



## Els actes científics del 75è aniversari atrauen molts professionals de la salut

Conferència del Dr. Alberto Luini sobre el càncer de mama

...*(Continua a la p. 3)*

El passat 18 de setembre el professor Alberto Luini va pronunciar la conferència "Càncer de mama: gangli sentinella", que va aplegar nombroses persones interessades a conèixer les darreres innovacions en el tractament quirúrgic dels tumors de mama.

El professor Alberto Luini és director de la Divisió de Sinologia de l'Institut Europeu d'Oncologia, amb seu a Milà, considerat un dels grans centres oncològics europeus i líder en patologia mamària. Les tècniques desenvolupades per l'equip del Dr. Luini han obert noves perspectives en el tractament quirúrgic dels tumors de mama, molt menys agressiu i respectuós amb la integritat del cos de la dona.

L'Hospital General de Gra-



*El professor Alberto Luini és director de la Divisió de Sinologia de l'Institut Europeu d'Oncologia.*

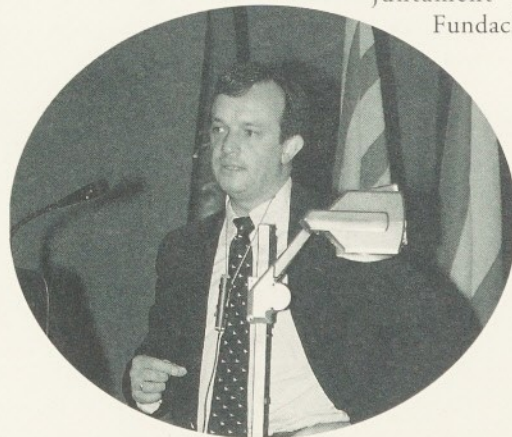
nollers es planteja posar en pràctica aquests coneixements i per això la Dra. Guadalupe Peñalva, metge adjunt del Servei d'Obstetrícia i Ginecologia, ha estat treballant durant dos mesos com a metge assistent amb el Dr. Luini, per tal d'aprendre aquestes noves tècniques en el tractament quirúrgic del càncer de mama.

### Jornada sobre la Medicina basada en l'Evidència

El passat 23 de setembre va tenir lloc la **I Jornada sobre la Medicina basada en l'Evidència**, organitzada conjuntament per la Fundació Hos-

pital/Asil de Granollers, el Servei Català de la Salut (Regió Sanitària Centre) i l'Institut Català de la Salut (Direcció d'Atenció Primària Granollers), a la qual van assistir un centenar de professionals de la sanitat, tant de la comarca com de fora.

El concepte "Medicina Basada en l'Evidència científica" (MBE) ha tingut una gran difusió i desenvolupament en els darrers anys i ha esdevingut un tema de gran actualitat en ciències de la salut. La forma diferent de treballar que planteja la MBE i les seves aplicacions pràctiques van ser desenvolupades pels ponents convidats a la Jornada, tots ells persones de reconeguda vàlua i prestigi en aquest tema.



*Jornada sobre la Medicina basada en l'Evidència.*

Envellir amb qualitat de vida  
p2

Nova sala telecomandada al Servei de Diagnòstic per la Imatge  
p3

Gran Sopar del 75è aniversari  
p5



## la farmaciola

### de Bat a Bat

Director

**Camil Escáñez**

Redactora en Cap

**Gemma Carbonell**

Consell de Redacció

**Carme Barbany**

**Marisa Camacho**

**M. Dolors Dalmau**

**Consol Fusté**

**Coral Gómez**

**Marina Molins**

**Patricia Prieto**

**Josep Maria Tàrrach**

Col·laboradors

**Esther Almansa**

**Dr. Jordi Esquiús**

**Fina Hernández**

**Dr. Josep M. Ibáñez**

**Manuel Moreno**

**Montse Ortiz**

**Manuel Pavón**

**Teresa Riera**

**Eva Sánchez**

Assessoria i Assistència

Redaccional

**Josep Díaz**

Disseny

**Simó Calvo**

Etiquetatge i embossament

**Residents del Centre Geriàtric**

# Envellir amb qualitat de vida

Segons dades de l'Institut d'Estadística de Catalunya corresponents a l'any 1996, un 16,3% de la població catalana té més de 65 anys. Es preveu que el 2010 aquesta xifra arribi a un 18% i l'any 2020 al 21%. Puja també el nombre de persones majors de 80 anys. L'increment de la població d'aquest sector és degut a l'augment considerable de l'esperança de vida produït per la millora progressiva de les condicions socials i sanitàries.

