ramona Oliva, Teresa Parramon, Celia Ribero, Antoni Serra, Custodi Suils i Rosalia Viladrich.

Fotografia de la portada: Lali Garcia.

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



Editorial

Tot just sortint de la Festa Major ens endinsem de nou en la tardor, temps de fulles, glans, castanyes i panellets. En aquesta nova edició hem pogut parlar amb l'Elvira Farràs sobre el Ball Cerdà i hem repassat amb la Rosa Moliné el dia a dia dels nostres pagesos del mercat.

Altrament, el 21 de setembre és el dia mundial de l'Alzheimer, hem volgut contribuir-hi dedicant el nostre espai de salut a donar alguns consells per treballar la memòria.

Entre les pàgines de **Parlem** hi trobareu moltes altres coses, com ara recordar amb els nostres padrins els seus jocs i joguines, llegir l'experiència de la nostra jove voluntària, delectar-vos amb l'escrit d'en Joan Aixàs i un espai d'oci i cultura amb humor, manualitats i jocs.

Equip de redacció

Opinió

El Celestino

Quan el Celestino va decidir fugir de la guerra civil i anar-se'n cap a França, era bon coneixedor que no només s'havia d'escapar dels perills d'una guerra fratricida. Sabia que havia de fugir del seu propi passat i provar sort en un altre lloc. Les seves possibilitats de fer-se un futur aquí eren molt minses.

Havia nascut a principis del segle XX en un mas, anomenat La Serra, situat a l'Alt Urgell, al poble de Fígols i regentat per una família que no tenia prou capacitat per assegurar la pervivència als seus onze fills. Les dificultats per fer efectius els mètodes naturals de control de natalitat d'aquella època i les normes socials establertes (el primer fill mascle, l'hereu; si era femella, la pubilla, que quedava destronada si apareixia un nadó de gènere masculí amb posterioritat; el segon, capellà; el tercer, militar; les cabaleres, serventes i cuidadores...) no deixaven cap possibilitat a l'onzè de la cua.

I així va ser com amb el seu mocador de farcell, ben farcit d'aliments per assegurar-se l'avituallament dels primers dies, i de la bóta de vi, va travessar el Pirineu per un coll on abundaven els boixos. Allà es va fer un gaiato per ajudar-se a caminar i, si convenia, per defensar-se d'escomeses poc amistoses. El boix és una bona fusta, dura i noble; com el seu propi caràcter.

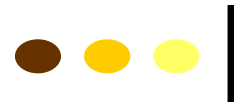
/.../

NOTA: L'autor ha escollit aquest fragment perquè molts dels nostres avis han conegut la disciplina de les normes sobre l'hereu o la pubilla i, juntament amb les escassetats i les complicacions de la postguerra, els va empènyer a haver de guanyar-se la vida lluny de les seves cases i dels seus estimats.

Joan Aixàs i Obiols

Autor del llibre **Contrapunts**. Des de l'Alt Urgell.





Elvira Farràs Muntó



GRAN CONEIXEDORA DEL BALL CERDÀ

L'Elvira Farràs és una urgellenca de 87 anys gran coneixedora dels costums i de les tradicions de la nostra ciutat. El 1992 va rebre la Medalla Francesc Macià en reconeixement a la seva tasca docent i el 2005 va ser distingida amb la Medalla de la ciutat pels mèrits obtinguts durant la seva vida professional i personal.

L'Elvira continua transmetent i compartint, a través dels seus articles en diferents espais divulgatius, els seus coneixements sobre la història i els costums de la Seu. Ha vetllat durant molts anys per la preservació i la difusió del Ball Cerdà a la nostra ciutat i ha volgut compartir amb nosaltres part de la seva riquesa cultural sobre aquesta dansa tradicional.

El Ball Cerdà és una dansa de llarga tradició i molt arrelada a la nostra ciutat. Ens pot explicar quin és el seu origen?

