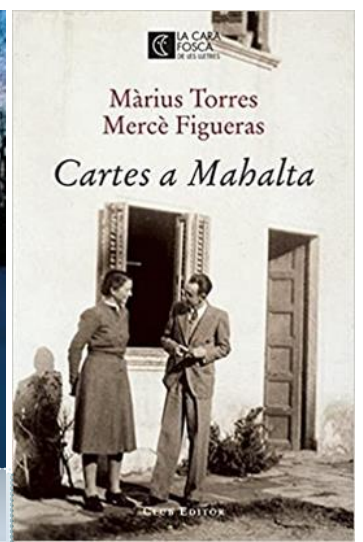
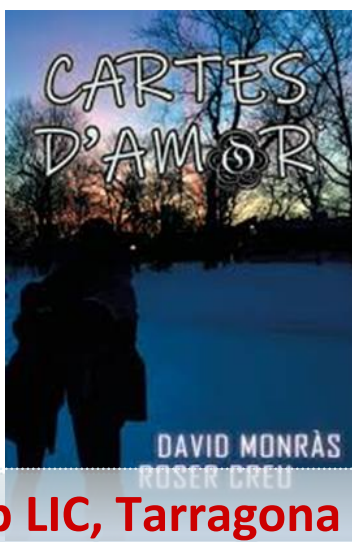
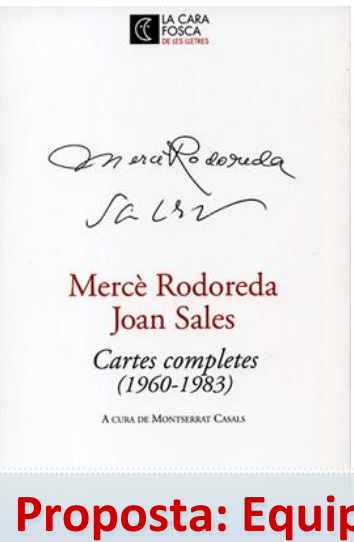
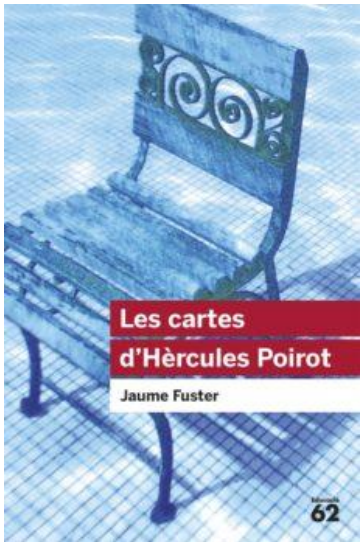
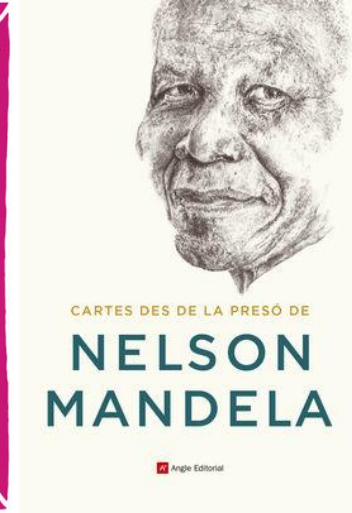
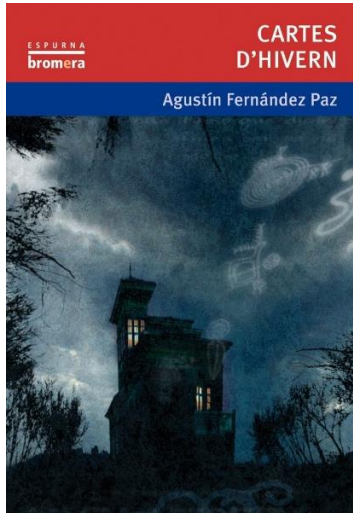
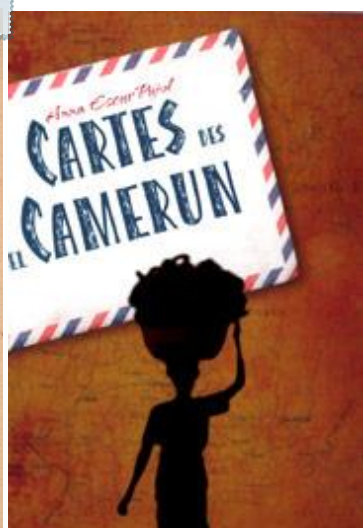
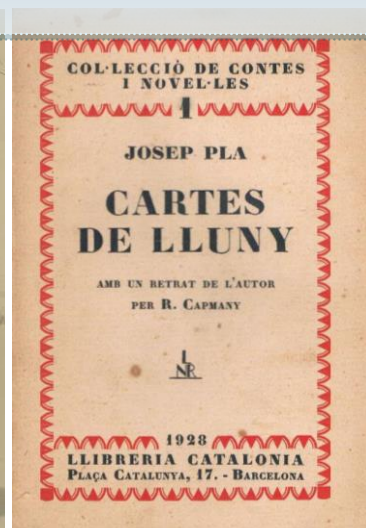
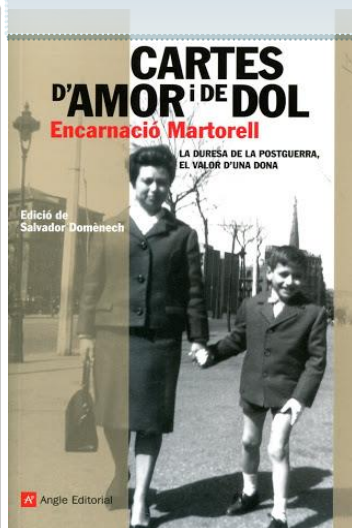




