

Bon dia persona bonica!

Soc la Rosa, vas millorant? Espero i desitjo que sí.

No sé si t'he parlat cam dia de les meves vestietes. A casa tenim una gosa i una gata que van venir per un temps i s'hi van quedar.

La Vileta, la gossa va venir a casa amb tres dies, resulta que la meva filla petita sempre en demanava un gos i jo no volia cap animal perquè pensava que a casa faria pudor i que hi hauria pels i brutícia i jo no volia cap més feina afegida. La solució va ser que la meva mare adoptés un gos que seria de la meva filla i que l'aniria a veure sempre que volgués, i ho vam fer així, però un dia el gos es va escapar i el van atropellar i va morir. Va ser un disgust molt gran perquè ja ens l'estimàvem. Aleshores parlant-ho amb el veterinari ens va dir que aquella setmana l'hi havien portat una gosa per que parís a la clínica i sacrificuessin les cries, però que només n'havia nascut una de viva i que una de les veterinàries l'havia pres a casa seva per cuidar-la fins trobar-li amo, i ens la va oferir. Vam agafar a la Violeta quan només tenia tres dies i se li havia de donar el biberó dia i nit cada tres hores, el tracte era que la gosseta es quedés a casa de la meva mare, però com que em sabia greu que s'hagués de llevar cada tres hores, em vaig oferir per tenir-la a casa fins que ja pogués menjar sola. Durant no recordo quan de temps em llevava cada nit un parell de cops per alletar-la, li vaig ensenyar a fer pipi i caca, jo no sabia que les mares gosses les llepaven per ensenyar-les, i jo cada cop que prenia biberó, amb una gasseta li feia una fregueta a la vulva i al anus i la posava sobre un paper de diari perquè fes les seves necessitats, i ho va aprendre, i encara ara quan no la podem treure a passejar, posem un diari a terra i ella fa el pipi allà. Perquè estigués calentona la teníem dins d'una caixa de sabates amb una manteta elèctrica petita, d'aquelles que es fan servir quan tens mal de cervicals o de ronyons. I cada matí quan anava a treballar a la botiga prenia la caixa amb mi i quan li tocava li donava el biberó. Vaig fer un vincle tant gran que després ja no vaig voler que se n'anés a casa de la meva mare. I ara ens l'estimem tots tant que no sabriem viure sense ella, dona molt d'amor i fa molta companyia, i si estem tristos o malalts no ns deixa, sap triar a qui la necessita més en cada moment. Ara ja té set anys i mig.

La gata, la va porta el nostre segon fill, la va recollir del camp i ens va demanar tenir-la a casa dos mesos fins que ell tenia previst marxar de casa, això va ser fa nou mesos, la qüestió es que el nostre fill va canviar de plans i no va marxar de casa fins el febrer i va marxar massa lluny per prendre-la i la tenim a casa. És molt bonica i també ens l'estimem.

Al principi quan va arribar la gata, no es portaven bé gata i gossa però desseguida s'hi van acostumar i ara dormen juntes, de tant en tant s'empaiten però jo penso que és per jugar, perquè sempre es busquen i quan trèiem a la Violeta a passejar, quan tornem la gata ja l'espera a la porta i només entrar ja la molesta amb la pota.

Tenir animals a casa és molt agradable, però és cert que donen fina addicional i despeses, però compensen les alegries i les festes que et donen.

Bé persona bonica, avui ja m'acomio de tu fins demà, desitjant-te un bon dia i una bona nit.

Fins demà!

Una càlida abraçada!

Badalona, viernes 3 de abril del 2020

Hola, soy Derek,

Envió este mensaje a todos/as las personas que están malitas en este momento, para darles ánimos, que pronto pasará este mal momento y mañana estaréis todos curados y de vuelta con toda vuestra familia. Y si os sentís solos, no es así, porque todos estamos para ayudaros en lo malo y en lo bueno. Siempre estamos trabajando para que este virus se vaya y que los enfermos se pongan bien, para que todos vuelvan a ver a su familia y amigos y ser felices como lo éramos antes. Un fuerte abrazo, os queremos de vuelta en casa.

Atentamente, Derek.



Estimada o estimat desconegut:

Aquests dies tan complicats per tots has de saber que no estàs sols, a més de la teva família tens molta altra gent al teu costat. Alguns tenen cara i nom, és tot el personal sanitari i mèdic que t'acompanya i té cura de tu. D'altres com jo, anònims, a qui no pots posar cara, però si que tenim veu. Som gent anònima que t'envia un alè d'esperança, de suport, d'ànims en mig de tot aquest desgavell. El malson d'aquestes setmanes passarà, de fet cada dia que passa queda un dia menys perquè acabi, mentre caldrà distreure els pensaments negatius i omplir la ment amb idees reconfortants.

Per això em permeto deixar volar la imaginació com fan els infants. Ells quan volen tenen una enorme capacitat per evadir-se de les situacions complicades creant i inventant històries algunes amb súper herois poders que tenen súper poders.

Doncs som-hi... fem volar la nostra imaginació per pensar que som superherois i inventem quins súper poders ens agradaria tenir ara mateix.

Fer visible el que és invisible. Aquest virus, que no es deixa veure amb els ulls i prefereix estar amagat a simple vista, ens està fent la punyeta. Estaria bé poder-lo mirar cara a cara, no pas tocar-lo ni respirar-lo, per dir-li el que pensem d'ell i també per poder batallar millor. L'enemic se l'ha de combatre de front, ell ens ataca per sorpresa, cal poder mirar als ulls a l'adversari per mostra-li la nostra força. Què covard!!!

Tenir una súper vareta màgica que amb un sol toc alleugerís el dolor dels que pateixen. Hi ha molt poca gent al món que mereix patir, només els dolents més dolents i tot i així penso que tampoc s'ho mereixen. El dolor, el patiment, el neguit, l'angoixa, la por... poder reconvertir allò que genera sensacions desagradables en sensacions agradables, de manera que l'alegria, la il·lusió, l'optimisme, la tendresa... omplin els nostres cors.

Una capa voladora que permetés viatjar ràpidament per tot arreu. El virus ha volat de continent en continent, millor dit els humans l'hem transportat d'un racó a l'altre, de les grans ciutats fins a pobles remots i llunyans on no sempre tenen els mitjans sanitaris i tècnics per fer-li front. La capa voladora permetria portar medicines, respiradors o el que

calgués en un obrir i tancar d'ulls. Que tots els guerrers tinguin les armes disponibles per la lluita, no sols les armes físiques sinó també les anímiques. Poder fer arribar la força, el suport, l'empenta, l'escalf necessaris en aquests moments i escampar-lo per tot el món.

