



Mar Sastre Gonzalez 24/03/2020. Nena de Sant Quirze.

Ànims que podem!

Jo no us puc ajudar,
però a les vuit surto a picar de mans.
i casa ens hem de quedar,
per a la gent no contagiar.

Us agraeixo als sanitaris
per tot el que esteu fent.
I als pacients els animo,
perquè no els passi res.

Tranquils que això passarà,
I ja no ens haurem de preocupar.
La situació és perillosa,
Però no ens fa cosa.

Si falta material ja ens en sortirem,
i d'aquesta pandèmia ens salvarem.
El coronavirus marxarà,
i tots a casa podreu tornar.

Tranquils heu d'estar,
que els metges us salvaran!
Ja ens podem alegrar,
quan això es pugui acabar.

Amb calma ens ho hem de prendre,
pel virus poder comprendre.
No patiu pels hospitals,
que a poc a poc es buidaran.

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Eiii, hola!!!

Sóc una dels milions de persones confinades a les seves llars.. volia saber com estàs.

L'únic que sé de tu és que estàs en molt bones mans. Confiem en tot el personal sanitari del nostre país.

Ets i som més forts que aquesta malaltia, en res estaràs a casa amb els teus, ja ho veuràs!

No pensis en cap moment que estàs sol/a. La gent es bona, estem tots darrera la pantalla de la tv pendent de tots vosaltres, donant-vos forces i ànims des de casa.

Segurament mai ens veurem però el que sí que estic segur que seràs al carrer el dia que tot això s'acabi. El dia que puguem obrir totes les portes; les de les nostres llars i les de les segones oportunitats que tots tindrem.

Segones oportunitats per abraçar, per besar, per estimar, per valorar tot el que és important, que és poc però essencial: Amics i família.

Perquè d'això tracta la vida, de lluitar i estimar. Ningú ens parará!

Molta força i un abraçada ben gran! 😊

Óscar Álcega



Vilallonga de la Safor, el 24 de març del 2020

Hola de nou! Què tal avui?

Avui, jo, m'he decidit a eixir a fer la compra.

La veritat és que no eixia de casa des del divendres anterior a la declaració de l'estat d'alarma. Un divendres i tretze! Sort que no som supersticiosos.

El cas és que la meua sortida de casa ha estat com aquell que està al damunt d'un trampolí i no les té totes amb ell. I més jo, que tinc un vertigen que... Solament una vegada he saltat, en la meua vida, d'un trampolí, allà pels anys setanta-i-molts, a la piscina municipal del meu poble. I encara recorde la impressió de no arribar mai a l'aigua.

En fi, el cas és que he repassat una vegada i una altra la teoria, tots els protocols, com diuen ara, però no acabava de decidir-me a fer el salt. Per fi, un impuls i, ja estava fos de casa. La porta tancada. Era ridícul tornar a entrar. No, no se m'hi havia oblidat res!

Baixar en l'ascensor a la cotxera, pujar al cotxe, sense massa problemes, un entorn net. De totes maneres no he tocat res.

El supermercat està relativament a prop, un kilòmetre, com a molt. Però el cotxe també necessita moure's, el motor, vaja. I, a més, em servirà de càpsula aïllant.

Quan he arribat al pàrquing del supermercat, per a sortir del cotxe m'he posat els guants i la màscara (feta per mi, de tela de drap de cuina, cordons de paquet de regal i un clip per a subjectar el drap al nas). Tot un poema visual! Però no estan els temps per a carallades de moda i combinacions.

El pàrquing estava complet. M'hi he esperat que en sortirà un cotxe, clar. És un pàrquing molt petit, no hi ha més de vint places. El primer client arribava amb el carro ple, i s'ha posat a alçar la compra en les bosses que tenia al maleter. Amb la mirada m'ha demanat comprensió, trigaré una mica. Li he contestat tranquil, tinc tot el temps

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



del món, del confinament. Al final he aparcat en la seva plaça i altres tres cotxes esperaven el seu torn.

El carro, el primer contacte amb una superfície nova! Perill!

I els passadissos, plens de gent, això del metre de distància... una mica complicat a vegades.

Jo no anava a aquest supermercat -des de fa ja més d'un any-, perquè l'amo ja és bastant ric; però, en aquest poble no hi ha verduleries, ni fruiteries; un parell de carnisseries, sí; uns quants forns, i dos grans basars orientals. I molts, molts bars; gairebé trenta, per a uns tres mil habitants. La verdura fresca només es pot comprar en dies de mercat.

Doncs bé, resulta que havien canviat molts productes de lloc. Supose que ho fan periòdicament perquè la gent haja de canviar les seues rutines de circulació entre els passadissos, i veja més passadissos i compre més coses. El cas és que he hagut de fer més d'una volta extra. Però, a mesura que completava la llista de la compra, m'anava tranquil·litzant.

Era com que el meu cos s'aclimatava a l'aigua freda de la piscina.

Al final, no tenia en tiquet del pàrquing en la butxaca. Amb els nervis, i l'espera, me l'havia deixat al cotxe. Però, la caixera, amable, m'ha validat el pàrquing amb el tiquet de la compra.

Després ha vingut la càrrega de la compra al cotxe i, a casa.

Volia passar pel caixer automàtic del banc (sóc de pagar amb diners, no m'acaba d'agradar la targeta); però la cua que hi havia m'ha fet desistir.

A més, plovia bastant.

Saps? A part de la tempesta que ens està afectant, no sé si és DANA, o gota freda, - perquè no mire les notícies- aquest poble, als peus d'una muntanya que supera els mil metres, és dels de major índex pluviomètric de la zona, ací plou molt. De fet, quan en la informació



del temps diuen, al sud de València i nord d'Alacant, ho fan per a dir que plou molt. I, és ací on jo visc!

Tornant a la compra, l'últim capítol era entrar-la a casa. Jo ja hi havia preparat una baieta, un rentamans, un esprai amb lleixiu diluït en aigua. I el safareig de la cuina i el banc lliures.

He arruixat totes les superfícies, bosses... i les he netejades i assecades i, després, cada cosa al seu lloc. Excepte el que he deixat en quarantena al maleter del cotxe. Per cert, paper higiènic, no n'he comprat. Visc a soles i no en necessite tant com per a embolicar una mòmia, com sembla ser que comprava la gent els primers dies de confinament.

Quin muntó de draps! Una rentadora quasi completa amb draps de cuina, baietes, màscara casolana, guants...

I per a acabar, jo, a la dutxa; i això que cada dos per tres em llavava les mans ben llavades.

Ja veus, les coses rutinàries que es converteixen en extraordinàries en els temps moderns. O no tan moderns!

Fins a molt aviat! Una abraçada!

Salvador



¡Hola, Valiente!

Me gustaría que esta carta te recordara que ya te queda un día menos de estar aquí y de volver a tu vida diaria, a tus rutinas, con tu familia, con tus afectos.

Son días difíciles en que hay que buscar paciencia, recordando tiempos bonitos y días de luz.

Pero todo pasa rápido, y también los días de lucha por hacer volver la salud, que parece que se dio una vuelta y le cuesta volver.

Cuando lo haga, la vas a agarrar con fuerza y decisión, para que no vuelva a marchar.

Todos te cuidan para acelerar esa estancia dura y en soledad. Ese día llegará pronto y recordarás este padecer con una sonrisa en los labios.

Te deseo que encuentres mucha fuerza de espíritu, para vencer a este bicho que, sin pedir permiso alguno, ha llegado a nuestras vidas, pero que conseguiremos aniquilarlo y volverá la tranquilidad.

Pronto podrás contemplar, dijo la voz del poeta, cómo “las abejas libarán del tomillo y el romero”. Y te preguntarás, un año más “¿Hay ciruelos en flor? ¿Quedan Violetas?...”. Machado se lo preguntó a su amigo, Palacio, imaginando la florida primavera, tras la tristeza invernal.

Sé, como profesora de Literatura, bueno, casi recién jubilada, que las letras ayudan a nuestro espíritu a caminar por los riscos de la vida.

Un abrazo muy fuerte en estos días de esperanza.