Els folkloristes no s'han posat gaire d'acord pel que fa al seu origen. Jo ho he estudiat molt i coincideixo amb l'Aureli Capmany i el Ramon Violant Simorra, aquests autors toquen de prop el Pirineu i coneixen l'ànima pirinenca. **Creiem que per la seva estructura, el Ball Cerdà originàriament podria procedir d'un ball més primitiu que fes al·lusió a un ritu solar.**

Si ens remuntem al s. XII, a la Festa Major de la Seu es ballava un ball rodó que era conegut per corol·la en la que nois i noies giravoltaven cap a un costat i cap a l'altre. A finals del s. XVI i principis del s. XVII a Catalunya el folklore comença a ressorgir, podríem dir que d'aquelles corol·les medievals es va anar dibuixant l'estructura del **Ball Cerdà** i aquest **va quedar totalment definit a finals del s. XVIII**. Tot i les discrepàncies entre uns i altres estudiosos, hi ha bastant consens en acceptar que **el ball va néixer a la Cerdanya**.



1947



Quines han estat les modificacions que ha sofert el Ball Cerdà des dels seus orígens?

S'han anat produint **petits canvis i ajustos** en el ball com ara el **galop, el mocadoret que porten les noies, el cargol** ideat el 1933 per dos grans balladors, la Sra. Cecília Canturri i el Sr. Joan Aixàs "alias Campinyo" i que cap als anys 70 van reestructurar en Ricard Sabanés i el Josep Maria Pampliega. Al llarg dels anys s'han anat fent d'altres modificacions sense transcendència però que donen lluïment al ball.

Antigament el **darrer risto del ball tenia lloc mitjançant uns trets de pólvora** que deixava anar un trabuc, després de la guerra es va deixar de fer i ara s'acaba dient "risto!".

Durant el ball la gent llençava ametlles i algunes monedes al mig de la plaça i les criatures s'agrupaven per recollir-ne tantes com podien.

En finalitzar era bonic veure com la noia oferia la barretina a un casat i llavors tots ballaven conjuntament.

Per Carnestoltes també es ballava el Ball Cerdà, les noies duïen vestit de lluir, mantó de Manila i un clavell al pit. Durant aquest

apareixia una figura indispensable, "el caçador". Aquest personatge anava vestit de caçador, portava una canya amb un forat i anava buscant a aquells que estaven distrets. Quan en trobava algun, el tocava i en girar-se l'enfarinava.



Ens pot explicar breument la descripció del ball?

Aquesta dansa té quatre parts, cadascuna es compon de dos motius musicals alternats, es fa a ritme ternari, té dos ristos i es balla quasi competint. **És un ball d'elegància i d'exhibició sana.** L'home és el protagonista de la dansa, precisament veiem que és el fadrí major qui en iniciar la dansa treu a ballar totes les noies en el cargol i és l'home qui marca els moviments de la parella.

Quan es va iniciar per primera vegada el Ball Cerdà infantil?

Cap als anys 80, primer el vaig començar a assajar jo però després el va reprendre en Ricard Font, mestre del Col·legi la Salle.

El Ball Cerdà també és balla a d'altres llocs i es coneix amb noms diferents:

A Escaldes Engordany:

*Ball de Plaça
Ball de Muntanya o
Ball de Santana*

A Das de Cerdanya:

Ball de Casats

A Castellciutat:

*Ball de l'Aigua-ros
Ball de l'Enrobat*

A Puigcerdà:

Ball Cerdà

A Tremp:

*Ball Cerdà de
Tremp*

*Ballet a molts indrets
de la Cerdanya*

Ens pot descriure com és la vestimenta dels dansaires?

El **vestit de la dona s'ha conservat al llarg dels anys** i està compost per:

La **corbata** (mantó) sempre ha estat de la mateixa manera, brodat amb lluentons i serrell daurats. El dibuix d'estil barroc, amb flors i corbes i els colors típics; el negre, el blanc, el rosa, el verd, el color vi i el groc.

El **gipó** és negre i de màniga curta.

El **davantall** és negre, amb punta i alguns brodats amb atzabeja.