Quasi sempre, en els contes, el follet demana que triïs tres desitjos. Com que el nostre conte és molt màgic perquè els moments que estem vivint són massa complicats, aquest cop ens dona l'opció de poder triar un quart desig... i aquest darrer te'l deixo triar a tu.

Quin súper poder triaries? Potser no és un poder, potser és un desig, un somni que aquests dies et ronda pel cap i voldries que es convertís en realitat... T'adverteixo que no hi ha cap limitació, ni condició. Soc tota orelles per escoltar-te.

Recorda, però, que en aquestes darreres setmanes no cal tenir súper poders per ser un heroi. Cadascú de nosaltres estem sent uns grans herois, potser uns més que altres, però tothom està traient el millor que porta dins per ajudar en aquesta lluita. Uns fent el gran esforç de quedar-se a casa tancats durant setmanes, altres fent el cor fort per acompanyar els que estan sols, altres jugant-se la seva pròpia vida per salvar altres vides. Tu també ets un heroi!!!

El infants pensen que allò que desitgen és real, per què per uns dies els adults no ho podem també pensar?

Una forta abraçada,

Lourdes

Hola!

No nos conocemos pero me gustaría presentarme. Me llamo Marta y tengo 48 años. Soy de los afortunados cuyos padres han superado este dichoso bicho. Por ello me gustaría enviarle todo nuestro apoyo y fuerzas para que siga luchando para vencer al virus. No me quiero ni imaginar lo mal que lo debe estar pasando pero no se olvide que no puede estar en mejores manos. Las enfermeras son ahora su familia y nosotros, aunque no nos conozcamos, también. Cada tarde cuando salimos a aplaudir a nuestros balcones, no lo hacemos solo para agradecer a los sanitarios su labor, aplaudimos por ustedes, para darles fuerza y enviarles nuestro cariño. No se den por vencidos. Queremos que salgan adelante y sean tratados lo mejor posible porque se lo merecen. Ustedes, toda la gente mayor de este país, son los verdaderos héroes y heroínas, los que con su duro trabajo y dedicación a sus familias han levantado este país.

Así que mucho ánimo y seguro que todo irá bien. Sus familias les están esperando para abrazarlos. Por ellos, por ustedes y por todos nosotros, no desfallezcan, luchen con todas sus fuerzas.

Les queremos desde la distancia.

Muchas gracias al personal sanitario por vuestra incansable y maravillosa labor.

Con cariño,
Marta

Per tots aquells que de vegades per desesperació, per estar cansats , "No tireu la tovallola"!sempre tenim una sortida, la lluita és dura però molt gratificant els resultats.

Des de petita m'han dit..." si vols alguna cosa lluita i ho aconseguiràs" així que ara soc jo que et dic: "Fins el final!! lluita i no et rendeixis, ho aconseguiràs.

La recompensa no esta lluny, només has de tenir esperança que ho aconseguirem.

molts ànims tant a tu que estas lluitant per salvar a totes les persones que pots, com tu que estas lluitant per tornar a casa amb els teus i disfrutar de la vida. Tots sou herois!!!

Us envio un poema i espero que us agradi!

Una forta abraçada i no us rendiu mai.

Bon dia persona bonica!

Soc la Rosa, espero i desitjo que millor, cada dia millor.

Avui a Martorell ha sortit el sol i els infectats van baixant mentre les altes van pujant, sembla que ja comencem a veure el final i això ja dona una mica d'alegria. Entre els entesos i els que manen ja han començat a elaborar una estratègia per sortir del confinament, no serà fàcil ni ràpid, segons a quin col·lectiu encara li queden mesos de confinament, però no cal tenir pressa, val més a poc a poc però que sigui efectiu.

Aquí a casa se'ns ha espatllat la caldera i ja fa tres dies que no em dutxo, em rento a trossos com un gat. El meu company i el fill que surt a treballar s'escalfen una olla d'aigua i es dutxen amb un pot, jo recordo quan era petita que només em banyaven el dissabte, doncs a l'hivern que feia tant de fred al quarto de bany, escalfaven un cubell d'aigua i em banyaven a la cuina que allà hi havia llar de foc i era l'únic lloc de la casa on s'estava calent. Com han canviat les coses, ara a la majoria de cases tenim calefacció o radiadors o estufes i podem estar calents per tot arreu. La majoria però no pas tothom hi ha també molta gent que no té res per escalfar-se i també n'hi ha que no tenen ni on escalfar-se perquè no tenen ni un sostre on aixoplugar-se.

Aquests dies s'està parlant de si aquest virus no fa discriminació social, el virus no tria a qui infecta, tots els humans li anem bé, però les persones amb menys recursos estan més exposades i tenen més dificultats per poder fer el confinament.

Esperem que això acabi aviat, que et donin l'alta, puguis tornar a casa i abans de l'estiu ja puguem sortir a passejar i veure que ha fet la natura en la nostra absència.

No tinc gaires coses per explicar-te perquè passen poques coses diferents, són iguals tots els dies i passen, a estones ràpid a estones lent.

El moment d'escriure't la carta és un dels millors moments del dia, l'escric després d'esmorzar i em resulta molt agradable tancar-me a la meva habitació i parlar amb tu una estona, encara que puguem conversar.

Jo avui ja m'acomio de tu fins demà després d'esmorzar.

Desitjo que avui estiguis millor i demà encara més, i que tot passi ràpid i puguis tornar a casa ben aviat..

Una abraçada de tot cor!

Bon dia persona bonica!

Vinga que ja queda menys!

Soc la Rosa i avui a Martorell torna a brillar el sol i això es una delícia.

Avui a sigut el dia des del confinament que he dormit bé, ni em va costar adormi-me ni m'he despertat infinites vegades. I es que ahir vaig llegir un article que van publicar al 324 que parlaven de dormir en temps de confinament, es veu que no era jo sola la que no dormia bé, es veu que està generalitzat i van explicar el perquè. Es veu que estem massa pendants del mòbil assedegades d'informació i que les pantalles del mòbil deixen anar unes ones que ens activen el cervell fent-nos estar atentes i no deixant-nos dormir, també ens movem menys i mengem més del que necessitem.