Envellir és un procés íntimament associat amb la vida, és una manifestació progressiva del curs del temps. El benestar social és la situació en què les necessitats fisiològiques, de seguretat, d'afecte, d'ubicació i de socialització estan cobertes. Quan aquestes necessitats no poden ser satisfetes per part del subjecte amb màxima autonomia és quan la societat exigeix respostes.

Augment de la taxa de dependència, deteriorament biològic, problemes i limitacions físiques i/o mentals... són aspectes que en major o menor mesura fan que la gent gran depengui dels altres per a les activitats bàsiques de la vida diària. Però la societat actualment no està preparada per assumir aquestes mancances i les famílies, en el cas que n'hi hagi, tampoc poden fer front a les cures que requereix aquesta població. Es dona el fet que els membres de la família treballen però no tenen sous prou elevats per permetre's de pagar una tercera persona que se'n faci càrrec. D'altra banda, moltes vegades les

persones grans viuen soles o en parella fins que es troben incapacitades i necessiten que algú en tingui cura; quan arriba aquest moment, de vegades els familiars no les poden acollir a casa, ja que els habitatges solen ser petits i no disposen d'habitacions per als seus avis. A més, a causa de l'augment de l'esperança de vida, els fills solen ser també persones grans que, encara que siguin independents pel que fa a les activitats bàsiques de la vida diària, també comencen a tenir problemes de salut i no estan capacitades per afrontar les cures de la gent gran. Un

altre dels grans problemes són les barreres arquitectòniques dins i fora dels habitatges.

La societat demana respostes a aquests problemes, i és cert que un nombre important de la població anciana s'està beneficiant dels recursos existents a la nostre comarca, com per exemple

del Servei d'Ajuda Domiciliària, Servei de Telealarma, Centres de Dia, Residències Geriàtriques, ajudes econòmiques per a terceres persones que tenen gent gran al seu càrrec, etc. Però aquests recursos no són suficients. Hauria d'haver un canvi de cultura sobre la tercera edat, ens hem de conscienciar tots sobre el fet que cada vegada tindrem més ancians entre nosaltres i que hem de proporcionar-los un major benestar. Aquest serà el nostre futur.

**Esther Almansa**  
Trebball Social



## la finestra

*Me llamo Eva Sánchez Molina y soy una enfermera de la 6ª planta de este Hospital.*

*Me dirijo a la revista porque escribí esta poesía durante el curso de "Relación de Ayuda" de este año. En ella intenté resumir en forma de poesía algunas de las cosas aprendidas durante el curso.*

*El último día del curso, leí esta poesía en la clase y a mis compañeras/los y profesora les gustó mucho y me animaron a que la enviara a la Revista para que todos la pudiérais leer.*

*Gracias por vuestro tiempo.*

## Relación de Ayuda

### Resentimiento

De que sirve sentirlo...

... si te devora por dentro,  
¿no sería mejor vivirlo  
y entregárselo al universo?

Explica lo que sientes  
aunque sea a un objeto,  
para que el viento se lleve  
todo ese resentimiento.

Verás que si lo sueltas  
tu cuerpo se relaja,  
te sientes ligera y vuelas  
dejando fuera esa carga.

De esa manera ese rincón,  
que en tu cuerpo queda vacío  
lo ocupará algo como el amor...  
... hasta ahora desconocido.

Llora si así lo sientes,  
patalea, pega o grita  
deja que tu cuerpo exprese...  
... él es más sabio que tu mente.  
No pienses que es imposible,  
tan sólo compruébalo  
con ello nada se pierde...  
... porque no es éxito ni fracaso.  
Sólo es dejarse llevar  
por las voces del corazón,  
que por fin le toca hablar...  
... poniendo mordaza a la razón.

*A mis compañeras/los y profesora Núria Carsi del Curso de "Relación de Ayuda 97/98"*

# La nova sala telecomandada de Diagnòstic per la Imatge

El Servei de Diagnòstic per la Imatge del nostre Hospital ja disposa d'un telecomandament digital. L'adquisició del nou aparell ha estat possible gràcies a la donació que ha fet la Sra. Carme Corbera i Fradera a la Fundació Hospital/Asil de Granollers.



La sala porta el nom de Carme Corbera i Fradera.

L'esmentada sala telecomandada portarà el nom de la seva benefactora i s'ha posat en funcionament a final d'octubre.

Aquest equipament està integrat per una taula i un arc en C completament monitoritzats. Els seus moviments són múltiples i es poden dirigir a distància.

A l'esmentada sala és possible realitzar exploracions convencionals amb i sense contrast, com també procediments terapèutics i/o diagnòstics de molta precisió, ja que l'arc ens permet localitzar exactament el punt on s'ha de fer la intervenció. Amb aquest tipus de procediment s'evita en molts de casos que el malalt hagi d'entrar a quiròfan, amb tot el que això comporta.