El **ret** ha de ser ample, espès, curt, en forma de bossa i amb un llaç alt o llaç de gall.

Les **mitenes** (guants) han de ser llargues fins per sota dels colzes, menys espesses que el ret i rematades amb un llacet.

Els **enagos** han de tenir la mateixa estructura que la faldilla. Són molt rics en puntes, brodat anglès i cal emmidonar-los perquè la faldilla quedi més airosa.

Mitges blanques i **sabata de saló** de mig taló.

El **vestit de l'home no s'ha conservat**. Abans estava compost per una armilla curta, una camisa blanca, un corbatí vermell, la faixa (que apareix al s.XVI) ha de quedar penjant a la part esquerra de la cama i el pantaló de davantal (sense bragueta) fins a mitja cama. Mitjó blanc i l'espardenya vigatana.

Al s.XX es va transformar en vestit de carrer però donat que hi havia tantes varietats de colors, formes,... cap als anys 90 es cregué que era millor que l'home vestís amb un **pantaló negre, camisa blanca, mitjó i sabata negres, faixa i barretina** (peça tradicional a tota la zona mediterrània) roja pels solters i musca pels casats.



1929



1941



1974



2009



Parlem de salut...

Gimnàstica mental

per la Sra. Susanna Forné,
neuropsicòloga



El cervell com la gran majoria d'òrgans del nostre cos pot funcionar de forma òptima si es treballa regularment. Actualment hi ha un gran nombre de tractaments que perllonguen la vida, nombroses intervencions que artificialment ens fan semblar més joves, però què passa amb l'envelliment del cervell? La resposta és fàcil, no només sabem que no hi ha tractaments que facin rejuvenir 20 anys el nostre cervell sinó que són els hàbits, l'entorn social, l'estil de vida que tinguem i les teràpies no farmacològiques les que agafen pes en la prevenció dels processos de deteriorament.

La pèrdua de memòria és una de les principals preocupacions que té la gent gran però hem de saber que amb l'edat i de forma natural apareixen una sèrie de canvis estructurals i funcionals en el cervell de les persones grans. Això fa que a mesura que envellim puguem notar alguns errors en la nostra memòria, és bo que sapiguem que aquests són normals i freqüents en la gent gran:

- Oblidar-se d'alguna cosa però recordar-la al cap d'una estona.
- Petits errors de memòria (per exemple anar al rebost i no saber què volia fer, deixar-se els llums oberts, no saber on he deixat les claus, etc).
- Trigar una mica més de temps a l'hora de pensar i desenvolupar tasques.
- Fenomen de la "punta de la llengua" (voler dir una paraula i no aconseguir-ho fins passat un temps).
- Tenir més dificultat per recordar noms de persones.

A diferència dels punts esmentats anteriorment, hi ha canvis que interfereixen de forma important en la vida de la persona que els pateix i que justifiquen una consulta al metge:

- Negar, amagar o no tenir consciència que es perd la memòria.
- Desorientació temporal (no saber quin dia és o en quina part del dia estem, en quina època de l'any vivim, etc).
- Abandonar les activitats habituals sense una causa aparent.
- Tenir dificultat per fer activitats que fins ara es desenvolupaven sense problema: gestionar diners, viatjar, fer el dinar, etc.
- Fer preguntes de forma repetida o negar el que s'ha dit abans.
- Pèrdua d'hàbits higiènics.
- Canvis en el comportament o en l'estat d'ànim.
- Veure coses que no hi són.
- Problemes per expressar-se i/o tenir dificultat per trobar noms comuns.

Podem fer-hi alguna cosa?