Al article donava alguns consells i de moment vaig fer cas del que podia fer per l'hora en que me l'havia llegit. A les 10h del vespre vaig dir bona nit al meu fill i a la meva filla que no viuen a casa i vaig deixar el mòbil fins aquest matí, no vaig mirar notícies abans d'anar a dormir i he dormit millor, que és placebo, no ho sé però he dormit millor. Lo de mourem més, avui tornaré a les classes de ball, els primers dies cada tarda ballava però darrerament m'havia emmandrit i ja no les feia, i és que quantes menys coses fas menys ganes tens de fer-ne i això no pot ser. Lo de menjar, avui he substituït l'entrepà per un vol d'avena i chia amb llet de soja, no m'ha saciat i em sembla que em costarà resistir sense picar res fins a l'hora de dinar, però ho intentaré, ja porto un quilo de més i no em vull engreixar més, per estètica i per salut, està grassa no aporta res de bo.

Aquest matí m'he llevat amb ganes de netejar la nevera, que pobreta està tant buida que no em portarà gaire feina, demà toca anar a comprar, el meu company hi va dos cops a la setmana, dimarts super, verdures i fruites i dijous carn, peix i pa. A casa ara som quatre i el menjar es gasta molt ràpid. Cada compra mirem que no pesi més de 15k perquè no hagi de venir tant carregat, tenim una llibreta a la nevera i anem apuntant el que necessitem, quan toca anar a comprar sempre hem de descartar alguna cosa, i acostumats com estàvem a tenir de tot ara trobem a faltar coses que ens menjaríem a gust però que no tenim, i com que no són essencials potser la setmana vinent tampoc podem comprar perquè superaria el pes que hem decidit. Mals menors, ahir a la tarda vaig fer una coca de xocolata i nous que estava molt bona tot i tenir poc llevat i quedar una mica aixafada.

Be estimada persona, avui ja m'acomio de tu fins demà, desitjant que passis un dia bo i una nit bona i que demà encara sigui millor.

Una calorosa i forta abraçada!

Rosa

Bon dia persona bonica!

Soc la Rosa, estas una mica millor, espero i desitjo que si. Ja ha passat un altre dia i ja queda una mica menys.

Avui a Martorell torna a estar nuvol però no fa fred i els ocells trenquen el silenci amb els seus reflets. El veí del davant està al balcó saltant a corda mentre un ocell, diria que una garsa va fent saltets al voltant de la seva taulada, sembla que facin una coreografia, hi ha moments que salten a l'hora però hi ha moments que cadascú salta quan vol.

La setmana passada se'ns va espatllar la caldera i ja fa uns quants dies que no tenim aigua calenta i avui se'ns a embossat l'aigüera de la cuina, el meu company ja fa estona que es baralla amb el desembossador, però no hi ha manera, ara ha desmuntat les canonades per si hi ha alguna cosa atrapada i ho pot treure, espero que se'n surti, si no per rentar els plats haurem de escalfar una olla d'aigua i rentar els plats al terrat. Una cosa o altra farem. Quantes coses que passen ara que estem confinats, suposo que si no ho estiguéssim també ens passaria però om que algun professional ens solucionaria els inconvenients ni ens n'adonariem, com a molt haguéssim estat un dia sense aigua calenta i potser l'aigüera no s'hagués ni embossat. Bé, el cas és que de moment estem sense aigua calenta i amb les canonades de la cuina escampades per terra.

Ahir vaig llegir un informe que explicava els canvis de consum de les persones i el perquè. Es veu que ha augmentat considerablement el consum de caprici: patates, olives, anxoves, xocolata, gelats..., cervesa, vi i altres alcohols. La primera setmana la gent vam comprar productes de primera necessitat: arros, pasta, llegum, oli, sabó i paper del bater, ara que ja portem unes quantes setmanes ens hem tirat al que ens dona una mica d'alegria, busquem moments que ens desconnectin una mica de la realitat, moltes persones prenen una copa, fan una cervesa o un vermut connectats virtualment amb els seus amics o senzillament sortim al baco a prendre el sol mentre fem una copeta de vi amb unes olivetes. És veu que és una reacció de lo més normal i de lo més saludable emocionalment.

Jo cada tarda em faig una tassa de xocolata per berenar, és el meu auto-premi i la veritat és que espero aquest moment i em senta molt bé.

Sembla que el meu company ha aconseguit desembossar l'aigüera. Una cosa resolta a veure si ens expliquen com arreglar la caldera i podem dutxar-nos amb aigua calenta sense fer servir l'olla i el pot.

Bé persona bonica, m'acomio de tu fins demà, desitjant que passis un bon dia i una bona nit.

Això ja va de baixa, aviat passarà.

Una forta i sentida abraçada!

Rosa

Bon dia persona bonica!

Soc la Rosa, avui fa molt bon dia i espero i desitjo que això influeixi perquè tu estiguis millor.

Avui a casa toca compra de carn, peix i pa. Estem sota mínim de existències i cal reposar-ne. Aquí a Martorell, si comprem als petits comerços, a primera hora truquem per fer la comanda i a l'hora que ens diuen anem a recollir-la, hi va el meu company, jo el dia 14 ja farà un més que no surto de casa, perquè em fa por, vaig superar un càncer fa tres anys però encara em medico i tot i que no he vist enlloc que sigui persona de risc, jo m'hi sento i amb això ja n'hi ha prou per no sortir de casa per res, es clar, que m'ho puc permetre perquè algú o altre va a comprar, a llençar les brosses i a treure la Violeta (la nostra gosseta) a fer pipi i caca. Si visqués sola m'hauria d'apanyar com pugués.

No sé si ets de celebrar el sant Jordi, a mi és una festa que m'agrada molt, acostumen a agradar-me les festes de carrer i sant Jordi és passejar entre llibre i roses i és un dia molt bonic. Doncs com que aquest any no podrem passejar de moment, que jo sàpiga han sortit dues iniciatives, una és que dibuixem una rosa en un llençol (tipus pancarta) o amb qualsevol material que tinguem a casa i el dia de sant Jordi la pengem al balcó o a la finestra o a on puguem que es vegi des del carrer i que sortim al balcó a recitar poesies, suposo que per això de les poesies convocaran a una hora concreta perquè ens puguem escoltar els veïns més propers. Serà un sant Jordi diferent però també pot ser maco.

El que no podem fer és regalar-nos llibres, o si, perquè també hi ha una altra iniciativa de "llibries obertes", que pots comprar el llibre per ajudar-les a sostenir-se aquests dies de crisi econòmica i recollir-lo un cop passi el confinament. I és que al gremi de llibreters quedaran molt perjudicats, perquè el volum més gran de venda anual és per sant Jordi, aquestes vendes els fa subsistir la resta de l'any i aquest any si no es posposa la festa no sé si se'n sortiran. A veure si troben la manera de continuar.