Àngeles



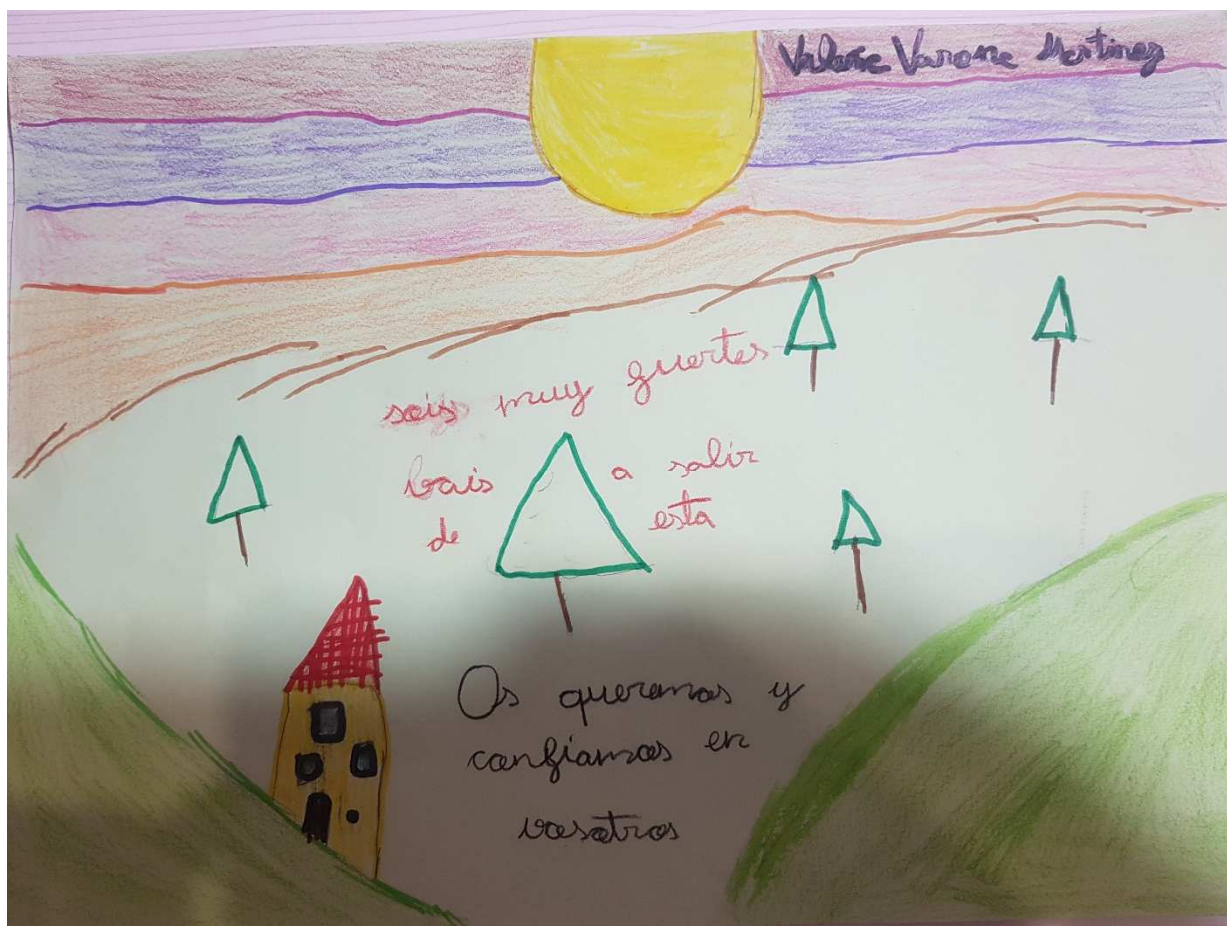
Hola sóc la Valeria Varona Martínez, tinc 8 anys i vaig a l'escola ESCOLAPIES LLURIA de Barcelona, sóc veïna de la Barceloneta i vull que aquest dibuix serveix per portar una mica d'alegria a qui ho necessita, i donar les gràcies a totes les persones que treballen perquè tots estiguem bé.

Jo porto a casa ja 10 dies sense sortir, sense veure a les persones que estimo i puguer anar a l'escola amb els meus amics.

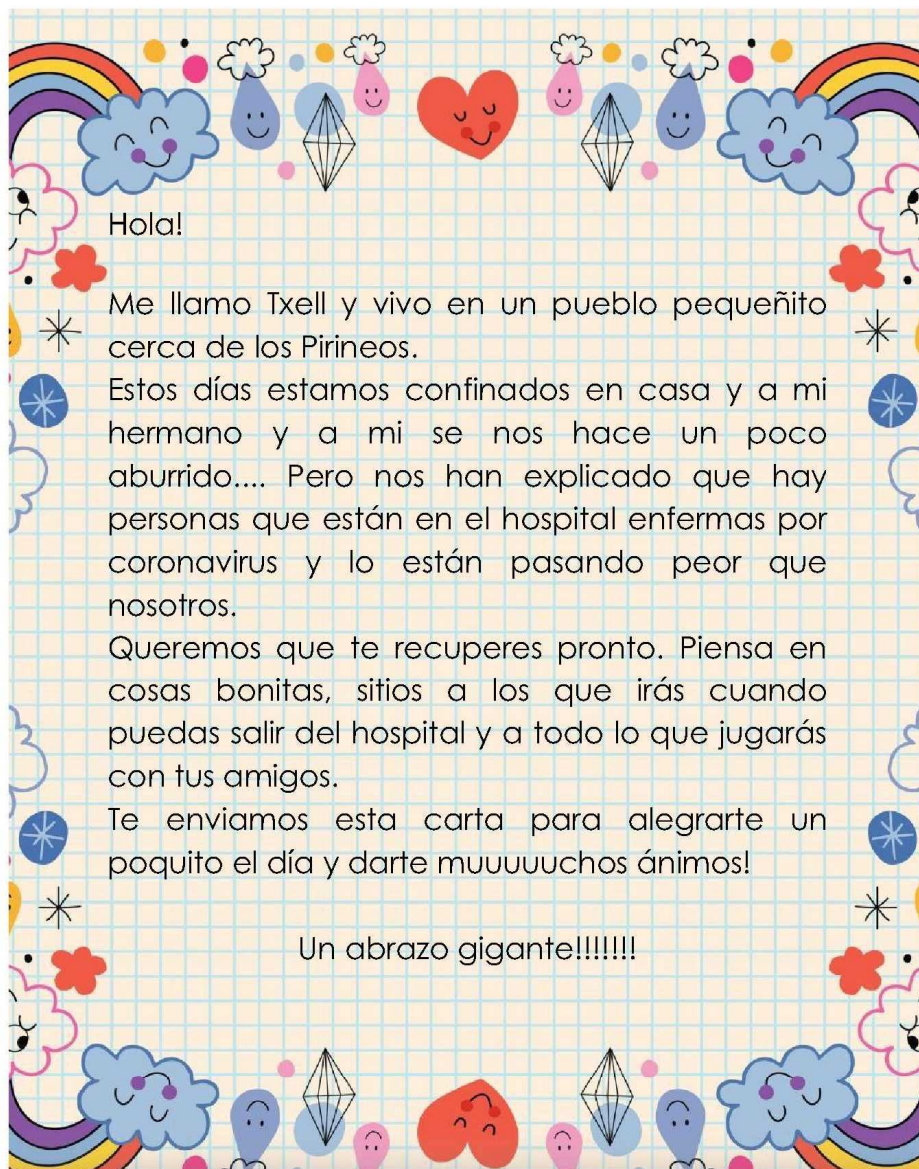
Així que si tots els que no necessiten sortir al carrer es queden a casa aquest bitxo s'anirà aviat.

Una abrazada ben forta,

Valeria



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalí!



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



¡Hola!

¿Cómo estás?

Soy una mamá de dos peques y vivimos en un pueblecito cerca de los Pirineos. Estos días en que la población estamos confinados en casa por Coronavirus no podemos obviar la difícil situación por la que estáis pasando las personas ingresadas en el hospital y es por ese motivo que te escribo esta nota.

Recuerda que debe ser obediente a las recomendaciones de los médicos y no realizar demasiado esfuerzo. Sé paciente y verás que pronto te recuperarás estarás en casa con tu familia bien pronto.

No olvides que todas las personas que te quieren están contigo (aunque por motivos de salud sea en pensamiento y no físicamente) y que todos deseamos lo mejor para ti. Siempre oramos por tu pronta mejoría.

Recuerda que NO HAY MAL QUE DURE CIEN AÑOS así que tarde o temprano esto pasará.

Cuídate mucho y ánimo!

Un fueeeeeeeeeerte abrazo!

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



¡Hola!

¿Cómo estás?

Somos una familia que vivimos cerca los Pirineos y estos días, confinados en casa por seguridad, no podemos olvidar la situación que estáis pasando las personas ingresadas por Coronavirus.

Te escribimos esta carta para enviarte nuestros mejores deseos para que pronto te encuentres bien. Aunque no nos conozcamos estamos seguros que tú no te dejarás vencer frente a la adversidad, ¿verdad?

Esto es una dura batalla contra el virus y ahora es el momento de que reposes para que te recuperes y puedas estar pronto con los tuyos.

No olvides que debes escuchar siempre al equipo médico y seguir todas las recomendaciones que te den. No descuides tu alimentación y descansa lo suficiente, Deja de lado todas las preocupaciones de la vida y verás que muy pronto estarás ya en casa. Así que vuelve a sonreír y anímate.

Todos quienes te conocen y aprecian están contigo y deseando tu pronta mejoría. Verás que el tiempo pasará rápido y muy pronto volverás a tu vida normal.

Recuerda que NO HAY MAL QUE DURE CIEN AÑOS así que tarde o temprano esto pasará.