Nombrosos estudis demostren com el cervell és capaç, fins i tot a edats avançades i en aquells que estan malalts, de crear noves connexions i regenerar noves cèl·lules. D'aquí la importància de mantenir un bon nivell de reserva cognitiva estimulando-lo i exercitant-lo. Si fem un paral·lisme entre el cervell i els músculs del cos estarem d'acord que per mantenir-los actius i moldejar-los necessitarem realitzar exercici físic específic i constant. Amb el cervell passa exactament el mateix, l'estimulació cognitiva o la gimnàstica mental és la taula d'exercicis que necessita el cervell per a mantenir-se en plena forma. És recomanable realitzar de forma regular algunes d'aquestes activitats:

- Participar en activitats comunitàries i mantenir una vida social activa.
- Estar informats de l'actualitat, llegir la premsa i memoritzar i/o escriure els titulars més destacats.
- Fomentar la lectura mitjançant llibres, revistes, còmics, etc.
- Participar en tallers de memòria.
- Fer la llista de la compra i memoritzar-la.
- Fer càlculs repassant factures i/o rebuts.
- Participar en jocs de taula: dòmino, cartes, escacs, etc.
- Fer cursos de cuina, manualitats, fotografia, etc.
- Aprendre coses noves, participar en cursos d'informàtica, d'idiomes, xerrades... que siguin del vostre interès.



Finalment, recordar que el fet de viure amb plenitud la bellesa de la vida, estar mentalment actius, fer exercici físic, minimitzar les situacions estressants i mantenir una dieta equilibrada ens pot ajudar a gaudir d'un envelliment saludable.

Dinar al Parc del Segre



Ja ha passat un altre any i com és habitual, hem anat a fer el dinar d'estiu al Parc del Segre. Enguany arròs de muntanya, pernil de porc al forn i gelat, per llepar-se els dits!

Sortides de lectura



Aprofitant la facilitat que hem tingut per accedir a les instal·lacions del Parc del Segre, aquest estiu hi hem anat dos cops per setmana a llegir el diari.





Concert de romanços catalans a càrrec del grup d'acordionistes "A Granel"



El passat 31 de juliol, i coincidint amb la trobada d'acordionistes del Pirineu, un dels grups participants "A Granel", ens va fer un concert de Romanços Catalans a la sala del Centre de Dia.

Festa Major de la Seu d'Urgell



Ja hem celebrat una altra Festa Major, i no ens hem estat de res! El menjador feia goig, el divendres dia 27, a la sala del Centre de Dia, ens van preparar un dinar de Festa Major. De primer unes "patates a lo pobre" com només el servei de Cuina sap fer, de segon rodó amb salsa de bolets i de postres un geladet per fer pair. Ah!, dels cafès no se'n van oblidar.



El dilluns dia 30 amb un grupet ben maco varem sortir a donar un tomb pels carrers de la Seu que estaven plens d'activitats. Vàrem veure la bicicletada popular, jocs per a la mainada i totes les parades del passeig. Abans de tornar cap a l'hospital, vam anar plegats a prendre alguna cosa.





Treballant,...



Durant aquests mesos d'estiu, hem treballat molt. Hi ha una dita que parla d'una cigala que durant l'estiu només feia que cantar, mentre que la formigueta no feia més que treballar. Quan va arribar l'hivern la cigala no tenia res per menjar i la formiga un gran magatzem. Doncs bé, nosaltres hem fet de formiguetes. Hem estat preparant totes les manualitats de tardor i hem fet un petit esbós del que ens agradaria fer per Nadal. Ha estat un estiu ben profitós!



per la Sra. Berta Pallarés



Passejant per la Seu

Em van demanar que escrivís sobre la meua experiència quan vaig fer de voluntària a la unitat socio sanitària de l'hospital.

El primer que recordo és l'ambient, **hi havia moviment en aquella unitat, vida...**, com ha de ser. Quan anàvem a fer les sortides, es preparava el grup. La majoria anaven amb cadira de rodes perquè els trajectes que fèiem eren una mica llargs, però també hi havia alguns valents que anaven caminant. Tant els voluntaris com les treballadores érem encarregats de portar un avi en cadira de rodes o d'acompanyar i recolzar els que caminaven. Un cop organitzat "l'equip" ja era hora d'anar a donar un volt.