# Cartes amb cor



## Proposta: Equip LIC, Tarragona





**Saps** que a causa del COVID-19 hi ha moltes persones ingressades als hospitals que no poden estar acompanyades dels seus familiars perquè el coronavirus és molt contagiós?

**Saps** que se senten molt tristos i sols?

**Saps** que hi ha molts metges i metgesses, infermers i infermeres, zeladors i zeladores, persones que netegen, cuinen... que treballen moltes hores, en situacions molt dures, amb molts malalts alhora, per poder-los cuidar i curar com es mereixen?

Els vols fer arribar missatges de suport? Vols que se sentin més acompanyats? Els vols donar força i coratge per tirar endavant?

Hi vols fer alguna cosa?

## **Pots escriure una carta, una postal, un poema, fer-los un dibuix...**

CARTES AMB COR

PER DONAR LES GRÀCIES A QUI  
ENS CUIDA

PER DIR  
QUE TOT ANIRÀ BÉ

PER DONAR ÀNIMS

PER ANIMAR ELS MALALTS  
NO ESTEU SOLS!

Escriure no és fàcil, però unes paraules expressades amb el cor, per poques que siguin, poden ser la millor medecina, tant per a qui les expressa com per a qui les llegeix.

Si et sembla, escolta aquesta cançó de Miki Núñez:



<https://www.youtube.com/watch?v=PoGFiojfQvY>

## Com començo?



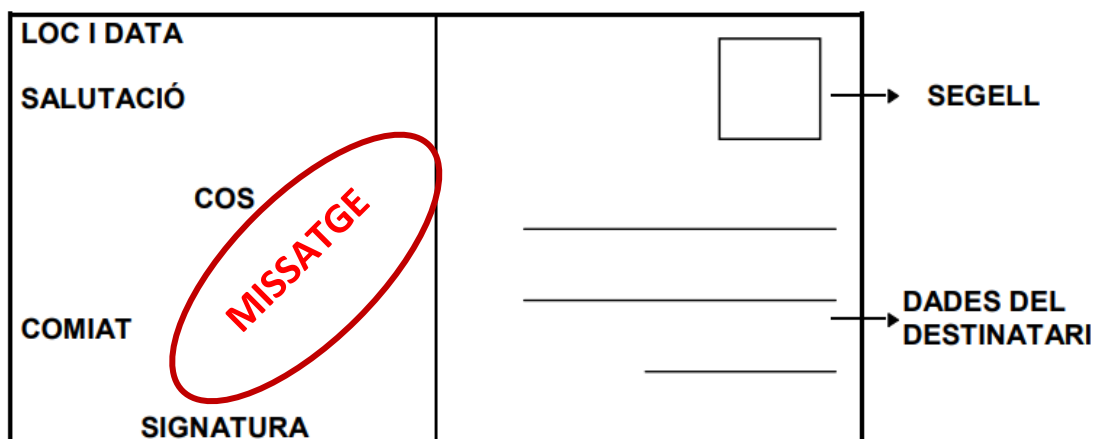
## TRIA COM ET VOLS EXPRESSAR: CARTA O POSTAL?