Cuídate mucho y ánimo!

Un fueeeeeeeeeerte abrazo!

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Barcelona 25/03/2020

Hola em dic Biel i tinc 11 anys, soc de Barcelona. Soc de l'escola Vedruna Immaculada. Envio aquesta carta per donar vos suport i les gràcies per tot el que esteu fent, vosaltres sou els nostres herois vosaltres esteu salvant Barcelona. Moltes Gràcies per tot seguim així Nosaltres sortim al balcó cada dia.

Ànims





Hola Amic/Amiga

Em dic Susana, tinc 57 anys.

No se com te dius, ni a que et dediques , però se que ets un valent/valenta i que et curaràs aviat. I aviat veuràs a la teva família, i els dones petons de veritat, no virtuals, mentre tant, si et pot ajudar aquesta carteta.

L'envio amb tot el meu cor, no et conec però estic amb tu, penso i demano cada dia què aviat surtis d'aquesta situació.

Tots estem junts en aquests moments. No estàs sol. Et curaràs aviat . Molta força!!!

Petons i abraçades.

Susana😊😊😊😊😊👉👉👉👉



Hola!

Em dic Helena i, et dic que no estàs sola/sol. Jo estic amb tu i, no hi sóc físicament al teu costat, però som energia i, t'embolcalla la meva estima i empatia.

Fixa't bé, l'amor és que tinguin cura de tu, quan els qui ho fan són cares que veus per primera vegada.

Deixa't cuidar i estimar i, aquestes seran les teves eines per recuperar-te bé.

Avui no estàs a casa però tu i tots els que ara tenen cura de tu, estan fent tot el possible perquè ben aviat hi tornis.

No estàs sola, no estàs sol, la resta estem a casa, però la nostra energia i ànims no us deixen soles ni sols ni un segon.

Estem a casa pensant amb les / els sanitaris que tenen cura de vosaltres, que també evocuen tota la seva experiència però sobretot tota la seva humanitat, perquè puguis ser altre cop a casa.

Els que no som als hospitals, estem aprenent a ser més solidaris, estem aprenent que si ens aturem, estem més a prop de donar-li treva a la tolerància, a la solidaritat que ens embolcallava una mica a totes i tots i, de pas, també li estem donant treva a la natura, què et sembla!

La ciutats han parat perquè quan sortiu us trobeu un aire més net i una societat més propera.

Estem totes a casa, perquè us volem a casa un altre cop.

Tot passa i, això també passarà.

Quan siguis a casa, t'espera un gran regal i és que et trobaràs que totes i tots serem una mica millors com a persones.

Així que ja saps, torna a casa que t'esperem.

Molta salut!!!!

Helena

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Holaaaaa, amics i amigues!

Em dic Anna i sóc funcionària de justícia en un jutjat de pau del Baix Empordà. Estic confinada a casa i avui he vist per Tv3 aquesta iniciativa d'enviar correus d'ànims per al personal sanitari i per a les persones hospitalitzades pel contagi del COVID-19. M'ha semblat que és un gest molt bonic i que no hi ha millor manera d'invertir el temps!! ;-)

Llavors, i dit planament, us envio una abraçada enoorme i plena d'admiració a tots/es professionals sanitaris/es, que esteu a peu de canó lluitant contra aquesta pandèmia tan difícil de controlar. Em desperteu un amor infinit. Us veig fent un treball heroïc i em dol cada contagi que rebeu en el vostre gremi perquè, ningú mereix caure-hi però, vosaltres hauríeu de ser premiats/des amb la immunitat, com a mínim!!! ♡♡♡

Cada dia veig per les notícies referències al bon servei professional que esteu oferint, tot i les dificultats per la mancança de personal i de material, i alhora, demostreu tanta sensibilitat humanitària en gestos com acompanyar els malalts fins l'últim alè perquè no estiguin sols, o aguantar el telèfon al pacient perquè la filla es pugui acomiadar en la distància... i tants altres exemples que nosaltres no sabem. M'emocioneu. Us admiro i us estimo... Ànims!!! Us envio Llum i pregàries a l'Univers perquè demà recolliu tot el bé que avui repartiu.

També aprofito per saludar a totes les persones ingressades. Jo no tinc cap familiar a l'hospital donat que vam poder fer confinament des dels primers avisos i, cadascú a casa seva, hem pogut evitar el contagi. Toquem fusta perquè segueixi així però, vull dir que, encara que cap de vosaltres sou de la meva família, ni tampoc tenim amistat, m'agradaria fer-vos arribar aquestes paraules talment ens coneguèssim, perquè lligam solidari sí que el tenim. I a més, segur que la vostra gent també sent i us diria el mateix!!

Ànims valents i valentes! Sou exemple de superació. Se us troba a faltar molt, i tot i saber que és temporal, s'enyora la vostra mirada, el vostre somriure i la vostra única presència. Us ho faig saber perquè recordeu que sou persones molt estimades, que feu caliu allà on aneu i que sou molt importants en el vostre entorn habitual. Tot passa i tot ens ensenya a créixer. I quan el temps de confinament acabi ens retrobarem i celebrarem aquesta experiència guaridora. No hi ha cabuda per a altres pensaments. Centreu-vos en respirar, en calma i acceptació, i en agrair que esteu ben atesos/es i vetllats/des en tot moment per a la vostra prompta recuperació.

Algú pensarà "on va aquesta hierbas (es veu que això es titlla a les persones una mica espirituals!!) amb tanta paraula fàcil"... Doncs mira, anar no vaig enlloc perquè també estic confinada, i sense àngels vestits en bata blanca que em cuidin, però les paraules també són sanadores i, encara que no arribin a tothom per igual, he volgut enviar una petita dosi d'amor infinit a totes les persones que sí la necessitin. I també una forta abraçada plena de forces renovades. Endavant guanyadors i guanyadores!!

Moltíssimes gràcies a tots/es, professionals i pacients, per ser, per estar i per formar part d'aquesta gran superació.

SALUT PER TOTHOM

Anna

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Hola amiga, amic

Avui sembla que farà solet. Alguna esgarrapada als nuvolots hi haurà i caldrà aprofitar-la, des d'un balcó o una terrassa. Em diu una bona amiga que al Montsant ha nevat i tot. I jo, des de Barcelona, he imaginat la serralada imponent del Montsant apareixent a la dreta un cop fet el coll de la Teixeta, donant-te la benvinguda al Priorat. I sí, la sensació d'entrar a un lloc diferent és espectacular. El temps al Priorat passa definitivament d'una altra manera. I em dic, mira, com ara, que tenim el temps una mica aturat. Esperant tots.

Seria bonic poder fer un recull d'imatges o relats on el temps se'ns hagi aturat positivament. Potser ara les podríem anar repassant, com qui va veient un àlbum de fotografies, i potser, ens trobaríem fent un somriure de benestar i corroborar que al capdavant nosaltres les persones també som capaços de les millors coses: emocionar-nos, estimar algú o un paisatge, una terra...

Trobar la saviesa al moment que ens atura. Gran repte.

Desitjo que et recuperis i que tu també des del balcó o la terrassa de casa teva puguis anar a buscar aquest sol potent de vida.

Una abraçada

Carme

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Hola a todos los superhéroes,



Sí digo superhéroes, porque junto con el personal sanitario, sois los que nos dais esperanzas en esta lucha.

Sois los verdaderos protagonistas de esta película que a día de hoy es una realidad.

Desde casa os mandamos muchos ánimos a todos con los dibujos que colgamos en nuestras ventanas y con los aplausos.



Muchos ánimos, estamos a vuestro lado!!!!

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!

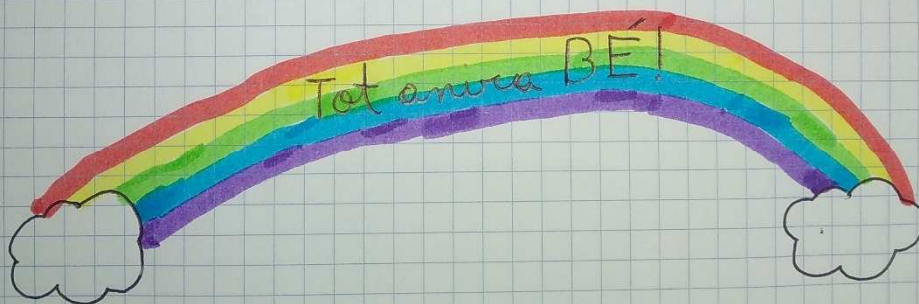


Espero que us recupereu d'hora perquè pugueu fer vida normal.

Fins aviat! 😊

~~Eric~~ 11 anys, Igualada.