La radiologia digital ens permet fer un tractament de la imatge radiològica després de la seva obtenció; per tant, podem millorar-ne la qualitat, per la qual cosa no hem de sotmetre el pacient a noves exposi-

cions i estalviem radiacions innecessàries, tant al pacient com als professionals.

La nova sala està dotada d'un sistema de sostracció digital; és a dir, si cal obtenir la imatge d'artèries o venes, es podran aconseguir per sostracció de la resta de la imatge que no es necessita en aquell moment.

Una altra característica important del nou telecomandament digital és l'obtenció dels diferents tipus d'imatges i posicions (axial, coronal, sagital, etc.) de qualsevol pacient sense necessitat de moure'l, ja que són la taula i l'arc els que es desplacen.

Un altre aspecte important de la sala és que es pot treure la imatge mitjançant pel·lícula tractada en sec, sense utilitzar líquids de revelatge, fet que ens permet col·laborar en la protecció mediambiental.

Manel Moreno Navas  
Cap Tècnic del SDI

(Ve de la p. 1) ...

Breus

1998  75 ANIVERSARI

## Aniversari del Centre Geriàtric

El dia 23 de setembre, amb motiu del 14è aniversari del Centre Geriàtric i emmarcat dins la celebració dels 75 anys de l'edifici històric, es va viure a la Residència una jornada festiva animada per diferents actes pensats per tal que els nostres residents s'ho poguessin passar d'allò més bé.

La jornada va tenir com a primer acte d'aplec la celebració de l'Eucaristia, preparada conjuntament pels cuidadors i el servei religiós de l'Hospital. A continuació, va tenir lloc el dinar d'aniversari en què residents, equip directiu i professionals vam poder estar junts i gaudir d'una bona estona de convivència.

La presència de l'estudiantina Carpana, que va ani-

mar la sobretaula, va permetre fruit d'una emotiva audició i recordar belles cançons que alegraren els rostres de tothom.

També al llarg del dia va estar exposada la Mostra de Treballs Manuals que, com cada any, és el resultat de diferents activitats de la teràpia ocupacional que realitzen les persones que són ateses a l'Hospital de Dia.

Fina Hernández  
Teresa Riera



## Ajornades les 6es Jornades Catalanes d'Infermeria Comarcal

Les 6es Jornades Catalanes d'Infermeria Comarcal, organitzades per l'Associació Catalana d'Infermeria i la Direcció d'Infermeria de l'Hospital de Granollers, que s'havien de celebrar els dies 22 i 23 d'octubre han estat ajornades per raons organitzatives i tindran lloc els propers dies 21 i 22 de gener de 1999.



## Trobada d'Hospitals Comarcals sobre la sida

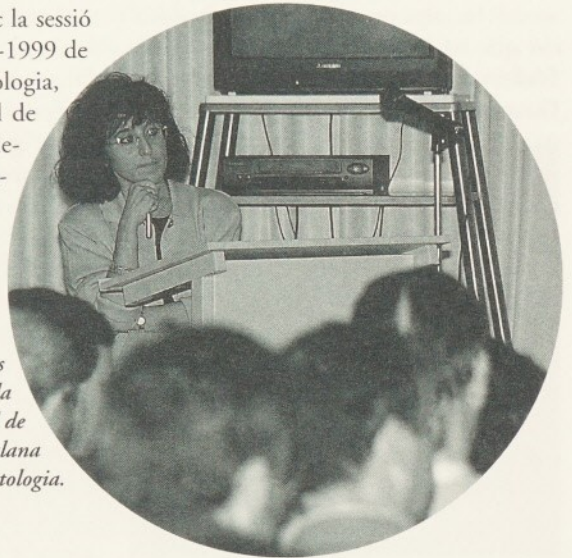
El 2 d'octubre va tenir lloc a la sala d'actes del Centre Geriàtric la **Trobada d'Hospitals Comarcals VIH-Sida**, dins el marc de la celebració del 75è aniversari de l'edifici històric. Aquesta trobada era el reflex de l'esforç d'un col·lectiu de professionals que treballen des dels hospitals comarcals perquè l'assistència als malalts amb sida es faci cada dia millor, tant des del punt de vista científic com humà.

Van participar en aquesta jornada prop de 400 metges, psicòlegs, farmacèutics, diplomats i auxiliars d'infermeria, assistents socials i altres professionals sanitaris d'hospitals i centres sanitaris i sociosanita-

## Sessió científica de la Societat Catalana de Reumatologia

El passat 9 d'octubre va tenir lloc la sessió científica inaugural del curs 1998-1999 de la Societat Catalana de Reumatologia, que enguany s'ha fet a l'Hospital de Granollers amb motiu de la celebració del 75è aniversari de l'edifici històric, sessió en la qual van participar uns 60 reumatòlegs d'arreu de Catalunya.