Be persona bonica, avui ja m'acomio de tu fins demà. A veure si demà ja estas millor.

Una forta i calorosa abraçada!

Rosa

Bon dia persona bonica!

Soc la Rosa, espero i desitjo que estiguis millor.

Ara sonen les campanes, són les 11 del matí, no sempre es poden escoltar des de casa perquè hi ha massa soroll ambiental, però aquests dies sento sonar totes les hores. Sempre m'ha agradat sentir les campanes. Durant un temps no se sentien perquè van venir uns nous veïns que no toleraven el seu soroll i van aconseguir que les insonoritzessin, quan van marxar van tornar a sonar. La família que ara viu a costat del campanar ho tolera millor, ja ni les senten. És com nosaltres, que vivim prop de l'autopista i ja no sentim ni el soroll dels cotxes, el nostre cervell s'hi ha acostumat. A veure, ara hi ha silenci gairebé absolut, quan tornem a treballar i hi hagi transit potser ens vindrà de nou i ens hi haurem de tornar a acostumar.

Saps que la venda de farina s'ha multiplicat per quatre? Tantes hores a casa ens aboca a experimentar i a la cuina tenim les eines necessàries i els materials de primera necessitat. Aquests dies al instagram veus fotos de pans, pastissos, galetes, magdalenes i aquests últims dies ja ha aparegut mones de pasqua. Jo un dia vaig fer un pastís de xocolata i nous que em va quedar molt bo i avui tinc previst fer croquetes, antigament cada cop que feia caldo amb la carn d'olla feia croquetes i la setmana passada que vaig fregir unes croquetes congelades per picar, el meu fill em va fer notar que feia mesos o potser anys que no feia croquetes casolanes, així que avui estic fent caldo per dinar i amb la carn d'olla faré croquetes per sopar.

El que em passa una mica és que m'estic tornant mandrosa, podria fer moltes més coses de les que faig, però no en tinc ganes o m'aborreg, després em queixaré o m'excusaré per la manca de temps. Però noto que ara el confinament ja comença a anar-nos fent decaure, tot i ser conscient de que està confinada és el mal menor d'aquests dies.

Avui està entre sol i nuvol i ha augmentat la temperatura. Ara ens recomanen prendre el sol i cada dia veus més gent al balcó llegint o jugant per agafar vitamines.

Bé persona bonica, m'acomio fins demà amb el desig que estiguis millor.

Una forta i calorosa abraçada!

Rosa

*"No deixis que acabi el dia,
sense haver estat feliç,
sense haver augmentat els teus somnis.
No et deixis vèncer pel desànim.
No abandonis les ànsies de fer de la teva vida quelcom extraordinari.
La vida és desert i oasi,
ens fa caure, ens fereix,
ens ensenya,
ens converteix en protagonistes
de la nostra pròpia historia.
Encara que el vent bufi en contra,
la poderosa obra continua.
Tu pots aportar una estrofa.
No deixis mai de somniar...
... valora la bellesa de les coses simples."*

Walt Whitman.

Estimat amic/amiga, tot anirà bé, i tant que sí!!

He volgut començar amb un trosset d'un poema de Walt Whitman que segur que et dóna força i coratge en aquests moments...

Una porta de cop s'ha tancat davant la vida que teníem i que ens pensàvem que sempre estaria oberta i que familiars i amics sempre els tindríem aprop.. de cop, se'ns ha tancat però segur que ben aviat aquesta porta s'obrirà de nou, gaudint i valorant la bellesa de les petites coses però molts GRANS per nosaltres... un petó, una abraçada, un somriure, un t'estimo,... però tot arriba i falta ben poc!!!

Tot arriba i .., tot passa!! Encara que sembli que aquesta porta no s'hagi d'obrir o que l'espera es fa llarga, encara que no ho sembli, tot arriba de nou i a través d'ella tornarem a gaudir de la vida i dels familiars i amics que estimem i que volem tenir aprop en aquests moments...

M'agradaria escriure't estimat amic/amiga, un fragment de Salònica de Maria del Mar Bonet que ens diu: "Quan la soledat és l'únic camí, quan no res acull l'esperança, quan la tristesa aixopluga el jardí... però tu ens guardes el Sol, sabem que tu ens guardes el Sol". Segur que ben aviat tornaràs a ser aquest Sol que dóna escalf a familiars i amics.

Tal com escrivia Jackson Browne... "La llum d'aquest matí és tan prima, que no veig quin pot ser el millor camí, per entendre aquesta història que em capfica i se'm fon de mica en mica dins els ulls quan bé la nit... Sóc tan feble com aquesta llum, però me'n sortiré, segur que sí, segur!!!!!!".

Te'n sortiràs, ens en sortirem, segur que sí, SEGUR!!!!

De tot cor... molta força i coratge!

Montse

Queridos profesionales de la sanidad y queridos enfermos:

Aunque no nos conozcamos queríamos haceros llegar esta carta para mandaros ánimos, en estos momentos tenemos que estar todos unidos, tenemos que ser fuertes.

Tenemos que estar en casa, pero nuestro pensamiento está con vosotros y con el esfuerzo que hacéis por nuestras vidas.

Somos un grupo de amigas que queda cada dos meses y este mes ha tenido que aplazar esa quedada en la que aprovechamos para contarnos lo que ha pasado en ese tiempo... Ahora lo hacemos por WhatsApp y nos ayuda a pasar de la mejor manera este confinamiento. Por eso entendemos el gran esfuerzo que hacéis cada día por estar ahí en primera línea, como sanitario o como persona con una patología. Hoy queremos compartir con vosotros nuestro agradecimiento y ánimo y cada una de nosotras está escribiendo un trocito de esta carta.

Transmitiros nuestro más sincero agradecimiento y mucha energía positiva para seguir adelante. Poco a poco, esperamos que todo vuelva a la normalidad.

A pesar de lo difícil que están siendo estos días, a pesar de que más que nunca estamos alejadas físicamente de las personas que queremos, de las que queremos proteger, de estos momentos tan duros estamos aprendiendo de nuevo a escucharnos, a ser más solidarias, a valorar más lo que tenemos y lo que no. Estamos aprendiendo a hacernos más fuertes y a compartir más desde los balcones, desde las redes sociales, desde la cocina, desde el comedor, desde nuestra habitación más preciada, nuestro corazón. Porque desde esta inusitada soledad, que no entiende de solitud ni de silencio, y donde hay tanta escucha, nos sentimos con más fuerza para seguir adelante, gracias a vosotr@s.