25-3-20

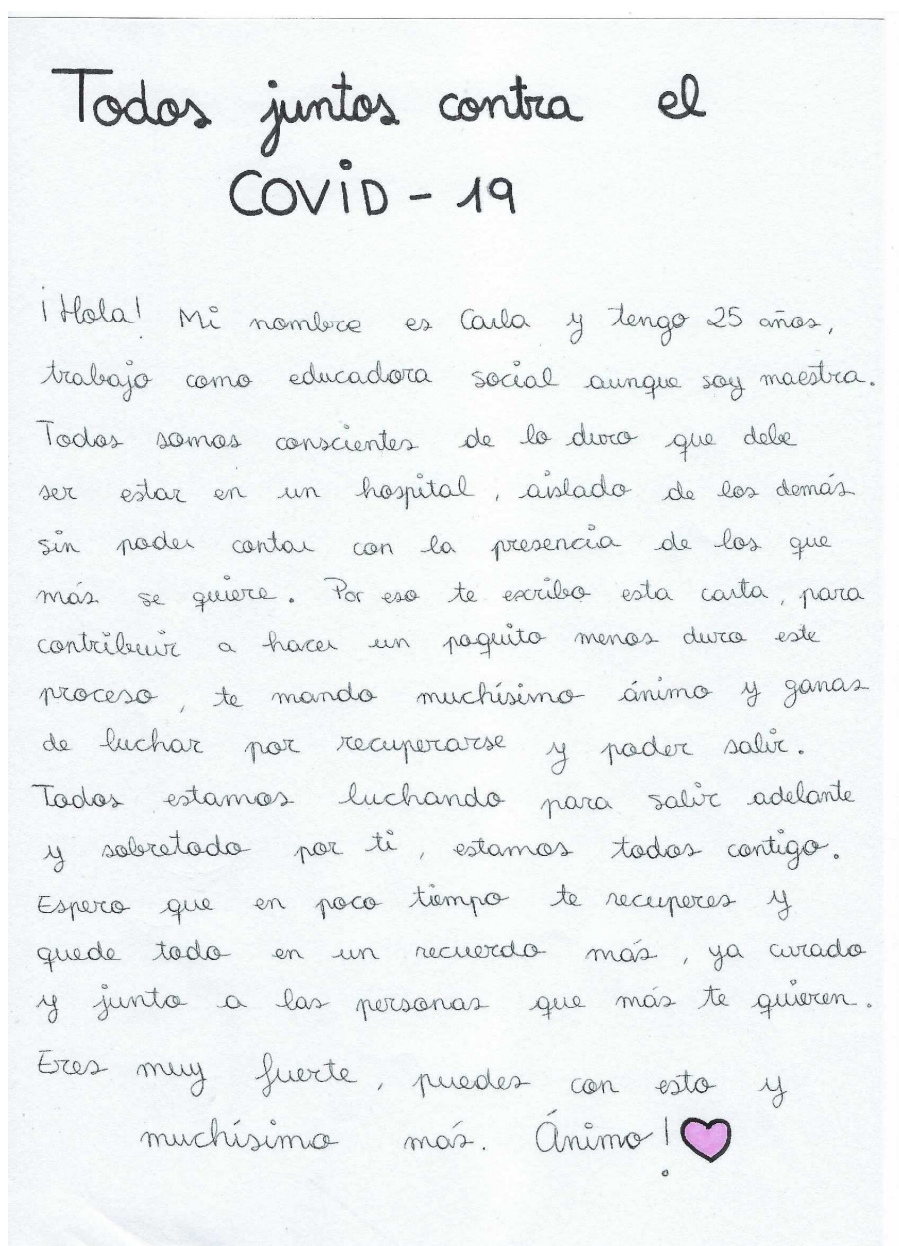


Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Bon dia, us fem arribar aquestes cartes del pis d'inserció laboral La Buixarda (Ulldecona). Som un grup de 5 joves tutelats i l'educadora que en aquest cas soc jo. Sabem que els pacients que teniu a l'hospital afectats pel Covid-19, estan passant uns moments durs i difícils allunyats dels seus familiars. És per això que volem donar tota la força per a ells i que puguin adonar-se'n de la importància que tenen per a la societat, mitjançant aquestes cartes solidaries.

Finalment, volem agrair a tot el personal sanitària la tasca tant important que esteu realitzant, sou uns superherois. Moltes gràcies i seguim lluitant tots plegats.



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



HOLA mi Nombre es Brahim soy d Marruecos
y vivo en España y sé que sufres Mucho por
el virus. Y yo también pero no tanto porque
tengo la suerte de vivir con mis compañeros ojala
y tu también espero que te recuperes pronto ojala
puedas volver pronto a tu vida Normal, pero tiene
que luchar mucho y todo va a salir Bien. Vas a
Volver a tu vida Normal con tu familia.
Todos estamos esperando ese momento.
Un abrazo muy grande...

Brahim. Baihra.

eres muy fuerte.




Hola. Me llamo FRANCK.
Te escribo esta carta para animarte y decirte que no pienses que te hemos olvidado estamos lejos de cuerpo pero cerca de corazón. Se tiene que aguantar y aceptar que nuestro mundo esta pasando por una crisis sanitaria que nunca antes ha pasado, espero que muy pronto se acaba y tu volveras a tener buena salud, tu familia y todos tus amigos. Eres muy fuerte y muy importante para nuestra sociedad. Un abrazo.



COVID-19

Hola! Mi nombre Mohammed Moueli tengo 18 años soy de Marruecos pero vivo en España. desde hace 2 años, renuncié a muchas cosas en mi vida, dejé a mi familia y mis amigos para buscar mi futuro y descubrirme a mi mismo ...

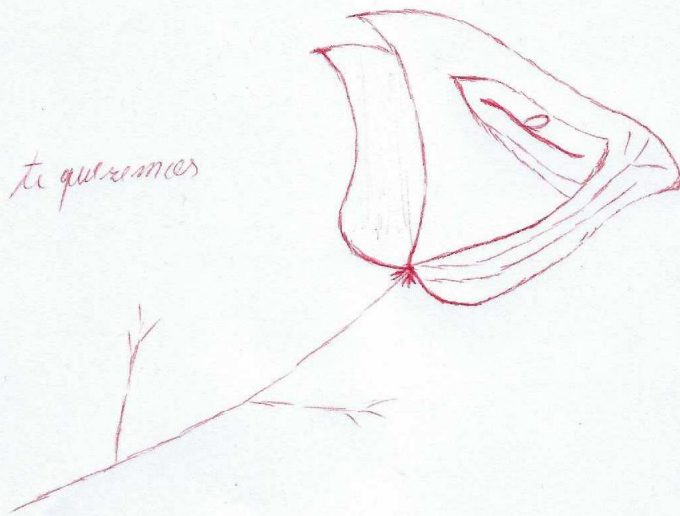
No se entristezca y sepa que después de la lluvia, la oscuridad de la noche, el cálido amanecer y el hermosa arco iris aparecen en sus colores brillantes. 

. Un abrazo muy grande.



hola me llamo TOUSSEf soy de marrocos y
quiero decirte que eres muy fuerte y valiente,
tiempos que requir luchando, tu puedes, entiendo
tu sufrimiento, por todo lo que estas pasando mal,
nosotros tambien estamos luchando para que todo
vuelva a salir bien. Quiero decirte que te recuperes
y que todo va a pasar i vas a volver con tu familia.
Vas a poder seguir cumpliendo tus sueños.
un abrazo muy fuerte. te queremos mucho.

te queremos





¡¡¡HOLA!!!

Te escribo desde una casa donde vivimos cuatro personas: tres chicas y un chico. Es una casa alegre y jovial. Y desde aquí queremos hacerte llegar todo nuestro cariño. Queremos que sepas simplemente que estamos contigo. Estamos ahí en la misma habitación que tú, aunque no nos veas. Estamos riendo y abriendo una ventana imaginaria para que entre la brisa fresca y llene esta sala de oxígeno. La luz de sol entra y baña las paredes de color dorado y su calor te abraza, en nuestro lugar.

¿Te has fijado que, las paredes monótonas de la sala donde te encuentras, en realidad están pintadas sobre montones de colores como un arcoíris? Es por eso que no los ves, pero ahí están, acompañándote. Irradian energía positiva, traspasando ese color aburrido que las tapa, que solo está, para que puedas conciliar el sueño por las noches, como una cortina.

¿Te has fijado en las enfermeras? Si las ves serias, es porque es la cara que tienen normalmente los superhéroes. Realmente les gusta mucho trabajar para tí.

Aprovecho para decirte que somos miles, sino millones de personas, que esperamos que te mejores pronto, que estamos deseando salir de nuestras casas para volver a disfrutar de la vida, contigo.

De momento continuamos en la guerra fría contra el virus, y nuestras armas más poderosas son la solidaridad, la higiene, la quietud y el amor al prójimo. Tu única misión es recuperarte y mantenerte positivo por todos nosotros. ¡Lee nuestra carta todas las veces que creas necesario! El mensaje es infinito.

¡Ya queda menos!

¡Un abrazo inmenso!

Cecilia Cazalá y el millón y pico.