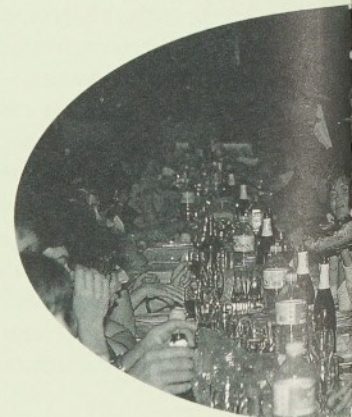
*60 reumatòlegs van assistir a la sessió inaugural de la Societat Catalana de Reumatologia.*



ris d'arreu de Catalunya. La Trobada es va estructurar entorn de taules de discussió que tractaven de diversos temes (treball interdisciplinari, enfocament i abordatge psicològics en pacients infectats pel VIH, esquemes d'antiretrovirals, investigació i hospitals comarcals, VIH i infermeria, nous fàrmacs...).

Cal destacar, a més del gran interès que va despertar aquesta jornada entre els professionals de la sanitat, l'alt nivell científic assolit en les taules rodones i debats, motiu pel qual des del Comitè Organitzador es fa un balanç molt positiu de la Trobada.

## Sopar del 75è aniversari



*Trobada d'Hospitals Comarcals sobre la sida.*

## I Jornada Oberta d'Oncologia: Hospital i Atenció Primària

El divendres 16 d'octubre es va fer la **I Jornada Oberta d'Oncologia: Hospital i Atenció Primària**, organitzada conjuntament entre l'Hospital de Granollers i l'Institut Català de la Salut (Direcció d'Atenció Primària de Granollers).

En aquesta Jornada van participar més de cent cinquanta metges, infermeres i treballadors socials, tant de l'Hospital com de l'Atenció Primària, principalment de la comarca, que van tractar al llarg de les sessions de treball (ponències i una taula rodona) sobre el tractament del càncer i la coordinació entre els diferents nivells assistencials.



*Acte inaugural de la Jornada oberta d'Oncologia: Hospital i Atenció Primària.*

La comunicació entre l'Atenció Primària i l'Hospital és un aspecte molt important amb vista al diagnòstic precoç dels tumors i a un millor seguiment domiciliari dels

pacients, i és per tal de millorar aquesta comunicació i coordinació que s'ha organitzat aquesta Jornada, que es preté que es pugui anar celebrant cada any.



*Els assistents al sopar van estar ben engrescats.*

El passat 17 d'octubre, més de 400 persones ens vam reunir al Pavelló d'Esports de Granollers per celebrar el sopar del 75è aniversari de l'edifici històric de l'Hospital. La festa, a la qual vam assistir un elevat nombre de treballadors de l'Hospital i alguns familiars,

va començar a dos quarts de nou amb un còctel de cava de benvinguda. Tot seguit es va servir el sopar, que va consistir en un pa amb tomàquet amb embotits selectes (gentilesa de l'empresa Covalco, S.A.) regat amb vi i cava etiquetats especialment per a l'ocasió. Per acabar l'àpat, es va servir un pastís de 50 kg que es va repartir entre els assistents al sopar, els professionals que estaven treballant a l'Hospital i els avis de la Residència. En Luis Navarro, del Departament de Manteniment, que es jubilava al cap d'uns pocs dies, va ser l'encarregat de fer el primer tall al pastís.

Un cop acabat el sopar, començà la festa amb un "karaoke a la carta", en el qual tothom podia triar el tema que volia cantar. Durant gairebé una hora els més decidits van llançar-se a l'escenari a interpretar les més variades cançons del repertori, acompanyats pel públic.

Tot seguit va iniciar-se el ball, que va anar a càrrec de l'orquestra Miven, encara que també vam poder gaudir de l'actuació del grup Principal Primera, que ens va fer ballar a tots ben compassats.

La festa es va allargar fins a la matinada, i els més marxosos van poder seguir la gresca amb la Discoteca Mòbil del Manel Pavón.

Des d'aquí voldria agrair a tots els companys, tant els que van venir al sopar com als que no van poder assistir-hi, el seu suport i encoratjament per tirar endavant aquesta festa, i també agraeixo a tots els que van participar en l'organització i muntatge la seva col·laboració. Desitjo que, amb el vostre suport, puguem organitzar més celebracions com aquesta en una propera ocasió.

Moltes gràcies.