Porque estos días en los que pasamos angustia y miedo por toda esta situación, nos ha hecho reflexionar en lo importante que son los valores, el respeto, el contacto con la gente, en lo que echamos de menos un beso o un abrazo de nuestras familias.

Queremos que todo esto pase, que seguro será así, con todo el duro trabajo que estáis haciendo estos días. Que sea algo que quede en nuestro recuerdo pero que nos sirva para tomar consciencia de la responsabilidad que tenemos cada uno de nosotros con nuestros actos y sigamos poniendo en práctica los buenos hábitos. Aprovechemos cuando todo pase, para darnos esos abrazos y besos que muchas veces no damos y que ahora notamos en falta.

Con vuestra ayuda seguro que lograremos vencer al maldito virus.

Por eso, no cesaremos de salir a las 8 cada noche para que os llegue nuestro ánimo y nuestro más sentido agradecimiento a vuestra labor.

Vuestra labor merece miles de aplausos, y en estos días de confinamiento, nos estamos dando cuenta que os los merecéis todos los días de año. Sois nuestros héroes y heroínas sin capa. Mil gracias de corazón por vuestra generosidad y valentía.

Vosotr@s nos demostráis día a día que hay que ser fuerte y tirar hacia delante. Por eso desde nuestras casas hacemos todo lo que podemos para llevar esta difícil situación y no nos quejamos porque vosotr@s sois quienes estáis dándolo todo por los demás.

Un abrazo enorme a todos esos familiares de fallecidos que en estos momentos excepcionales marchan dejando ese vacío de no estar a su lado, agradeciendo al personal que hasta el último momento han estado luchando para que aguanten, pero la lucha a veces no se consigue. Gracias por dar este último cuidado. Saldremos de esta.

Desde este pedazo de grupo de amigas desde la infancia algunas y otras desde el instituto, en el que entre otros tenemos a personal sanitario, madres que luchamos por un mundo mejor para nuestros hijos... trabajadoras autónomas que no sabemos qué pasará durante y después de esta pandemia... os queremos agradecer toda esta tarea que estáis llevando a cabo, estar en los momentos más difíciles y más duros para las familias como es perder a un ser querido... Gracias, muchas gracias por esta labor que hacéis sin importar el tiempo que dedicáis, ni el rato que descansáis... os enviamos muchos ánimos y mucha fuerza para seguir adelante y esperamos que el gobierno se dé cuenta y no haga más recortes en sanidad ni en educación...

Resiliencia, una palabra que se ha puesto muy de moda pero que define lo que nos está y nos va a ocurrir, luchamos, damos lo mejor de todos nosotros y seremos capaces de tener éxito a pesar de las adversidades que nos vayamos encontrando, porque somos positivos y la positividad llama a la positividad.

Todo irá bien y saldremos de esta. Gracias de Corazón♥♥

Recordad, nuestro pensamiento está con vosotros todos los días a las 20.00 h.

Las chicas del grupo UVMI

(UVMI = Último Viernes Mes Impar, el día que quedamos desde hace 10 años y cada dos meses)

Estimada o estimat

He trobat aquest conte i he pensat amb tu.
Te l'explico:

Un dia caminan per una regió muntanyosa Gautama Buda ja gran, sota un sol de mitgdia, li diu al seu deixeble: Tinc sed, quan hem atravesat les montanyes, hem passat per un riarol, pots tornar enrera i portarme una mica d'aigua?

Ananda, desfent el camí, va anar fins al riarol...però quan va arribar, se'n va adonar que unes carretes l'havien atravesat i varen embrutar el riu. L'aigua estava remoguda per el fang i les fulles, i ja no era bebible.

Així que va tornar i li va explicar a Buda.

Gautama Buda li va dir: torna i assentat a la vora del riu, només has d'esperar i observar, no facis res. El fang i les fulles s'assentaran, i l'aigua tornarà a ser clara i pura. Després, podras emplenar el bol.

I així ho va fer, es va assentar i va esperar...Esperant, va beure que el fang i les fulles anaben reposan al fons del riu, i deixaven l'aigua, cada vegada mes clara i cristalina...Finalment va poder emplenar el bol i va portara l'aigua a Buda.

Tots els que no podem fer altre cosa, estem assentats amb tu, esperant, a la vora del riu, a que el fang i les fulles es dipositin, i l'aigua torni a ser clara i cristalina!

T'esperem Ananda!

Hola apreciado amigo o amiga :-),

Esta tarde en lugar de contarte cualquier cuento te quiero invitar a que tengas pensamientos positivos para que puedas reflexionar en tu paz interior porque:

MIRA AL HORIZONTE Y PIENSA EN TODO LO BUENO QUE ESTÁ POR LLEGAR (cuando salgas disfrutarás de una cálida primavera)

Y te propongo que:

1. Des mogollón de abrazos.
2. Llama a un buen amigo y estate 3h hablando por teléfono.
3. Haz un regalo a alguien por la cara, sólo porque te apetece.
4. Celebra todo lo celebrable.
5. Ama como si no hubiera un mañana (El amor te hace sentir único).
6. Dedícale más tiempo a lo que te hace realmente feliz.
7. Pasa más tiempo con los tuyos, ellos te lo agradecerán y tú te sentirás mucho mejor.
8. Si necesitas ayuda, pídelo y déjate mimar. Mucho.

Me da mucha alegría pensar que pueda ayudarte aunque sólo sea un poquito.
CUÍDATE MUCHO y deseo te recuperes pronto.

Un abrazo.

Cristina

Hola, me llamo Isabel y te escribo desde Badalona.

Te escribo porque me gustaría hacerte pasar un rato algo distraído en el aislamiento en el que estás.

No sé nada de ti, si eres hombre o mujer, ni tu edad, ni tu trabajo, ni de tu familia, no sé qué te gusta hacer o qué detestas, no sé qué te apasiona... pero como todo eso que yo no sé de ti tú sí lo sabes, he pensado que te gustaría más que te contase cosas que no sabes.

Ayer el cielo parecía un puzzle a medio hacer, más bien a medio deshacer. Empezó el día con un manto blanco que lo cubría todo y poco a poco las nubes se fueron descompactando y haciéndome parecer que las piezas del puzzle se iban separando, de manera lenta pero constante, y por la tarde vino el regalo que dura hasta hoy sábado. El cielo está totalmente azul, y es una gozada.