Les sortides eren sempre tota una experiència i cada dia aprenies alguna cosa diferent. Molt sovint, mentre portaves algú amb la cadira, feies un viatge enrere en el temps. Aquella persona et deixava descobrir com era de jove, què feia, com i amb qui vivia i molts detalls únics i interessants de la seva vida. És per això que em vaig adonar que tot i el pas del temps, **hi havia preocupacions i objectius que no entenien d'edats ni d'èpoques**, vaig descobrir que coses que jo pensava, ells també les havien pensat en el seu moment. Però d'altra banda, també hi havia abismes entre la seva filosofia de vida i la meua.





Cada dia fèiem una cosa diferent; un dia vam anar a visitar el Palau del bisbe, un altre dia el Parc del Cadí, també l'Ajuntament i el casc antic, entre molts d'altres. El trajecte era tota una aventura, de tant en tant fèiem alguna parada de *boxes* per reposar, agafar forces i fer petar la xerrada una estona.

En aquestes sortides la visita que fèiem era el destí final, però no l'únic objectiu, doncs el sol fet d'anar pel carrer, de sentir, oloar i respirar els aires que es movien per la Seu ja era molt important. Sovint, els avis es trobaven a coneguts, familiars o amics que els saludaven efusivament. Aquest fet, que pot semblar bastant irrellevant, és en canvi, força important perquè tot aquest conjunt era **una injecció d'energia pels avis**. Els treia de la monotonia d'estar a la residència, de veure sempre la mateixa gent i de fer el mateix dia rere dia.

Així doncs, per a ells va ser una experiència positiva, però penso que per a mi encara més. Veia que moltes de les persones d'allà tenien algun problema els feia mal la cama o directament no podien caminar, perdien la memòria, no hi veien bé... però res d'això els impedia seguir endavant. Te n'adonaves que eren unes **persones molt lluitadores** i que, tot i el que havien viscut (una guerra, haver treballat des de molt joves...) sortien endavant com si res no hagués passat o més ben dit, **tiraven endavant tot i el que els havia passat**.

Amb això, però, no vull dir que tinguessin una mala vida sinó que comparant-la amb l'actual, la nostra és molt més fàcil i tranquil·la que la de qualsevol d'ells. I tot i així, **ens queixem i seguim esperant una vida perfecta que no arribarà mai**. El que vull dir és que val la pena parar-se a escoltar les vivències i els consells de la gent gran perquè, al capdavall, tenen molta més experiència que qualsevol de nosaltres.

Hi ha alguna manera millor que fer-ho mentre passeges per la Seu?



Les nostres receptes



Cargols

**Alfonso García, Josefa Gázquez,
Rosario Guitart, Carmen Millán,
Ramona Oliva i Rosa Boix**

Ingredients

Pernil	Costella de porc en dauets ben petits	
Salsitxa	Cansalada	Xoriço
Llorer	Julivert	Brou o aigua
All	Tomàquet	Ceba
Oli	Una miqueta de farina	i Cargols

Posem els cargols en una olla amb aigua tèbia per enganyar-los i que surtin. Un cop han sortit els posem a bullir.

Agafem una paella o bé una cassola de fang, hi tirem un rajolinet d'oli i hi sofregim la ceba ratllada, l'all picat i el julivert. Quan tot està ben daurat hi afegim el tomàquet i deixem que es vagi fent una mica espès.

A continuació hi afegim la salsitxa, la costella de porc, el pernil, la cansalada i el xoriço. Passats cinc minuts hi afegim els cargols i el brou fins a cobrir-los.

Tirem la fulla de llorer i els deixem fent xup-xup entre trenta i quaranta minuts. Rectificar de sal, si és necessari.

Si la salsa ens ha quedat massa líquida podem tirar-hi una mica de farina per espessir.

i remeis casolans



Com netejar cargols abans de cuinar

per la Sra. Maria Ràfols

Col·locar els cargols en un escorredor que es pugui tapar o en una xarxa. Deixar-los tres o quatre dies donant-los de menjar únicament una mica de segó o farina, d'aquesta manera es van purgant.

Passats els quatre dies s'han de rentar tres cops amb força aigua amb sal i una última esbandida amb aigua sola.