Manel Pavón

## la Residència

# En Gabriel i la Mercè, tota una vida junts

Gabriel Castellsagué Bertran i Mercè Alabau Sabaté són una parella de "joves" que són entre nosaltres, a la Residència Adolfo Montañà, des de l'agost de 1991, on van poder entrar després d'una espera de tres anys. En Gabriel i la Mercè són un dels dos matrimonis que viuen a la Residència. Els conec des que van arribar-hi i us puc assegurar que són una parella encantadora.

El que us explicaré sobre ells només és una petita mostra de tot el que tenen per explicar sobre les seves vides. Llargues vides, doncs en Gabriel va néixer a Can Gabriel, a la Roca del Vallès, el 26 de juny del 1909 i la Mercè, el 12 de febrer de 1912 a Teià. La vida d'en Gabriel, fill de Genís i Francisca, ha estat sempre lligada al camp, encara que, segons ens explica, va poder anar "una mica" a escola entre els 7 i els 14 anys. Això d'anar a escola "una mica" es devia al fet que sovint estava malalt, fins al punt que la seva mare el va portar a Lourdes. Als 18 anys es va posar pitjor, a causa d'un abscess a l'orella, i el metge de la Roca, amb l'ajut d'un altre metge de Mataró, el va operar a pagès amb un llum de carbur.

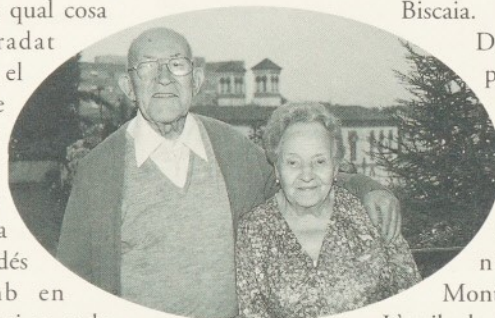
La Mercè, filla de la Maria i en Miquel, que feia transports en carro, va anar a viure a Alella quan tenia cinc anys. Ens explica que anava al col·legi de les Germanes M. Auxiliadora d'Alella i que va aprendre moltíssimes coses d'aquells anys. Quan només tenia 10 anys la seva mare va morir i el seu pare va haver de tirar enda-

vant amb els seus sis fills. A ella li agradava molt anar a passar uns dies a casa dels seus tiets, en Pere i la Teresa, a Can Sora, a la Roca del Vallès. A Can Sora, juntament amb els seus cosins, en Jaume i la Mercè, amb els quals es portava pocs anys, s'ho passava d'allò més bé. Anaven a ballar a les sales de la Roca, la del "Parque" i la Sala de Dalt, i també venien a la Unió de Granollers, a escoltar i veure sarsuela. En aquells temps, la Mercè treballava a pagès i aprenia a cosir, la qual cosa sempre li ha agradat molt. Finalment, el seu pare, en veure que aquestes estades a Can Sora eren cada vegada més llargues, la va deixar que es quedés a viure-hi. Amb en Gabriel eren veïns i es troba-

ven al ball, encara que ell no és gens ballador. Es van prometre l'any 1931 i es van casar pel civil el 12 d'abril del 1933 i per l'església el 13 a la Parròquia de la Roca.

No tot va anar tan bé com us he explicat fins ara, ja que l'any 1936 va esclatar la guerra. En Gabriel no hi volia anar i es va fer el desentès: es va amagar durant més d'onze mesos, fins que uns carrabiners van amenaçar amb agafar i emportar-se la Mercè i la seva sogra, la qual cosa el va fer desistir. El van enviar presoner a la fàbrica de tabac de Tarragona, al front, a Cardona i també als claustres anomenats "nevera" de la Catedral de la Seu d'Urgell, on una

vegada els del CIM es van oblidar que hi eren. La Mercè, juntament amb la seva cosina, li portava menjar i roba tan aviat com rebien notícies d'on era, encara que no sempre li ho comunicaven. També va passar per un camp de concentració fins al seu alliberament a mitjan any 39. Durant tota la guerra, com a "càstig", van obligar a la família a tenir cinc refugiats i alimentar-los. Eren un matrimoni de Sant Sebastià i una senyora vídua amb dues filles de Biscaia.



Després de la guerra, poc a poc tot es va anar normalitzant i van tenir la seva filla, la M. Àngela. Amb els anys, la filla els va donar tres néts, la Mercè, la Montserrat i en Bernardí.

L'arribada d'en David els va fer besavis.

Els anys anaren passant i, en trobar-se sols a la Roca, van decidir demanar plaça a la nostra Residència sense consultar la família, ja que no volien ser una càrrega ni per a la filla ni per als néts. Ara gaudeixen d'una vellesa tranquil·la, acompanyats dels altres residents i de la seva família, que no deixa de visitar-los.

Des del dBaB els desitgem molts anys de vida entre nosaltres.