Desde mi casa no puedo ver la calle, ni apenas vecinos, supongo que por eso desde el confinamiento estoy un poco obsesionada con el cielo. Es lo poco que veo del exterior y me doy cuenta que en función de cómo está mi ánimo también varía. Verlo azul, azul cielo como nos enseñaron de pequeños a llamar a este azul, con el sol brillando y moviéndose a lo largo del día es una de mis distracciones, una fuente de energía, de distracción, de ánimo incluso. El cielo está despejado, azul y brilla el sol... la primavera va haciéndose espacio poco a poco, va dando pasos para acabar de extenderse y apropiarse finalmente de cada día. ¿Puedes ver el cielo? Seguramente cuando lo mires yo también lo esté haciendo. Poder mirar un pedazo de cielo me es muy reconfortante, ¿a ti te ayuda? Si no puedes hacerlo te explico mi truco. Algunas noches en las que me es difícil dormir, busco en mi memoria lugares con paisajes bonitos que me hicieron sentir emociones agradables, que cuando pienso en ellos se me dibuja una sonrisa en la cara. En esas noches que al sueño le cuesta aparecer me voy de viaje, el primer lugar que visito es la playa de Cadaquès, me recuerdo (no me imagino) a mi tumbada en la toalla, sintiendo el sol en toda mi piel, notando el olor a mar que mueve la brisa, escuchando las olas acariciar la orilla... y si no me duermo al menos estoy relajada reviviendo esas sensaciones tan agradables. Para mí este recuerdo es agradable porque supuso un fin de semana de descanso dentro de unas vacaciones en donde me di una paliza

caminando y de mochila. Así que Cadaquès fue lo que mi cuerpo necesitaba: descanso, tranquilidad, mar...

Para mí el mar es importante, saber que está cerca, olerlo incluso cuando voy caminando por la calle. Volveremos a caminar por las calles y volveremos a oler nuestro mar. Cada día falta menos para poder hacerlo.

Con esto del confinamiento el planeta se está transformado y los animales están recuperando espacios, resulta que la capa de ozono ha mejorado mucho, que la contaminación ha descendido lo nunca visto y ahora viene el cotilleo del día, ¿sabías que están bajando a las ciudades y pueblos diversos animales? En Badalona han bajado jabalíes a algunos barrios a comer, se han visto delfines en la costa de varias ciudades y pueblos, ayer leí que habían visto un cabirol cerca de Barcelona, a algunos pueblos han bajado hasta cabras montesas, y aluciné con la noticia, seguro que tú también lo vas a hacer, en Chile han visto pumas merodeando por las calles. ¿Te imaginas que vas a tirar la basura y te encuentras con un jabalí, una cabra, un corzo? Mira, yo me encuentro esto y hasta se me escapa una sonrisa, pero me cruzo con un puma (aquí que yo sepa no tenemos) y se me escapa otra cosa. Dicen también que los pájaros están cantando más.

Mi vecino tiene un pino muy grande y yo veo a los pájaros de siempre, ya los conozco, son otro tipo de vecinos, pero son los mismos siempre: tres verderones (uno de ellos se nos escapó a nosotras con la ayuda de mi gata), hay tórtolas, mirlos, un petirrojo, una curruca y gorriones. Y tenemos un tránsito muy grande de gaviotas, además de sus graznidos (o como se llame lo que hagan) a veces nos dejan un regalito algo menos cuqui.

Si como dicen nuestro confinamiento está ayudando a las aves, espero que cuando salgamos notemos la diferencia en las picadas de mosquitos, si hay más pájaros comerán más insectos. En nuestra casa siempre hay mosquitos, todo el año, y en el patio ni te cuento. Pues lo dicho, a ver si con más aves tenemos los insectos más controlados.

Además de viajar a Cadaqués últimamente me ha dado por pensar en lugares en donde hemos estado de vacaciones, y me estoy sorprendiendo de lo vívido que llegan a ser los recuerdos, las imágenes,

las sensaciones. El otro día me estuve peleando mentalmente con un lugar del que no recordaba el nombre, y fue curioso como de palabra equivocada a palabra menos equivocada, fui saltando hasta llegar al nombre correcto. El Lugar era “La Brecha de Rolando”. Yo la vi de lejos porque ya no podía caminar más, pero aún así fue espectacular. Tiene su leyenda y todo. Está en el Parque Nacional de Ordesa y Monte Perdido.

Rolando era el sobrino de Carlomagno y en la batalla de Roncesvalles, donde perdieron, mientras intentaba regresar a Francia, al intentar destruir su espada para que no cayese en manos contrarias chocó contra una gran roca, la atravesó (esa es la brecha) y así consiguió ver tierra francesa antes de morir. Hay diversas versiones y yo te he contado una de ellas. Hay algunas que cuentan que en el esfuerzo de levantarse del suelo dejó sus huellas grabadas en la roca. Los guerreros de antes eran la pera, dejaban sus marcas en las rocas, dividían montañas en dos, con la poca ropa que llevaban iban por glaciares... y nosotros equipados de decatón de pies a cabeza nos ahogamos a los dos pasos.

Cuando puedas, mira una imagen de esa brecha y te darás cuenta de la súper leyenda. Que la brecha no es pequeña, pero no te voy a contar más de ella para que cuando te recuperes puedas verla y alucinar.

Ahora pienso mucho en las montañas, en los lagos, en los prados... que he visto, ¿tú en qué piensas?, seguro que pensar en situaciones agradables te hace compañía, pensar en personas, en lugares, en anécdotas. Deja que esos recuerdos te llenen de energía, que te llenen el corazón, que te inunden de esperanza.

Yo cada noche elijo una excursión, y me recreo en ella. Es una manera de no mezclar recuerdos y de que los que tengo me duren todo este confinamiento. Y esos recuerdos siempre me calman.

Ahora respira, y cuando saques el aire sonríe, sonríe con todo tu cuerpo, desde aquí yo te envío mi sonrisa. La sonrisa sana.

Sábado, 4 de abril de 2020

A l'atenció dels sanitaris,

Fins que sagnin les mans,

Aplaudim als herois vestits de blanc, els Àngels vinguts d'un cel més alt, els titans propulsats per la força del seu cor incommensurable....fins que sagnin les mans.

Aplaudim el sacrifici com a vocacional – i excepcional- ofici, el valor de tenir valor, l'abnegació com a negació de la pitjor irresponsabilitat: la insensibilitat... fins que sagnin les mans.

Aplaudim la cooperació sense comparació el compartir sense competir i el involucrar-se sense lucrar-se ...fins que sagnin les mans.

Aplaudim l'esperit solidari – mai solitari- que significa – i vivifica – la naturalesa humana, la fraternitat que és perllonga dins l'eternitat i l'emoció que sura quan la devoció perdura...fins que sagnin les mans.