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Bon dia, bona tarda, bona nit.....perquè pensem en vosaltres nit i dia, hora a hora i minut a minut. Tic,tac

Imagino, doncs ara mateix no podem anar a agafar-vos les mans i fer-vos petons, l'ambient del dia a dia de l'hospital. Els grans professionals que tenim al sector sanitari donant el millor de si i vosaltres lluitant amb forces per posar-vos bé. Heu de saber que aquí fora us trobem molt i molt a faltar. Volem que torneu a sortir al carrer a viure les vostres vides que, de ben segur i per fortuna, es creuen amb les nostres. Us necessitem a tots omplint la societat, aportant les vostres opinions, les vostres manies.....tot. No serem complets i feliços fins que torneu amb nosaltres, així que feu-me el favor de lluitar, de tractar de somriure en aquests moments tan durs i de descomptar els dies que queden per poder tornar a estar junts.

A mi em dona esperança pensar que durant aquests dies us estic esperant.....com si haguessiu fet un viatge, amb l'il.lusió de sentir-vos a prop, de que m'expliqueu coses. Quan torneu ens banyarem tots plegats al fantàstic mar que compartim davant de l'hospital ,deixarem que el sol ens banyi i ens donaran les tantes, perquè no tindrem cap pressa en tornar a casa. O potser anirem a passejar pel Port Vell i mirarem els vaixells del port o farem un aperitiu a la Barceloneta.....Barcelona també m'ha confesat que se sent molt trista sense la vostra presència....si veiessiu com plora la nostra ciutat!

Jo no sere feliç fins que no hi sigueu tots a casa. I us ben prometo que em quedaria tancada molts més dies dels que son necessaris a canvi de veure com sortiu i comenceu a viure de nou. Així que,molt egoïstament, us demano un favor: torneu amb nosaltres sans i estalvis.

Us estimem, som amb vosaltres i us esperarem tot el que calgui. I ara, a través d'aquest escrit, em colo a la vostra habitació i començo a donar-vos petons molt sorollosos i abraçades eternes.....sense que ningú ni res em pugui aturar. Em sentiu? Sóc ja a la porta de la vostra habitació.....

Mar

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



El Jan i la Mèlia, de 6 i 2 anys, us envien aquests missatges i una abraçada per fer-vos costat. Anims!!!



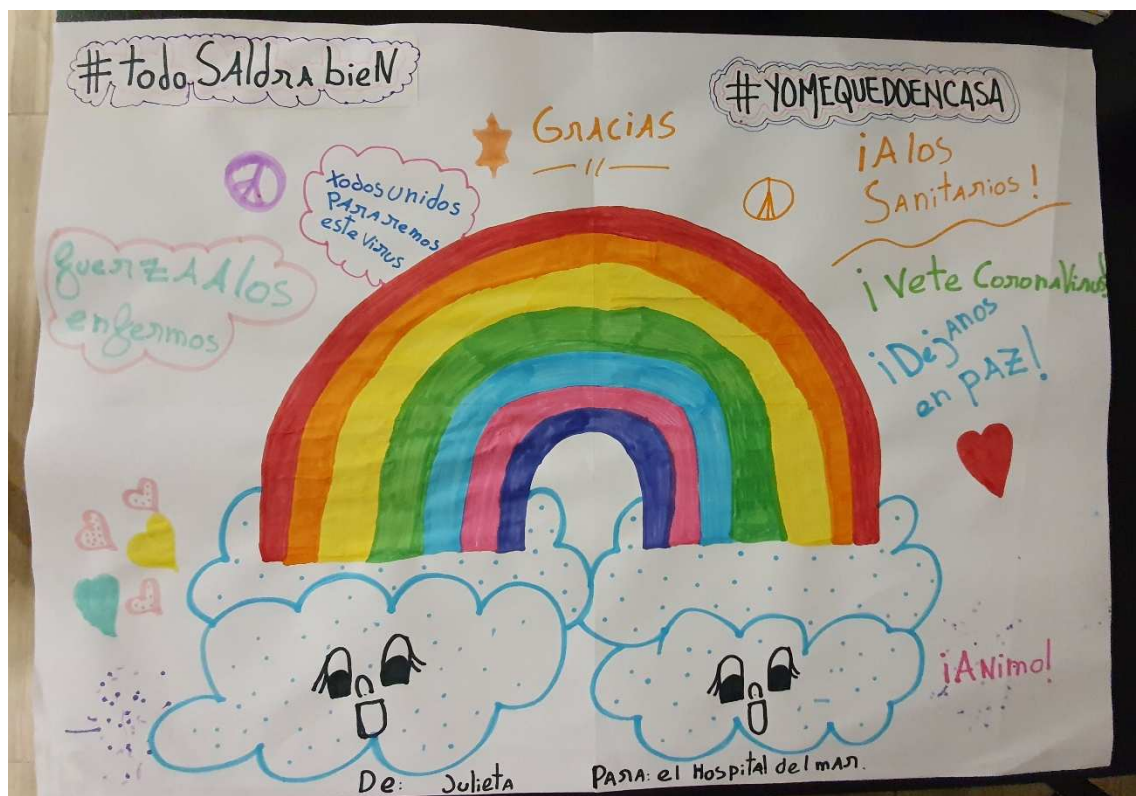
Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Soy Andrea Restrepo. Personal del Hospital del Mar.

Os envio este dibujo de parte de mi hija con mucho cariño.

Ánimo y fuerza para todos.



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Benvolguts, benvolgudes,

Aquí us deixo el meu missatge, tant pels malalts com pels professionals:

*Hola destinatari/a que estas llegint aquest missatge,
No ens coneixem, però t'imagino.*

*T'imagino ajegut/ada en un llit
o pot ser amunt i avall pels passadissos de l'hospital.*

*T'imagino aïllat/ada, amb ganes de saber dels teus, sense saber....
però també assimilant molta informació, assebantant-te de tot, de masses coses.*

*T'imagino amb la sensació de que les hores no passen...
o tot el contrari...sentint que no hi ha hores suficients. T'imagino treballant...Treballant
molt...Gràcies. Moltes gràcies.*

*T'imagino amb moments de por, d'amarga solitud, d'angoixa i desesperació... també
seré/na, confiat/ada, ferm/a, donant-ho tot.*

*T'imagino amb totes les teves inseguretats i fragilitats...i amb totes les teves forteses.
Si, aquelles que ja t'han ajudat en altres moments difícils de la teva vida. Aquelles que
per moments sembla que s'esvaeixen, però que quan tornes a arribar a un oasi de
serenitat, tornen a aflorar, allà estan. Intactes. I reprens de nou el camí.*

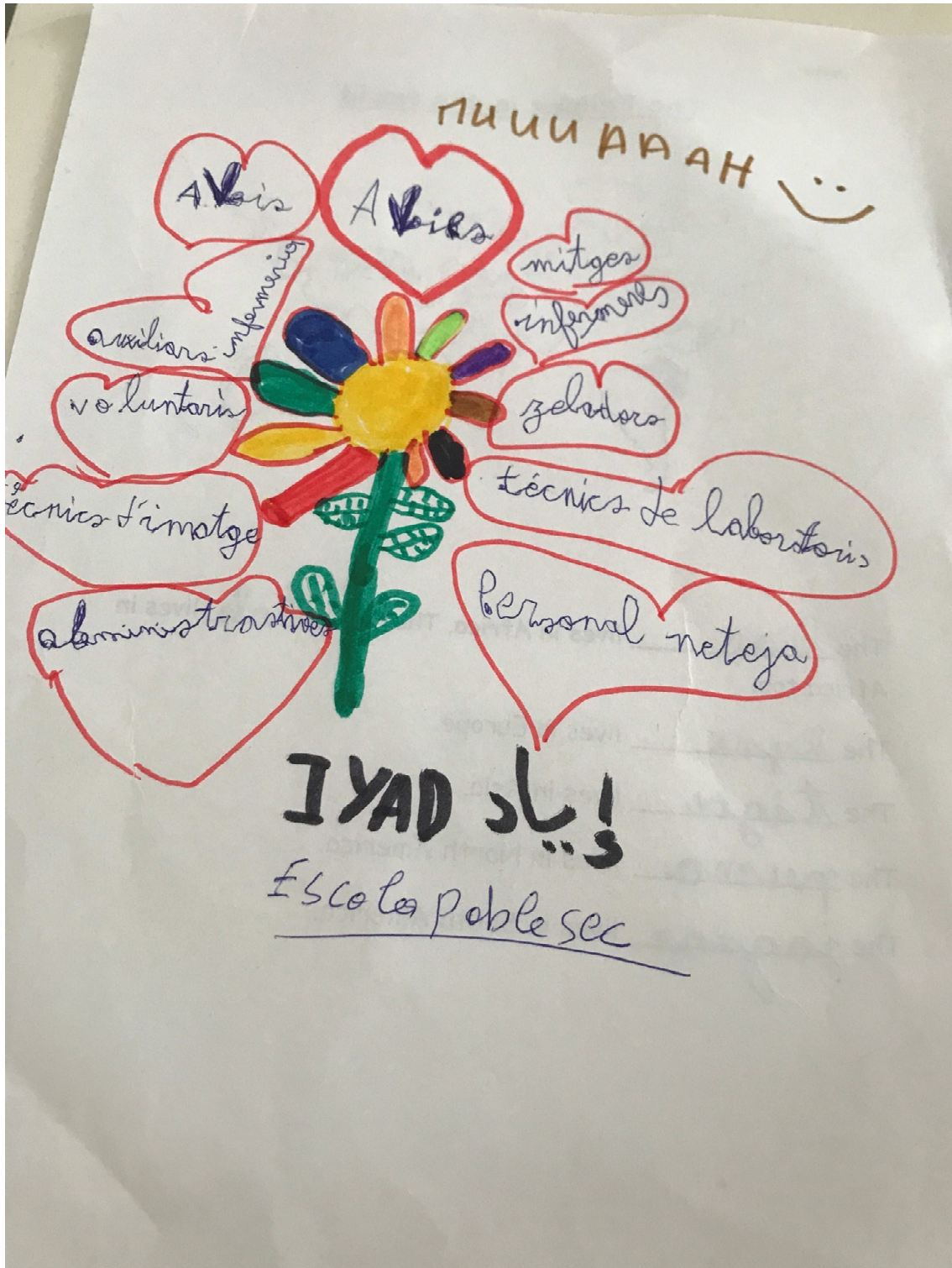
*No em veus...però vull que sàpigues que hi sóc... i com jo...molts d'altres...
No esteu sols/es. Físicament no us podem donar un cop de ma, ni abraçar-vos, ni
escoltar-vos des del major dels respectes. Ni tant sols compartir els silencis, però estem.
Tot un ejèrcit de persones, mans amigues, que des de la plena consciència, us enviem
els nostres millors pensaments, desitjos i abraçades virtuals plenes de respecte i amor.*