Consol Fusté

## BBBBBB BBBBBB BBBBBB BBBBBB BBBBBB BBBBBB sala de lectura

*Un hivern plàcid*, Miquel Martí i Pol, Edicions 62, 60 pàg.

*Llibre d'absències*, Miquel Martí i Pol, Editorial Empúries, 70 pàg.

Després de força temps de no llegir poesia, aquests dos llibres de Miquel Martí i Pol m'han reconciliat amb aquest gènere.

El primer parla de la malaltia i de la

## Sala de lectura

vellesa en relació amb l'entorn de l'autor. De vegades ressegueix, amb resignació, el perfil de la incapacitat física amb apunts dels anys de joventut passats; d'altres, la rebel·lió a aquesta situació provoca uns poemes durs i neguitosos.

El segon llibre tracta de la mort, una absència que esdevé un elogi de l'amor i de la complicitat en la parella. Són poemes

amb música pròpia, poemes nets, on la mort no és un fet tràgic i l'absència matisa la solitud de l'autor.

Tots dos llibres són de lectura recomanada per fer un exercici de tendresa cap a situacions tan injustes com la malaltia i la mort.

Montse Ortiz i Aycart

# Aula

## Cursos per als MIR i els FIR

Aquest trimestre s'han organitzat dos mòduls del Programa Comú Complementari de formació per a metges i farmacèutics residents.

El primer d'ells, el mòdul d'habilitats comunicatives, que és el tercer cop que es fa aquest any, està adreçat als especialistes en formació de primer any. Ha tingut una durada de 30 hores i s'ha fet al llarg del mes d'octubre. Ha estat coordinat pel Dr. Joan Serra Moscoso –metge adjunt del Servei de Geriatria, que també ha participat com a docent– i pel Dr. Carles Pujol Fernández –metge d'atenció primària de les Franqueses del Vallès–. Així mateix hi han participat les doctores Vicky Yetano i Pilar de Azpiazu, que han fet col·laboracions en temes puntuals.

La finalitat d'aquest curs és aportar les eines necessàries per tal de millorar no solament la comunicació entre el metge i el malalt, sinó també la comunicació interprofessional i el treball interdisciplinari.

El segon curs, adreçat als especialistes en formació de tercer any, és el de gestió assistencial. També té una durada de 30 hores i es farà al llarg del mes de novembre.

Aquesta és la primera vegada que fem aquest mòdul i pretenem donar una visió global en temes de gestió, tot fent una introducció al que és el sistema sanitari, l'empresa hospitalària, els models assistencials hospitalari i d'atenció primària, la gestió de les àrees de suport, els sistemes d'informació i la qualitat.

El curs és coordinat pel Dr. Albert Vives –director de Planificació i Avaluació– i serà impartit per la totalitat de l'equip directiu, a més de la col·laboració del director de la DAP Granollers, Dr. Salvador Moix, i de la Dra. Esther Vila, documentalista clínica.

Dr. Josep M. Ibáñez  
Cap d'Estudis

## Altres cursos de formació

Durant el darrer trimestre de 1998, i dins del Pla de formació de l'Hospital, hi ha prevista la realització de diversos cursos.

El mes d'octubre, gairebé una trentena de professionals d'Hostaleria del centre han participat en el curs "Acompanyament en els processos de morir i de la mort", i pel novembre seran professionals de la Direcció d'Infermeria els qui participaran en una nova edició d'aquest curs que ja fa anys que es duu a terme a l'Hospital i imparteixen professors de l'escola Domo.

El mes d'octubre s'ha iniciat la segona edició del curs "Introducció al virus de la immunodeficiència humana", que ha estat organitzat per la secció sindical de CCOO i és impartit per professionals de l'Hospital. També es va iniciar el mes d'octubre el curs de "Prevenició i extinció d'incendis", que durarà fins al desembre, i en el qual participen persones de totes les àrees de l'Hospital. Durant el mes de novembre també se celebrarà el curs "Higiene hospitalària", adreçat a auxiliars d'Hostaleria.

Finalment, durant els darrers dies de novembre i al principi de desembre es duran a terme cursos d'Internet amb tres grups de 15 persones cadascun, un al matí i dos a la tarda: dos de bàsics per a aquells professionals no iniciats en el tema, i un segon curs adreçat a les persones amb coneixements previs.

## la finestra

### Aturar-se amb Borges

Gairebé sense voler-ho m'ha caigut a les mans un text poetitzat de Jorge Luis Borges que m'ha fet aturar breument el ritme frenètic, lluitador i competitiu que ens aclapara. He acabat de llegir-lo i, com tantes vegades, he pensat de canviar la forma i el ritme de la meua vida. Als cinc minuts ha sonat el telèfon per reclamar-me un cas. He tornat a la nostra realitat, que tampoc és tan dramàtica: tornem a ser dilluns.