Un cop has escollit, pensa en les parts que ha de tenir:

- Lloc i data des d'on l'escrius.
- Salutació.
- Cos de la carta o postal: missatge que vols escriure.
- Comiat.
- Nom i cognoms / signatura.
- A la carta, PD (o PS): per si t'has oblidat d'alguna cosa.
- Si vols, pots acabar amb un dibuix o decorar la carta!

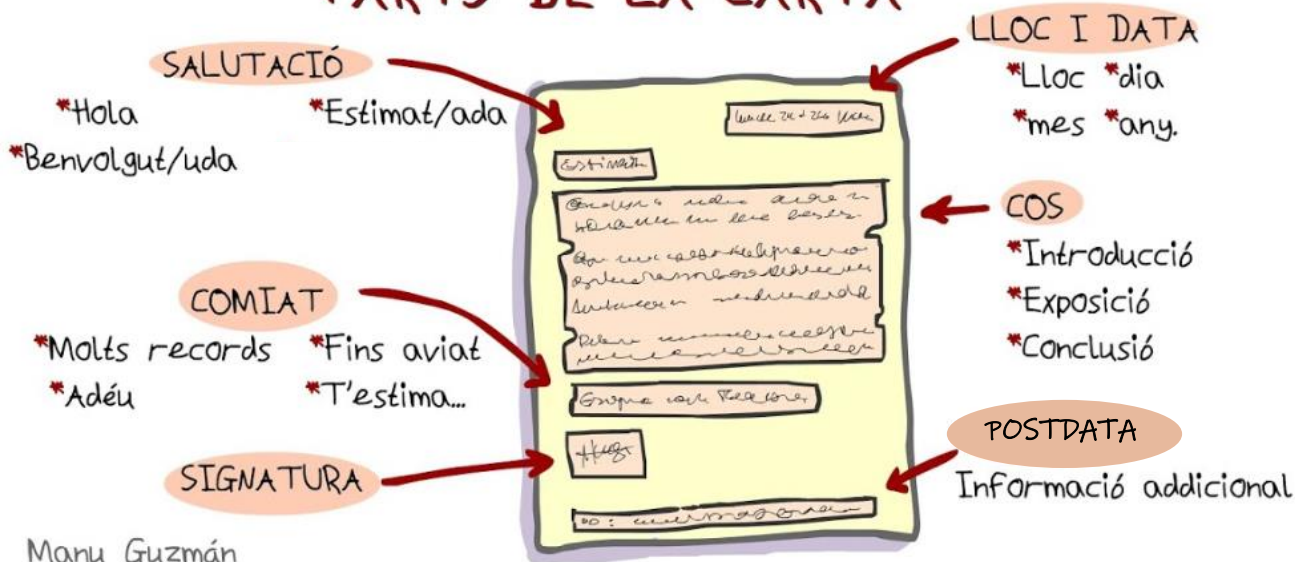
Segur que a classe ho has treballat més d'una vegada, però aquí tens un parell de models per ajudar-te...