No estàs sol/a. Estem. Ens sents?

Una abraçada

Ariadna Garcia

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Bon dia!

Sóc la Rosa, com et trobes avui?

Aquí a Martorell torna a estar núvol i fa fred, sembla qua a la primavera li costa d'arribar i quan ho faci, probablement ho farà amb calor. Ja fa uns anys que passem de l'hivern a l'estiu i de l'estiu a l'hivern, i les primaveres i les tardors cada cop són més curtes o no són. Potser amb aquesta aturada que ha fet baixar tant la contaminació, el cicle natural es recuperarà i podrem gaudir de totes les estacions. Mentre estic escrivint aquesta carta, la Violeta, la meva gosseta, se m'ha enfilat a la falda, aquests dies no se'n sap avenir que sempre estiguem tots a casa, i està molt contenta, tot el dia va de falda en falda i tots l'acariciem i li fem carícies. Quan el confinament acabi i marxem tots a treballar em sembla que ens trobarà molt a faltar, tindrà a la gata, però la gata va més a la seva i no sabem que fan quan no som a casa, no sabem si estan juntes o cadascuna a una habitació diferent. Ni ho sabem ni ho sabrem, si no es que posem una càmera oculta que les gravi tot el dia i així sortim de dubtes.

A la carta de dilluns ja et vaig explicar que havia vist passar volant dos ànecs i una colla de periquitos, doncs ahir a la tarda vaig veure passar volant dos lloros ben grossos. Les bèsties semi-salvatges o semi-domesticades, digues-li com vulguis, aquests dies també estan una mica desorientats i desubicats, com nosaltres, i van volant per llocs on no volaven habitualment, potser van a investigar a veure que passa que no hi ha gairebé humans pels carrers.

Jo ara vaig a estendre la roba, que encara que estigui núvol fa vent i potser s'assecarà i així a la tarda ja podré recollir la roba, plegar-la, planxar-la i guardar-la.

Aquests dies la casa està més neta i endreçada que mai, es veu que ara les tasques de casa es consideren exercici físic i com que el recomanen, doncs mira anem netejant i endreçant.

M'acomio fins demà.

Desitjo que passis un bon dia i una bona nit i que la recuperació et sigui lleu.

Una abraçada persona bonica!

Rosa

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Hola! Em dic Paula, tinc 25 anys i visc a les Terres de l'Ebre. Sóc mestra en una escola pública i estic treballant de professora d'anglès i també a l'aula d'acollida, ensenyant el català a nens que venen d'altres països.

Ara estic a casa confinada, com tota la població. No vaig a l'escola, ni puc veure als meus alumnes. Per això, el professorat hem decidit que cadascú faci un cartell on sortim nosaltres i entre tots farem un vídeo i l'enviarem a les famílies perquè els nens i nenes ens vegin. El meu és aquest:



Tot el país s'està involucrant per ajudar als hospitals de la millor forma possible. I jo, he pensat que fer aquesta carta seria una bona manera.

No sé a qui arribarà aquesta carta, però espero que serveixi per treure un somriure a tu que l'estàs llegint. Jo visc davant d'un hospital i tots els dies a les 20:00h surto a aplaudir als metges, metgesses, infermers i infermeres la tasca que fan per tots vosaltres i nosaltres.

Estic segura que entre tots ens en sortirem i tu que estàs passant per una situació més complicada que jo, has de ser fort/a i pensar que tot anirà bé, que ten sortiràs. T'envio molts d'ànims per a aquesta recuperació i sobretot, confia amb el personal sanitari que t'està ajudant, perquè estan fent una gran tasca i s'estan deixant la pell cada dia.

Des de casa meva fins on estiguis: molts d'ànims i sigues fort/a. Ja queda menys!!

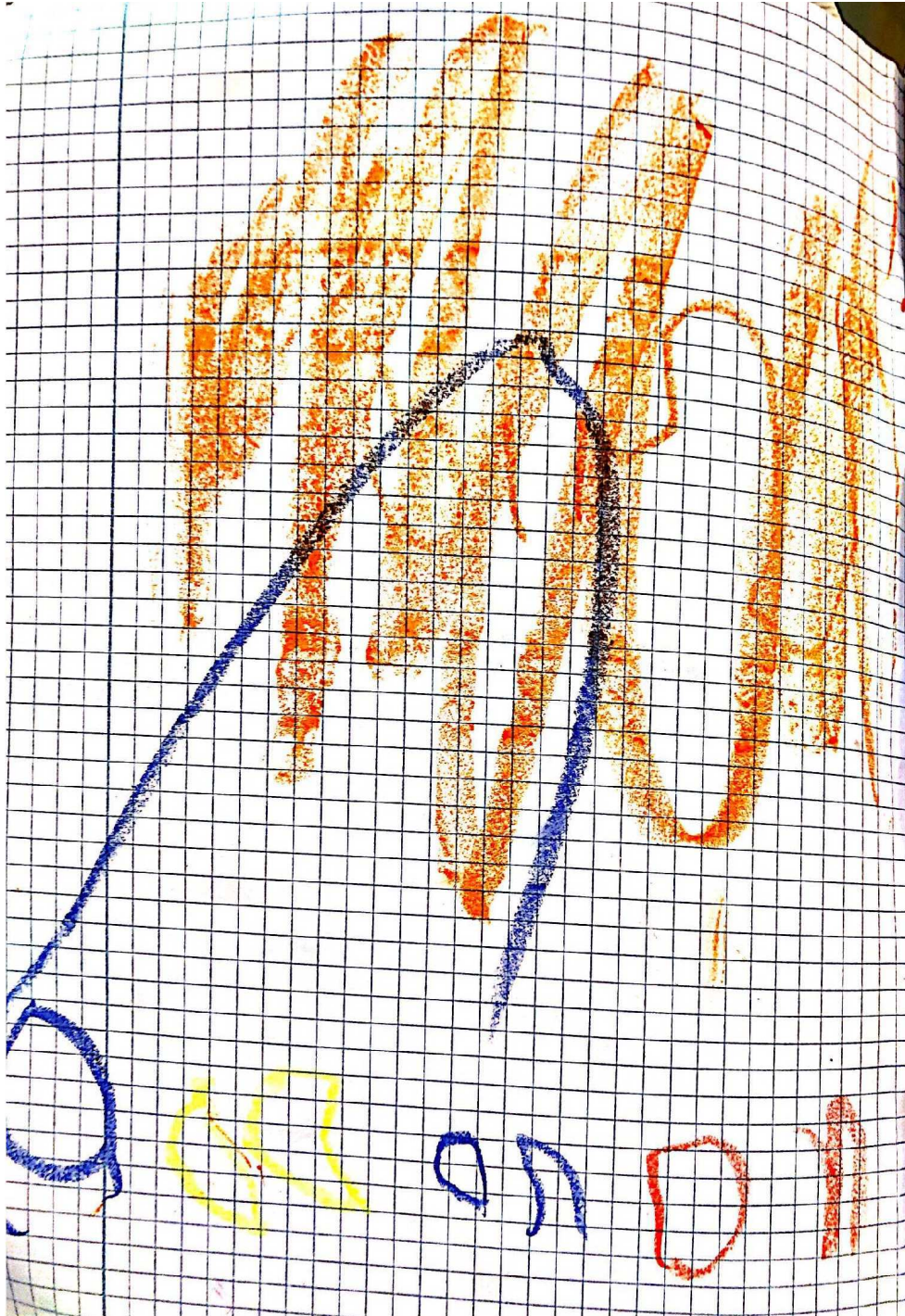
Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Estimat pacient, em dicte a i
time 7 anys.
Et vaig a explicar un audit.
si tens deu pedres a la
butaca i en perds quatre,
que tens a la
butaca?
un forat!
QUÈ ET POSIS BÉ !!!