Aplaudim la puresa immaculada davant la impuresa imposada, la fe inquebrantable que mou la muntanya del mal – que sempre danya- i el vostre codi deontològic, com a revers absolut de l'odi ideològic... fins que sagnin les mans.

Aplaudim la Font de l'Amor quan vessa llàgrimes d'impotència o de l'alegria, el somriure càlid – sempre vàlid- i còmplice i la mà espessa, símbol òptim de la tendresa... fins que sagnin les mans.

Aplaudim la meravellosa Humanitat, expressada amb orgullosa humilitat, la ideal – i real – professionalitat convençuda – i mai vençuda i l'acció eficient, gairebé mai deficient... fins que sagnin les mans.

Aplaudim la diligència eficaç en l'emergència voraç, la ciència que il·lumina transformada en la paciència que predomina i l'entrega titànica amb teva balsàmica... fins que sagnin les mans.

Aplaudim, doncs, la millor esperança mai perduda que s'atança convençuda, encarnada en herois humanitaris (ELS PROFESSIONALS SANITARIS), que arrisquen la seva existència per evitar el proïsme la duríssima sentència... ..

Per tots ells aplaudim eternament...fins que sagnin les mans.

Vilallonga de la Safor, 8 d'abril de 2020

Hola, com va tot?

Anit vam tindre un d'aquells espectacles que són únics, fins que es tornen a repetir.

No, no parle dels partits de futbol del segle que patim cada quinze dies, que es disputaven, vaja!

Em referisc a un espectacle que, a les ciutats es pot veure poc, la lluna, però que ocorre cada mes. Millor dit, cada nit.

La d'anit era una de les moltes llunes que tenen nom i cognoms.

Perquè la lluna, a més del nom de les fases en què es troba –ja saps, nova, creixent, plena i minvant–, rep altres cognoms, altres denominacions que sembla que desmenteixen el seu color blanc: lluna de sang, lluna rosa, lluna blava; sense oblidar les llunes de cucs, de les flors, o les superllunes!

La lluna d'anit era una lluna rosa, una superlluna, que no és altra cosa que la lluna quan està més a prop nostre, quan es troba en el periheli, a uns tres-cents cinquanta mil quilòmetres (la lluna descriu una òrbita al nostre voltant que va dels 356.053 km. Als 405.700km.)

I es diu rosa, perquè com diu la wikipèdia, coincideix amb la floració primerenca, al continent americà d'una flor silvestre, *Phox subulata*, que certament, ella sí, és de color rosa.

No obstant això, totes aquestes dades, fredes i científiques, no taparan mai, per a mi, l'encant que produeix l'observació de la lluna, qualsevol lluna, i fer-li fotos, també; i sentir la immensitat silenciosa de la volta celeste.

Jo tracte de capturar-la amb la càmera; però res no substitueix el moment de mirar-la, en directe. Així que, vinga, la propera lluna, la que siga, t'espera una nit d'aquestes perquè tu la veges des del terrat de ta casa, o des de la plaça del teu poble, o des de la vora del riu, o des de la vora de la mar...

No la pots deixar plantada!

Una abraçada ben llunàtica!

Salvador

Vilallonga de la Safor, 7 d'abril de 2020

Hola, com va això?

Has rebut hui notícies de la teua família? Com estan tots?

Segur que et preocupes per ells. Que t'angoixa pensar que ells poden ser contagiats, també. No vols que ells arriben a passar això que t'ha tocat viure a tu.

Això està bé, preocupar-te pels teus. Però, ara, tu ets el més important. Estàs aïllat, confinat, en quarantena, però no estàs a soles! Hi ha tot un equip de gent que vetla per tu, que es preocupa per tu. Que t'acompanya.

Al món d'ací fora, les coses continuen amb una normalitat anormal. Les Falles han passat sense celebrar-se, molts esdeveniments programats tampoc no s'han celebrat; ara passarà la Setmana Santa i la Pasqua, en confinament; passaran també –sense eixir al carrer– els Moros i cristians d'Alcoi; l'estiu arribarà, amb el seu solstici, la nit de Sant Joan, les Fogueres, i segurament tampoc no se celebraran.

No hi ha futbol a la tele els caps de setmana! I, tot i que els noticiaris en parlaven els primers dies, ara, amb la suspensió les notícies esportivo/futboleres han passat a la història, de moment!

Les coses han canviat de valor! Hem après (supose) a valorar detalls, coses, accions que abans quasi que ignoràvem, tot i que estaven al nostre costat, perquè les donàvem per sobreenteses, per suposades.

Volia dir-te, ara, que tot i que no ens coneixem personalment, cada dia pense en tu, per enviar-te unes reflexions, unes paraules que et connecten amb una part del món exterior que t'espera, amb moltes ganes de tornar-te a veure!

Perquè, tu ets molt important per a la teua família, per als teus amics, sí; però, ara i ací, posats a ser egoistes -que ho som-, i ara més encara, ets molt important per tota la col·lectivitat. Has de continuar fent front al virus i el teu sistema immunològic ha d'aprendre a bloquejar-lo; així tots hi guanyem, així ajudes a protegir els teus, a protegir-nos a tots, mentre no acaben de dissenyar una vacuna eficient contra el Covid-19. Tu derrotaràs el virus, enfortiràs i faràs més gran la immunitat de grup, del teu grup, del nostre grup. Dificultaràs, fent-t'hi immune, la difusió d'aquest nou virus entre la gent del teu món, del nostre món.

Gràcies per lluitar contra el virus en primeríssima línia!

Gràcies, també, a l'equip que ho fareu possible des de dins de l'hospital.

Una abraçada ben forta

Salvador

Buenos días hoy el sol luce de nuevo.

Hoy me gustaría enviar sólo un mensaje y no un cuento o una historia como cada día.

Mi mensaje es para ti que me lees.

¿Te has parado a pensar lo importante que eres para muchos de los que te rodean?

Quizás vivas solo y no tengas familia y quizás creas no tener tampoco amigos, digo solo quizás.

Ayer en mi pequeña terraza mirando a mi alrededor vi que no había nadie que se asomara y miré al cielo triste por tanta soledad, pero algo cambió en un momento, se abrieron los balcones, ventanas, terraza y la gente se asomó, aplaudiendo con fuerza y mirándose unos a otros, formando una gran ola con todos sus aplausos, lágrimas, sonrisas y solidaridad y entonces volvimos a formar las palabras :

ESTAMOS JUNTOS

Feliz día y que sepas que estamos juntos porque el virus está siendo muy cruel pero no dejará una gran lección que no debemos de olvidar.