Llegiu-lo, val la pena aturar-se de tant en tant!

Jordi Esquius i Soriguera

## Instantes

Por Jorge Luis Borges

*Si pudiera vivir  
nuevamente mi vida.  
En la próxima trataría  
de cometer más errores.  
No intentaría ser tan  
perfecto, me relajaría más.  
Sería más tonto de lo  
que he sido, de hecho  
tomaría muy pocas  
cosas con seriedad.  
Sería menos higiénico.  
Correría más riesgos,  
haría más viajes, contem-  
plaría más atardeceres,  
subiría más montañas,  
nadaría más ríos.  
Iría a más lugares adonde  
nunca he ido, comería más  
helados y menos habas,  
tendría más problemas reales y menos imaginarios.*

*Yo fui una de esas personas que vivió sensata y prolificamente cada  
minuto de su vida: claro que tuve momentos de alegría.  
Pero si pudiera volver atrás trataría de tener solamente buenos momentos.  
Por si no lo saben, de eso está hecha la vida, sólo de momentos: no te  
pierdas el ahora.  
Yo era uno de esos que nunca iban a ninguna parte sin termómetro,  
una bolsa de agua caliente, un paraguas y un paracaídas; si pudiera  
volver a vivir, viajaría más liviano.*

*Si pudiera volver a vivir comenzaría a andar descalzo a principios de  
la primavera y seguiría así hasta concluir el otoño.  
Daría más vueltas en calesita, contemplaría más amaneceres y jugaría  
con más niños, si tuviera otra vez la vida por delante.  
Pero ya ven, tengo 85 años y sé que me estoy muriendo.*

# l'agenda

## les golfes

Us recordem que sortejarem un llibre entre tots els encertants de cadascun dels passatemp. Podeu depositar la solució a la bústia que trobareu al costat de la Unitat d'Informació i Atenció al Client.

Data límit per entregar els resultats de "Les Golfes 26": 22/01/99

### Escudella barrejada

Número 26

Del dret i del revés, recte i de través, podeu trobar 20 companys de treball. *Per MTS*

A Z B L A R E P R O D A V L A S  
O E O P Z O E A T S O N T A L A  
C D N E L E E L Z O L N E U A L  
S N E D I W A L O T O A A C N L  
A A R R E D N E F U R D I S E E  
R N O O U A U S A R S E C A C D  
R R M V G T L A I F Z L R P U A  
A E E I A E O C L I O A A O L T  
C F P L Y Ñ I A A N M L G I A S  
S S I A M<sup>a</sup> I N I L O E A O C I E  
E E L N E V O V U T Ñ M R A N E  
R D E A S A T L E N O D D N E M  
O R F V O T N I T A M M E G G I  
L U T E J R A S P T P K P I U A  
O O E G O A N A P A S C U A E J  
D L M A I M I R R U G A I R A M

### Targeta falsa

Número 26

Sembla una senyora molt neta, però... és una senyora molt més que neta!

MARIA ROSAL LAVADO SORRON

## el rebost

Ingredients per a 6 persones

- 3 llagostes de 500-600 g cadascuna
- 3 tomàquets madurs
- 3 pebrots verds
- 4 grans d'all
- 1 dl de conyac
- 1,5 l d'aigua, sal i oli

Temps de realització: 1.30 h.

## Nomenaments

Dr. Jordi Serra Carreras  
Metge especialista en Otorinolaringologia

Dr. Josep M. Ibáñez Romaguera  
Cap de Secció d'ORL

Sra. Marian Martos Cantós  
Cap d'Infermeria de la Unitat d'Hospitalització de Medicina Interna

Sr. Pere Fàbregas Casanovas  
Director de Sistemes d'Informació

### Solució dels MOTS ENCREUATS número 25

H. 1. Intoxicació. Or. 2. Marquet. Man. 3. Pneumologia. I. 4. Osteoblast. Ban. 5. Na. R.L.S. Àmbit. 6. D.A. Altiplà. Pa. 7. Encants. Rítmic. 8. Reis. Àvid. Art. 9. Auditor. Onatge. 10. Bleda. Enrica. 11. Leses. V. Aspres. 12. Esar. Si. Tm. Ora. 13. S. Imita. Esnob. 14. Patatxaps. Iso. V. 1. Imponderables. 2. Nansa. Neules. P. 3. Tret. Acidesa. A. 4. Oquer. Asiderit. 5. Xum. An. Tas. Ma. 6. Ieoblit. O. Sit. 7. Ctl. Tsarevitx. 8. A. Oasi. V. N. Aa. 9. C. Gs. Priorat. P. 10. I. Italianismes. 11. Oma. Nat. Acp. S. 12. A. BB. Mataroní. 13. On. aipirG. Eros. 14. R. Intacte. Sabó.