En començar a coure'ls, per acabar de netejar-los, afegir farigola a l'aigua de bullir. Després cuinar-los al gust.

***Cargol no dejunat,
a molts ha emmetzinat***



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

Sra. Rosa Moliné

**PASSAVA TOT EL DIA A L'HORT,
DES DE PRIMERA HORA DE MATÍ
FINS AL VESPRE.**



La Rosa va néixer a Ortedó ara fa 90 anys, des de ben petita ha estat envoltada de muntanyes, terres i bestiar i ha centrat la major part de la seva vida laboral a vendre al mercat de la nostra ciutat. La Rosa ha estat una dona alegre, molt enèrgica, treballadora i amb molts recursos per fer front a les inclemències de l'època que va viure. D'aquells anys encara guarda en

el record alguns fragments de la seva història de vida i, com sempre amb un somriure a la boca, els comparteix amb tots nosaltres.

El mercat és una activitat molt arrelada a la nostra ciutat, ens pot explicar quan va començar a vendre-hi i què la va motivar a fer-ho?

Cap als 30 anys vaig començar a vendre al mercat d'Andorra, no va ser fins una mica més tard que vaig començar a fer-ho al de la Seu. En aquella època vaig creure que **vendre el que cultivàvem a casa era la millor manera per guanyar-te la vida.**

Sempre hàviem tingut la parada en el mateix lloc?

Sí, podia variar en una banda o altra del Carrer Major però normalment la teníem ubicada just al davant de la joieria de Cal Garxina.





Tot el que venia al mercat ho produïen a casa? Quina extensió tenia l'hort que treballava? Qui se'n cuidava?

Sí, tota la part de verdures, hortalisses i fruita ho treballàvem a casa. A part d'aquests productes, també **veníem pollets, algun conill que jo mateixa matava i netejava, cargols, tota classe de bolets** que anàvem a collir quan era l'època, **rams amb les**

flors de l'hort i **els ous de les gallines de casa.** Inicialment vam començar a treballar un hort que teníem a Salit i vam llogar-ne un altre per tenir-hi el bestiar. Més endavant vam comprar més terreny i vam arribar a tenir uns 2.000 metres quadrats de terra.

Entre el meu marit i jo fèiem tots els productes que veníem al mercat. Jo passava tot el dia a l'hort, des de primera hora del matí fins al vespre i, sobretot a l'estiu, el meu marit em donava un cop de mà quan plegava de treballar a la serradora.



Ens pot explicar com era un dia al mercat?

Em llevava molt aviat, quan encara era fosc, i anàvem cap al mercat a muntar la parada i deixar-ho tot preparat. Al principi, **posàvem tot el que havíem de vendre dins un carretó i ho portàvem fins al Carrer Major.** Després el cotxe ens va facilitar aquesta feina. **La vigília de mercat tocava preparar-ho tot,** al matí collia la verdura que aguantava més i a la tarda allò que es passava més ràpid. Feia manats de verdures, posava tot el que s'havia de vendre en caixes ben presentades i els pollets en unes cistelles amb tapa.

Quan pujava a vendre al mercat d'Andorra la Vella agafava totes les caixes, les carregava en un carretó, les pujava amb el cotxe de línia i un cop allà, a cop de braç, les portava fins a la parada.



Què feia amb els aliments que li sobraven?

Normalment la gent em comprava força i això ajudava que ho vengués gairebé tot. Els dies que em sobrava alguna cosa ho portava a casa o bé ho repartíem entre la família per tal que no es fes malbé.

Què és el que més li agradava d'anar a vendre al mercat? Recorda alguna anècdota o algun fet curiós?



Jo anava al mercat per fer negoci, era la manera de guanyar-nos la vida treballant les nostres terres i venent el que produïem. Recordo que l'època de bolets m'anava molt bé, des de ben petita a casa sempre havíem anat a buscar-ne cada dia. Jo tenia molta pràctica i en trobava sempre, fins i tot en èpoques que se'n feien pocs, això feia que els pogués vendre a bon preu.