Scanned with CamScanner

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Scanned with CamScanner

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Marina



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Mi nombre es Verónica y me dirijo a ti en estos momentos porque aunque quizá nunca lleguemos a conocernos, no dejo de pensar en ti, en tu familia y quiero que de alguna manera puedas sentir el ánimo, el optimismo, la valentía, el coraje y la fuerza que deseo transmitirte para que te recuperes pronto.

Deseo con todo mi corazón que seas fuerte, que cierres los ojos y recuerdes todos aquellos lugares e instantes en los que te has sentido feliz, en calma, a salvo. Tómate tu tiempo y siente de nuevo esas emociones, esos olores, esos sabores. Un abrazo, un beso, una caricia...

Y desde esa sensación de calma, de tranquilidad y de emociones bonitas, ilusióname haciendo planes con aquellas personas que más quieres, viajando a ese destino que tenéis pendiente...

Te pido que luches con todas tus fuerzas para volver a sentir el sol acariciar tu cara, para volver a sentir el viento y la lluvia, volver a oler la hierba mojada y sobretodo, para volver a abrazar a los tuyos.

Porque todo ese esfuerzo te aseguro que vale mucho la pena. Volverás a disfrutar de esas pequeñas cosas que nos hacen sentir vivos y para ello tenemos que luchar todos juntos. Estoy a tu lado, aunque no me veas, aunque no me conozcas, estoy aquí.

Todo el personal sanitario está haciendo todo lo que está en sus manos para curarte y no dudes de que muchísimas personas, entre ellas mi familia, mis amigos y yo estamos haciendo todo lo posible para que te recuperes y para que nadie más tenga que vivir lo que estás viviendo ahora. Todos estamos unidos luchando por ti y por todas las personas que están en estos momentos en tu misma situación.

Sé que es duro y agotador. Sé que tienes miedo. Pero estamos todos contigo. Aunque no nos conozcamos, aunque quizá el hecho de que alguien anónimo te escriba desde la distancia resulte extraño, mi corazón está a tu lado y con todas las personas que estáis sufriendo. Y ojalá pudiera estar ahí contigo, cogiéndote de la mano, sabiendo que todo irá bien.

No sé qué me deparará el destino, si de alguna manera yo también tendré que vivir esto... Pero mientras tenga fuerzas y puesto que no puedo estar acompañándote y arropándote como desearía, quiero transmitirte todo mi cariño y energía. Aún queda mucha vida por vivir y mucho por sentir. No abandones, no decaigas, sé fuerte. Son muchas las personas que te quieren, vive por ellos, vive por ti. Porque esta pesadilla terminará, te lo aseguro.

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Y cuando salgas del hospital, cuando te encuentres con fuerzas, cuando salga el sol y haga un día espléndido, ve a una terraza, o a la playa, o la montaña.... Ve a ese lugar que sólo es tuyo, donde te sientes en paz, donde te sientes feliz e imagina que estamos allí, brindando por tu victoria. Porque habrás vencido, habremos vencido.

Ojalá mis palabras te ayuden porque te prometo que salen desde lo más profundo de mi ser.

Y desde la distancia, deseo que cuando todo esto termine, podamos darnos un cálido abrazo, agradeciéndonos haber permanecer juntos.

Puedes conseguirlo... Vive.

Verónica



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



QUERID@ GUERRER@

PRIMERO DE TODO SÓLO DECIRTE QUE TE ENVÍO MIS MEJORES DESEOS PARA ESTOS TIEMPOS QUE TE ESTÁ TOCANDO VIVIR.

ME LLAMO GUILLERMO, SOY PROFESOR DE ELECTROMECAÁNICA DE VEHÍCULOS DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE GRADO MEDIO EN UN INSTITUTO DE MARTORELL Y TENGO 35 AÑOS.

ESTÁN SIENDO UNOS DÍAS DUROS PARA TODOS, PERO NO, LOS QUE ESTAMOS FUERA NO NOS PODEMOS QUEJAR, SÓLO PODEMOS SEGUIR ADELANTE Y APORTAR NUESTRO GRANITO DE ARENA PARA QUE TODO ESTO ACABE CUANTO ANTES.

MOTIVOS PARA EL OPTIMISMO?

TODOS ESTOS DÍAS SE ESTÁN SUCEDIENDO ACTOS SOLIDARIOS: LA GENTE AÚN ESTANDO ENCERRADA EN SUS CASAS, ESTÁ MÁS UNIDA QUE NUNCA, LLEGAN MUCHOS MENSAJES DE CARIÑO DE LA FAMILIA Y AMIGOS, INCLUSO ANÓNIMOS, EMPRESAS Y PARTICULARES SE ESTÁN COORDINANDO PARA FABRICAR MATERIAL SANITARIO QUE ESCASEA, TRANSPORTISTAS, SUPERMERCADOS, SANITARIOS, LIMPIADOR@S, TRABAJADOR@S SOCIALES, BASURER@S, LA SOCIEDAD EN GENERAL, INTENTAMOS AYUDAR AL VECIN@ Y LA GENTE QUE NOS RODEA PARA HACERLES LA VIDA UN POCO MEJOR EN ESTOS TIEMPOS.

DESDE LOS GRUPOS DE WHATSAPP CON FAMILIA Y AMIGOS YA NO HAY DISCUSIONES, NOS HEMOS DEDICADO A ESCUCHARNOS SIN JUICIOS E INTENTANDO AYUDARNOS CON CUALQUIER ACTO Y/O PALABRA QUE PUEDA LEVANTARNOS EL ÁNIMO Y SEGUIR ADELANTE. HE RECUPERADO EL CONTACTO CON FAMILIA QUE HACÍA TIEMPO SE HABÍA PERDIDO!!! FÍJATE QUE IRONÍA MÁS GRANDE Y CUAN ESTÚPIDOS SOMOS!!!

ES POR ESO QUE CREO QUE ESTAMOS CAPTANDO EL MENSAJE: LO QUE NOS HACE GRANDES NO SERÁ NUNCA EL DINERO, NI LA FAMA, NI LAS RIQUEZAS QUE PODAMOS ACUMULAR, LO QUE REALMENTE NOS HACE GRANDES ES LA HUMANIDAD, NUESTRA CONDICIÓN HUMANA Y SOCIAL, EL LEVANTARNOS CADA DÍA Y REFLEXIONAR EN COMO PODEMOS HACERLE LA VIDA MEJOR A NUESTROS SEMEJANTES, YA SEA CON GRANDES ACCIONES O A VECES CON LO MÁS SIMPLE COMO PUEDE SER ACOMPAÑARNOS EN CADA UNO DE NUESTROS PROCESOS Y TE PUEDO ASEGURAR QUE FUNCIONA.

NO TE LO VOY A NEGAR, TENGO DÍAS MÁS DESANIMADOS, EN LOS QUE ME PREGUNTO A RAZÓN DE QUÉ ESTAMOS VIVIENDO TODO ESTO. ES ENTONCES CUANDO RECUERDO QUE AHORA QUE NO TENEMOS RUTINA, QUE NO PODEMOS SALIR, QUE NO PODEMOS ABRAZARNOS, ES ENTONCES QUE RECUERDO QUE ÉRAMOS RICOS Y NO LO SABÍAMOS. QUE PODER COMPARTIR Y AYUDARNOS ES EL TESORO MÁS GRANDE QUE PODAMOS TENER.

CON ESTA CARTA NO PRETENDO DARTTE LECCIONES Y ANTE TODO TE PIDO PERDÓN DE ANTEMANO SI CON ALGUNA DE MIS PALABRAS, PUEDO LLEGAR A OFENDERTE O PARECERTE INSENSIBLE, SÓLO TE HABLO DESDE EL AMOR Y EL CORAZÓN.

CREO FIRMEMENTE QUE CADA CUAL INTENTA HACER LO MEJOR QUE SABE PARA HACERNOS LA EXISTENCIA UN POCO MEJOR.

ES POR ESO QUE SÓLO PUEDO DARTTE ÁNIMOS, ÁNIMOS PARA QUE TE RECUPERES CUANTO ANTES Y PUEDAS COMPARTIR Y VIVIR TODO ESTO DE LO QUE ESTOY HABLANDO.

PORQUE AHORA Y MÁS QUE NUNCA, RESURGIREMOS CON UNA CONSCIENCIA ELEVADA.