### postal



carta

# PARTS DE LA CARTA



<https://www.xn--peda-3oa.com/2018/12/la-carta.html>

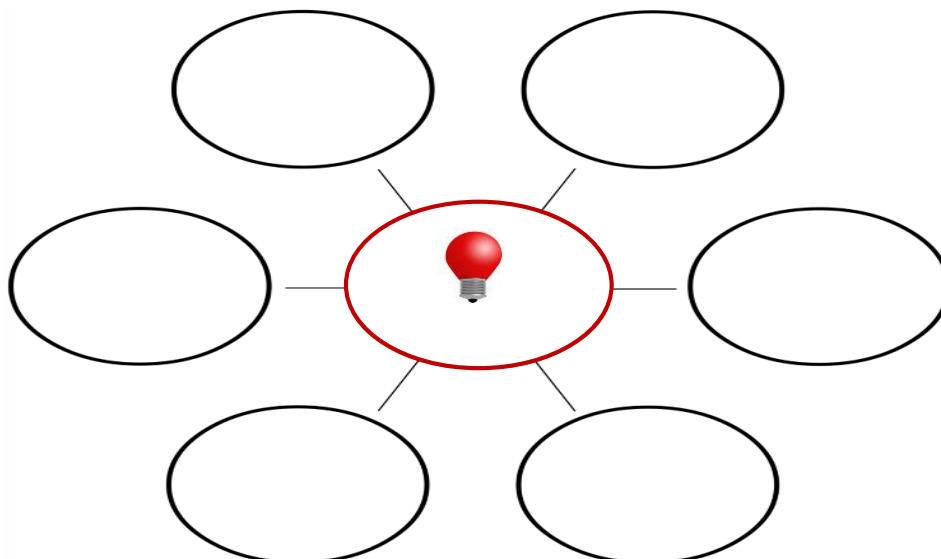
Per saludar i acomiadar-te, tens totes aquestes opcions:

Hola!	Adéu, adeu-siau,
Bon dia,	A reveure,
Benvolgut, benvolguda,	Fins (ben) aviat,
Estimat, estimada,	Un petó,
Com va tot? Com anem?	Una abraçada,
...	Espero notícies vostres.
	Us estimo.
	Cordialment,
	Salut,
	...



## PENSA QUÈ VOLS DIR, EL MISSATGE

Fes una pluja d'idees, tria les que et semblin millor i després posa-les en ordre (quines poden anar a la introducció, a l'exposició o a la conclusió). Si vols, pots fer-ho aquí:





## ESCRIU, ESCRIU, ESCRIU....

Agafa les teves idees i trasllada-les al model que hagi triat (postal o carta). Pots fer-ho en un document de Word, però si t'agrada variar aquí trobaràs diferents suports per fer-ho:

Carta: <https://templates.office.com/en-us/Letters>

Postal: <https://templates.office.com/en-us/cards>

Et falten paraules, en repeteixies o no saps com expressar allò que se t'ha acudit? Aquí tens una altra ajuda...

NOMS	Adjectius	Verbs
<p><b>ALEGRIA:</b> joia, il·lusió, goig, emoció, entusiasme, optimisme, satisfacció...</p> <p><b>VALENTIA:</b> coratge, valor, decisió, audàcia, ànim, confort, esperança, moral...</p> <p><b>LLUITA:</b> esforç, combat...</p> <p><b>POR:</b> ànsia, espant, inquietud, recel, temor...</p> <p><b>TRISTESA:</b> tristor, aflicció, malenconia, desconsol, sentiment, pena, enyorança, enyor, enyorament, nostàlgia, soledat...</p> <p><b>RESISTÈNCIA:</b> força, energia...</p> <p><b>PACIÈNCIA:</b> calma, tolerància...</p> <p><b>VOLUNTAT:</b> intenció, propòsit, meta, objectiu, finalitat...</p>	<p><b>ALEGRE:</b> divertit, graciós, rialler, joiós, content, feliç, satisfet...</p> <p><b>CORATJÓS:</b> valent, decidit, heroic, intrèpid, atrevit, animós, audaç, gosat, esforçat, encoratjat...</p> <p><b>RESISTENT:</b> dur, ferm, fort, robust, sòlid, consistent, vigorós...</p> <p><b>TRIST:</b> dolorós, lamentable, penós...</p> <p><b>TRANQUIL:</b> despreocupat, serè, asserenat, assossegat, plàcid, calmos, pausat, parsimoniós...</p> <p><b>VOLENTERÓS</b></p>	<p><b>AGRADAR:</b> abellir, acceptar, aconseguir, afalagar, captivar, complaure, encantar, encegar, omplir, plaure, satisfer, venir de grat, venir de gust...</p> <p><b>ALEGRAR:</b> plaure, complaure, satisfer...</p> <p><b>ALEGRAR-SE:</b> congratular-se, felicitar-se, animar-se, saltar d'alegria...</p> <p><b>ENCORATJAR:</b> animar, confortar, esperar, consolar, aixecar l'ànim...</p> <p><b>LLUITAR:</b> afrontar, combatre, xocar...</p> <p><b>RESISTIR:</b> aguantar, suportar, tolerar, mantenir, seguir, durar...</p>