Com a anècdota us puc explicar que durant les vacances d'estiu, el meu nét venia a ajudar-me, li agradava pesar les bosses amb la romana i utilitzar la balança de pesos quan s'havia de pesar quelcom petit.

També ens ajudava a treure herbes de l'hort, recordo com agafava un raspall petitet i amb molta afició netejava la sorra de les carretes

vigilant que no se'ls hi trenqués la cua per poder-ne fer els manats.

A l'hivern, sobretot quan neva, a l'hort quasi no hi ha res, què es fa llavors?

Bàsicament fèiem espinacs i cols, l'hort es deixava en repòs fins que es llaurava a la primavera. Ara estem acostumats que hi hagi de tot però abans només menjàvem els aliments que es produïen segons l'època de l'any en què ens trobéssim.

Per què creu que la verdura dels pagesos té un altre gust que la que venen els majoristes?

El pagès no utilitza tants pesticides, cull la verdura madura i a punt per menjar. **La planta no passa per cap càmera** i això fa que mantingui totes les propietats.



<<El pagès cull la verdura madura i a punt per menjar>>



Recordem

Jocs i joguines

El corro de la patata (joc en rotllana)

*Al corro de la patata
comeremos ensalada
lo que comen los señores
naranjitas y limones
¡Achupé, achupé
sentadita me quedé!*



Al pasar la barca (joc amb corda)

*Al pasar la barca
me dijo el barquero,
las niñas bonitas
no pagan dinero.
Yo no soy bonita
ni lo quiero ser,
tome usted el dinero
y me embarcaré.*

Durant la seva infantesa els avis empraven la imaginació per elaborar tot tipus de joguines i utilitzaven el que tenien a l'abast per jugar; boles, llaunes, cordes, pedres... Alguns d'aquests jocs, han passat de generació en generació i avui encara estan vigents, d'altres han evolucionat o simplement han quedat en el record dels nostres padrins. Algunes de les joguines de les fotografies han estat elaborades pels nostres avis en el taller de manualitats.

Recordem a què jugaven i com eren els jocs de la seva infància?

Els cotxes

La il·lusió per tenir joguines, juntament amb els pocs recursos que moltes vegades disposava la família, empenyia als nens a enginyar-se-les per aconseguir la joguina que tant desitjaven.

Amb una mica d'imaginació i amb alguns objectes; una llauna, una capsa o un carbassó i una corda per estirar-los, tenien els models de cotxes més originals que hom es pot imaginar!

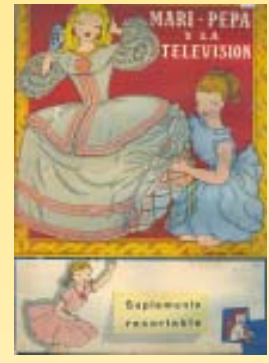
*"D'allò que fèiem
en dèiem cotxes!"*



Cotxe elaborat amb un carbassó



“Quines estones més maques jugant amb la nina Mari Pepa”



Les nines

La Mari Pepa era la nina de cartró que amb els seus vestits i complements de paper retallables havia acompanyat les tardes de joc de moltes de les nostres padrines.

L'elaboració de les pròpies nines era freqüent en aquella època, amb imaginació i el material que podien recollir (patates, pedres o panotxes de blat de moro) els servia per fabricar la joguina de forma ràpida i econòmica. A la panotxa, per exemple, li treien la fulla i deixaven a la vista els pèls de la part superior com si fos el cabell d'una nina, li posaven un vestidet que elles mateixes creaven i ja tenien la joguina.

Expliquen que quan els hi regalaven alguna, cosa que passava excepcionalment, i per por que es fes malbé, gairebé sense tocar-la, la desaven en un lloc ben visible i passaven llargues estones observant-la.



*Nina elaborada amb una pedra.
Els nostres padrins utilitzaven un carbó del foc per dibuixar-li la cara.*



Nina elaborada amb una panotxa



Instrumentos de música

La música no hi podia faltar, feien timbals amb llaunes de conserves i xiulets amb pedres. Recorden que n'agafaven de diferents mides i que les rascaven fins que feien un forat, d'aquesta manera es podia aconseguir que emetessin algun que altre so.