JUNTOS SUMAMOS

No olvides que tenemos una cita,

Si una cita en una terraza frente al mar, bajo el cielo azul y el sol amarillo.

VirginiaD

>

> Buenos días ya estamos a sábado y hoy es el día 13 que te envío una carta, caray cuantos días escribiéndote cada mañana!

> Pero es que te has convertido en alguien especial para mi.

> ¿Y tú dirás, pero quien es esta que me dice que soy especial para ella si no me conoce ?

> ¿Crees realmente que siempre las personas de tu día a día son las que solo se ocuparan de ti?

> Pues en la mayoría de veces así es, pero en muchas ocasiones de nuestra vida, como esta en la que vivimos, hay personas que no conocíamos y hoy son grandes compañeros. Tu enfermera, tu médico, tu vecina etc...

> Mi pequeño cuento de hoy será :

>

> LA TARTA DE CHOCOLATE

>

> Cada día Paula, iba con su madre a comprar el pan y al pasar por la pastelería de su calle, se paraba con su carita pecosa a mirar aquellos Dulces de chocolate que estaban expuestos en el aparador.

> Eran unos pasteles de chocolate con crema en el centro y una fresa gigante en el centro, Paula se deshacía apoyada en el cristal.

> Su madre siempre le decía que eran muy caros y que para su cumpleaños le haría uno igual... o casi igual.

> Un día Paula escuchó que había un niño en el colegio que estaba muy gordito y que todos se burlaban de él .

> Ella, como siempre, amante de lo más vulnerable decidió acercarse a él y explicarle que los niños no eran malos, que tan solo es que sus padres no les habían enseñado a que reírse de otros, les hacía más débiles porque en la vida nadie era perfecto, pero que eso era lo que nos hacía diferentes y a la vez nos unía.

> Entonces le explicó una bonita historia desde el corazón de una niña:

> -Mira Pablo, mi madre es morena con los ojos azules, ¿a que es raro? Pues es porque mi abuela que era alemana, rubia con ojos azules, se enamoró de mi abuelo que era italiano y era muy moreno con los ojos negros como el chocolate y además le cantaba a mi abuela el "O sole mio" ella no le entendía. jajajaj pero se querían.

> -ya ves, eran de países diferentes, de pieles diferentes, no se entendían al hablar, pero en cambio se enamoraron. ¿Me entiendes Pablo?

> También le explicó que ella lo tenía todo menos aquella tarta que deseaba tanto, pero que estaba estudiando mucho para poder regalársela a su madre y así comérsela las dos hasta explotar, el niño se puso a reír y desde aquel momento empezaron a explicarse cosas naciendo una gran amistad.

> Pasaron los meses y aquel niño se fue integrando junto a Paula con sus otros compañeros.

> Llegó final de curso y se acercaba el cumpleaños de Paula, aquella noche no pudo dormir porque al día siguiente cambiaba a dos números 10!

> Por la mañana se levantó y su madre le peinó sus dos rubias trenzas y se fue al colegio saltando de felicidad, al volver a casa su madre la esperaba para ir a buscar el pan y al pasar por la pastelería y mirar el escaparate ..

> Estaba escrito en el cristal:

> FELICIDADES PAULA

> Una enorme tarta de chocolate y un montón de niños de su clase estaban dentro esperándola.

> Aquel niño le había explicado a su padre el enorme deseo de su amiga Paula, la que tanto le ayudó, entonces su padre amigo del pastelero de su calle, decidieron regalarle su deseo.

> "Es tan fácil ayudar a otros que la recompensa final es siempre mucho mayor. Todos tenemos una tarta de chocolate que nos espera"

>

> Virginia

>

> -No te olvides que tenemos una cita en una terraza frente al mar bajo el cielo azul y el sol amarillo.

>

Un día más nos encontramos tras este mensaje.

Casi ya nos conocemos.

¿Te has preguntado la fuerza que tienen las palabras dentro de nosotros?

¿La fuerza de una mirada en estos días tras esas protectoras mascarillas?

¿La sensación que produce en nosotros un roce en la piel?

Si por un momento cerramos los ojos lo que nos vendrá al recuerdo es todo esto de lo que os hablo, una mirada, una palabra, un roce o una caricia, de alguien querido.

Eso es lo realmente valioso.

Por que todo aquello que es material, nos produce un sentimiento inmediato, pero al pasar el tiempo lo que nos acompañara será lo que nos llevó a tenerlo y a disfrutarlo.

Hoy te deseo un día lleno de bonitas palabras, Dulces miradas y tiernos gestos.

Y no olvides que tenemos una cita en una terraza frente al mar bajo el cielo azul y el sol amarillo.

Virginia

Hola em dic Marta visc a Barcelona i tinc vint-i-cinc anys .

Realment no se qui serà el destinatari/a de aquesta carta , pero el objectiu principal , es que quan la estiguis llegint , oblidis per uns instants on ets , i et transportis al lloc on ets mes feliç, fes la proba , veuràs com funciona.

Em dirigeixo a tu , tu que portes dies tancat en un hospital sense poder sortir , per començar donar-te molts anims, porque segur que te'n surts , se que la situació es convulsa però amb l'ajuda dels metge/esses segur que te'n sortiràs .

Entenc i comprenc que es dur estar postrat en un llit sense poder veure a familiar ni a amics però precisament per això t'envio aquesta carta , perquè m' agradaria treure't un somriure quan la llegeixis ja que ara mateix van escassos.

Se que es molt dur i complicat estar tancat i postrat en una habitació sense gaire contacte humà , però segur que et recuperaràs aviat , i podràs tornar a veure als teus familiars i amics , però mentres tant estàs postrat/ada al llit et deixo les meves paraules perquè et donin ànim i et facin companyia ja que ara mateix , es força necessari un sospir d' aire fresc per seguir endavant . No et rendeixis i segueix lluitant , que ets molt valent/a .

Segueix així que ho superaràs , molts ànims lluitador/a , ho aconseguiràs .

Hola,

me llamo Ariadna y te escribo esta carta para que estés un poco más acompañado.

Seguro que pronto te pones bien y podrás irte a tu casa. Todos los médicos y enfermeras están luchando cada día para curarlos, y nosotros desde casa les aplaudimos cada tarde para darles las gracias.

Tienes que tener mucho ánimo y pensar que pronto saldremos de esto.

Se fuerte, muchos besos.

Ariadna



Or mando un
rol para que or
ilumine con sus rayos
y or recuperen pronto.
No estais solos, nuestros
corazones estan con los
vuestros. Un beso H

Mario