## REVISA

Torna a llegir el teu escrit per assegurar-te que el contingut del missatge és el que tu pretenies. Mira si s'entén bé i també si hi ha algun error. Si et cal, reescriu de nou aquella frase que no t'acaba d'agradar.

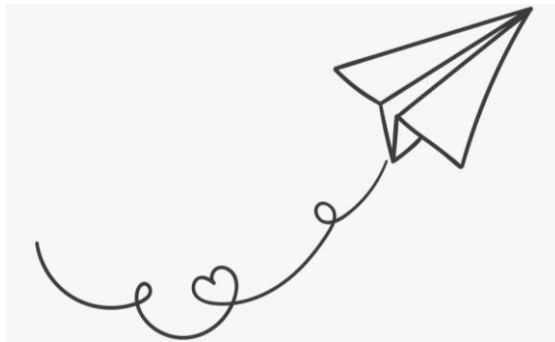
Si has fet un dibuix, pots fer-ne una foto.



# I, FINALMENT, ENVIA-HO

Quan ja n'estiguis satisfet o satisfeta, el pots fer arribar al teu destinatari enviant-lo a:

- Hospital Sant Joan (Reus): [escripturapinturacura@hospitalsantjoan.cat](mailto:escripturapinturacura@hospitalsantjoan.cat)
- Hospital Santa Tecla (Tarragona): [animis@xarxatecla.cat](mailto:animis@xarxatecla.cat)
- Hospital Pere Mata (Reus): [cartesperemata@gmail.com](mailto:cartesperemata@gmail.com)



## MÉS...

### Carta:

- <http://www.xtec.cat/zer-requesens/recull%20docs/carta/carta.html>
- <https://www.uab.cat/doc/Carta>
- <https://www.uoc.edu/portal/ca/servei-linguistic/redaccio/models-documents/carta/index.html>

### Postal:

- <http://www.xtec.cat/~jaumedes/1/conversacional/postal.pdf>

### Per il·lustrar, decorar...:

- [https://www.pinterest.es/search/pins/?q=Tarjetas%20de%20acuarela&rs=srs&b\\_id=BELPAVRts1NAAAAAAAAAASOs8\\_K6upQ1mhZ04FplbsOZamK5kCO3zHyP5py40Sc5-8yFDltBQR0b2XaTlymzY&source\\_id=RpySoH7s](https://www.pinterest.es/search/pins/?q=Tarjetas%20de%20acuarela&rs=srs&b_id=BELPAVRts1NAAAAAAAAAASOs8_K6upQ1mhZ04FplbsOZamK5kCO3zHyP5py40Sc5-8yFDltBQR0b2XaTlymzY&source_id=RpySoH7s)
- [https://www.google.com/search?rlz=1C1ASUT\\_enES728&q=com+fer+sobres+de+papel+pinterest&tbm=isch&source=univ&sa=X&ved=2ahUKEwj03qTa\\_sboAhWhxYUKHaGyCjsQsAR6BAGJEAE&biw=1600&bih=757](https://www.google.com/search?rlz=1C1ASUT_enES728&q=com+fer+sobres+de+papel+pinterest&tbm=isch&source=univ&sa=X&ved=2ahUKEwj03qTa_sboAhWhxYUKHaGyCjsQsAR6BAGJEAE&biw=1600&bih=757)
- <https://www.youtube.com/watch?v=NfhXk519mJg>