Jocs de carrer

Els jocs de carrer eren força variats, jugaven a corda, a palet, a fet i amagar, agafaven culleretes de les basses, reutilitzaven els taps de les ampolles per jugar a xapes, al telèfon i a les boles. Aquestes últimes les feien ells mateixos amb fang o amb els pinyols dels préssecs i els albercocs que es menjaven.



*Ballà que balla,
saca de palla,
saca de plom,
el més petit
fa un rodolom!!!*



Telèfon elaborat amb llaunes

*Ball rodó, Caterineta;
ball rodó, caterinó;
S'ha menjat la carn de l'olla i
els ous del ponedor,
so Caterineta so!!!*

Diàbolo, baldufes i tiradors

Els tres jocs eren molt coneguts i utilitzats durant les estones de joc. Els padrins comenten que es divertien força fent ballar entre cordes i impulsant en l'aire la bobina de diàbolo o com giraven les baldufes de diferents mides a la plaça del poble.

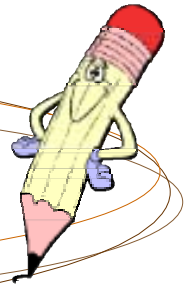
Ens expliquen que amb el tirador ("tiraxines") normalment hi jugaven els nens i bàsicament l'utilitzaven per llençar pedres contra objectes, caçar ocells, etc.



"... el joc és un divertiment en el sentit que és l'altra versió de la realitat on el subjecte troba el plaer que no troba en la realitat..."

Ortega i Gasset

Oci i Cultura



Sopa de lletres

Cercar:

- Memòria
- Atenció
- Pensar
- Record
- Lectura
- Informació
- Activar
- Ment

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

Solució pàgina: 23.

La tira còmica del Dani

Bé... com són treballadors de l'hospital els faré un bon preu per compartir la meua habitació. Amb la retallada de nòmines, han de saber que hi ha molts companys en la seva mateixa situació i hi estan molt interessats.



En Pep últimament rep moltes visites, que bé, se'l veu molt animat i això que li han retallat un bon pessic de la pensió...



Manualitat

Fem una nina com la que feien els nostres avis?

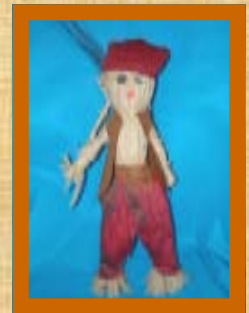
Teniu tots els passos i el material necessari. Ànims només trigareu 15 minuts!



Material:

- Una bobina de ràfia (en el seu defecte llana).
- Un tros de cartró de la mida desitjada (tingueu en compte que la mida del cartró serà la mateixa que tindrà la nina).
- Tisores.
- Trossos de roba.
- Botons.

...i ganes de treballar.



Agafar la ràfia i fer un nus al voltant del cartró.



Enrotllar la ràfia al voltant del cartró unes 100 vegades.



Agafar un altre tros de ràfia i fer un llaç entre la ràfia i la cartolina.



Separar la ràfia del tros de cartró.



Lligar el coll i seguidament fer el mateix amb els braços.



Fer la cintura.



Retallar la part sobrant de la ràfia.



Ja tenim la nina feta. Ara només cal vestir-la.

Bona feina!!

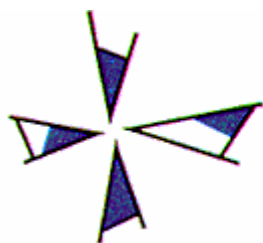
Endevina on és:



Solucions:

- 1: Biblioteca de Sant Agustí
- 2: Merceria "Didal d'or".
- 3: Carrer Major núm. 6.
- 4: Arbre i canal del passeig.
- 5: Botiga "Les Mesures".
- 6: Sortidor de la font del passeig.

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



fundació
sant hospital
la seu d'urgell