### Solució TARGETA FALSA número 25

ANTONIO SANCHEZ BRAVO

### Solució a l'ESCUDELLA BARREJADA número 25

ARREDONDO Amalia, ALVAREZ José, ESPINOSA Antonio, GARCÍA M. Dolors, GIMÉNEZ Natalia, GUARDADO Manuela, LÓPEZ Luz, MIR Pili, MIRANDA M. Jesús, MORENTE Estrella, OLIVER Anna Maria, ORTIZ Francisco, PRIETO Patricia, ROQUE Francisco, ROS Nuri, RUIZ José, SANTA-MARIA Gorane, TERUEL Jesús, VEGA Ana, VENTURA Lourdes.

### Guanyadors per sorteig, entre les solucions correctes de "Les Golfes" del número 25:

Escudella barrejada: Marc Peñas  
Mots Encreuats: Montse Fageda  
Targeta falsa: Esther Almansa

## Mots encreuats

Número 26

H. 1. Obriran i tancaran els ulls. 2. Aigual. Dona de l'Antic Testament. Cinc-cents. 3. Favoritisme envers els parents. Creu. Aquest doctor tenia problemes amb el 007. 4. (Al rev.) Fa giravoltar els pollastres. Nom de lletra. (Al rev.) Referent al joc. 5. (Al rev.) Fa un pacte. Cafè amb whisky. 6. Arbre de la família de les taxàcies. I, en llatí i en francès. Encesos d'ira. 7. Fer pel nas una espiració brusca, espasmòdica i oible. Cinquanta. 8. Flascó que conté un medicament. Relatiu al teixit adenoides. 9. El mercat té les síl·labes capgirades. Si es fa el primer es comença una tasca, si es fa gran és un progrés, i si es fa enrere es recula. Aire de les Canàries. 10. Consonant. Ordre, en castellà. Fill de Jacob. Mil. 11. Os. Aquesta va contra la febre. 12. Va donar la vida per ser fidel a una causa. Espòs. 13. Est. (Al rev.) Líder de la revolució cubana. Rosa molt petita. 14. (Al rev.) Repeticions d'un so produïdes per la reflexió de les ones sonores. (Al rev.) Element químic. Animal semblant al cérvol. V. 1. Conjunt dels cinc primers llibres de l'Antic Testament. Deixat de banda. 2. Insensibilitzar per mitjà d'un anestèsic. La primera. Oxigen. 3. Qualitat de rapaç. Ensinistrat al treball. 4. Prefix que significa pus. Metge i escriptor suec, autor de La història de Saint Michel (nom i cognom). 5. (Al rev.) Pota d'una cadira. Consonant. Ert. 6. En castellà, nom d'home. Excitar (¿?) per a la lluita. Consonant. 7. Cansament. Arbre amb les arrels enlaire. Val més posar-lo a la boca que tenir-lo a l'ull. 8. Deixar erma alguna cosa. A vegades, quan un no sap què té, és que ho està. 9. La ballen a l'Aragó. Est. L'ascensor de la selva. Poden ser pena..(¿?). 10. Els militars ho fan servir per engegar. La caixa d'un cotxe. 11. Costum de fer una cosa d'una certa manera. Un. (Al rev.) Tradició fabulosa entorn dels déus, herois, etc. 12. Símbol de l'astat. Insecticida. Renunciar. 13. Nitrogen. Despullades. Símbol de l'arsènic. Cent. Símbol del neon. 14. Segueix fúnebres. Mamífer remugant semblant al camell, coprotagonista a Tintín i el temple del sol. Prefix que vol dir contrari.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														
9														
10														
11														
12														
13														
14														

Marina Molins

## Caldereta de llagosta

Preparació

Talleu els caps de les llagostes amb un ganivet ben esmolat i recolliu el suc en un recipient.

Trinxeu les cues de les llagostes i, juntament amb els caps, poseu-les en una cassola de terra; ruixeu-les amb el brandi i flamegeu-les.

A part, peleu la ceba i piqueu-la ben fina, cocu-la a foc lent amb una mica d'oli, afegiu els tomàquets pelats i a trossos, els pebrots tallats a trossos i, finalment, els grans d'all molt picats.

Quan el sofregit estigui a punt, tireu-lo a la cassola de la llagosta. Afegiu-hi el suc que hem guardat abans i remeneu.

Cobriu tots els ingredients amb aigua i deixeu coure durant una hora, aproximadament, a foc lent.

Serviu directament amb la mateixa cassola.

Acompanyeu-ho amb llesquetes de pa torrat.