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



NOS ESTAMOS DANDO CUENTA QUE TENEMOS UNA LABOR EN NUESTRA SOCIEDAD MÁS ALLÁ DE LEVANTARNOS, SALIR A TRABAJAR Y CUIDAR DE LOS NUESTROS.

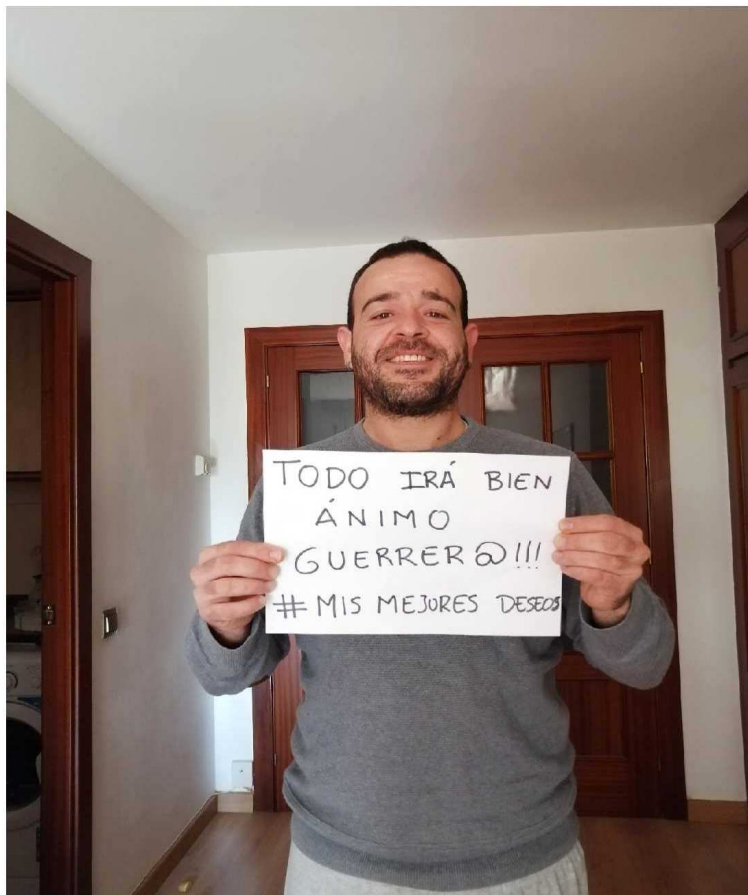
AHORA Y MÁS QUE NUNCA DESEO DE TODO CORAZÓN QUE SIGAS ADELANTE, QUE RÍAS, GRITES O LLORES, TODO LO QUE NECESITES PARA MANTENERTE FUERTE.

RECUERDA ÉSTO: NO ES MÁS FUERTE EL QUE GANA TODAS LAS BATALLAS, SI NO, EL QUE DESPUÉS DE CADA DERROTA, SE SACUDE LAS HERIDAS Y VUELVE A INTENTARLO.

CUANTO MÁS DURA SEA LA BATALLA, MAYOR SERÁ LA GLORIA. Y TÚ E TE VAS A ENFRENTAR A ÉSTA Y TODAS LAS QUE NOS QUEDAN POR VIVIR.

ÁNIMO VALIENTE, JUNTOS SALDREMOS DE ÉSTA.

TE QUIERO GUERRER@



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



PARAULES

Paraules des de Manresa. Les paraules són un dels nostres diamants més preuats i aquelles que ens dediquem a ensenyar-les la nostra raó de ser. Des de Manresa, coronats per la nostra muntanya més sagrada que és Montserrat, les llanço. Surten del meu pensament i van cap al cor, on s'ompliran de la més absoluta tendresa i de l'afecte més extrem. Donaran voltes i voltes al voltant d'aquest centre d'on neix la nostra capacitat d'estimar. I una vegada embolcallades de tot allò que comporta bondadesa i netes de tot mal, pujaran com un riu d'aigües cristal·lines a través del meu coll, es passejaran pel braç i faran pessigolles als meus dits per sortir a la superfície i **dir-te que avui estic amb tu, que estic al teu costat** per donar-te una mica de llum, per dir-te que estem units per la mateixa causa.

Avui el sol escalfa i et transmeto la seva escalfor; avui el dia és nítid i clar i et regalo el seu color; els ocells canten en aquesta terrassa des d'on escric i t'envio la seva melodia. Una lleugera brisa mou els arbres i les seves branques ballen una dansa d'esperança que també t'envio a tu. La natura al meu voltant em cobreix com una bombolla resplendent de colors, de sons, de llum i avui ve a tu per dir-te que no hi ha soledat, que no hi ha silenci, que el món t'espera amb els braços ben oberts. Somriu, encara que costi; tanca els ulls i veuràs com els colors arriben a tu per donar-te la força que necessites per seguir endavant, per seguir caminant amb tu mateix, amb els que t'estimen i amb qui estimes.

Perquè, avui, les meves paraules són per a tu. El meu regal ve en forma de tinta i paper. Les paraules, formoses, ens han unit avui per primera vegada des de la distància, des de l'anonimat, per sempre.

Sigues fort. Ho aconseguiràs.

Euge

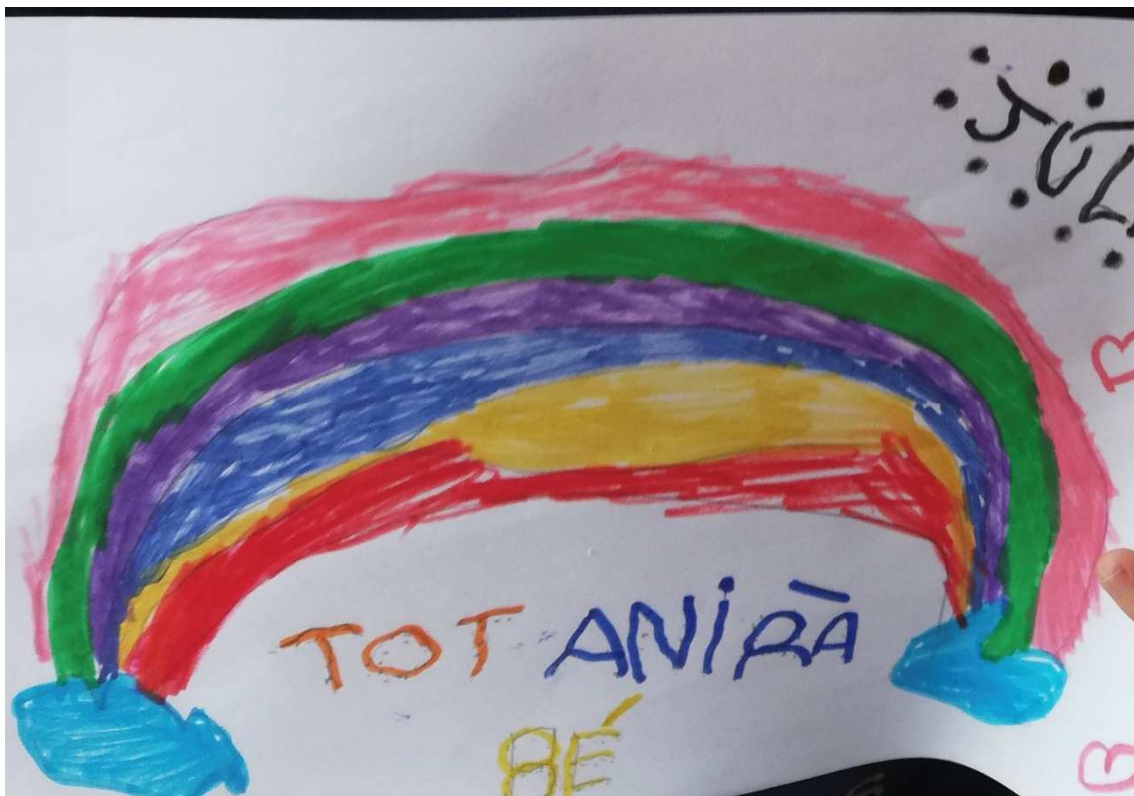


Hola em dic Anna i vull fer-te arribar el meu carinyo, no et coneix-ho però t'imagino i vull regalar-te la meva mirada, el meu pensament. Estem a casa la meva parella i jo; les meves filles cadascuna a casa seva parlem per wassap, per skape... Estic a casa, si, però tota la meva energia està amb tu, amb vosaltres.... Perquè tot i que sabem que esteu molt ben cuidats, sé que les hores s'allarguen i que no és fàcil. Sou uns valents i quan sortiu, que ho faràs, l'aire et fregarà la cara i l'abraçada dels teus et bressolarà i els petons petits i grans t'acaronaran i et faran riure i et faran molt i molt feliç... I tot haurà passat i de nou passejaràs amb els teus♥segur no ho dubtis! Reb tota la nostra energia i el meu amor i sobretot el nostre pensament continu, no esteu sols. Una abraçada molt gran!

Un desig de recuperació per a tu!!!!



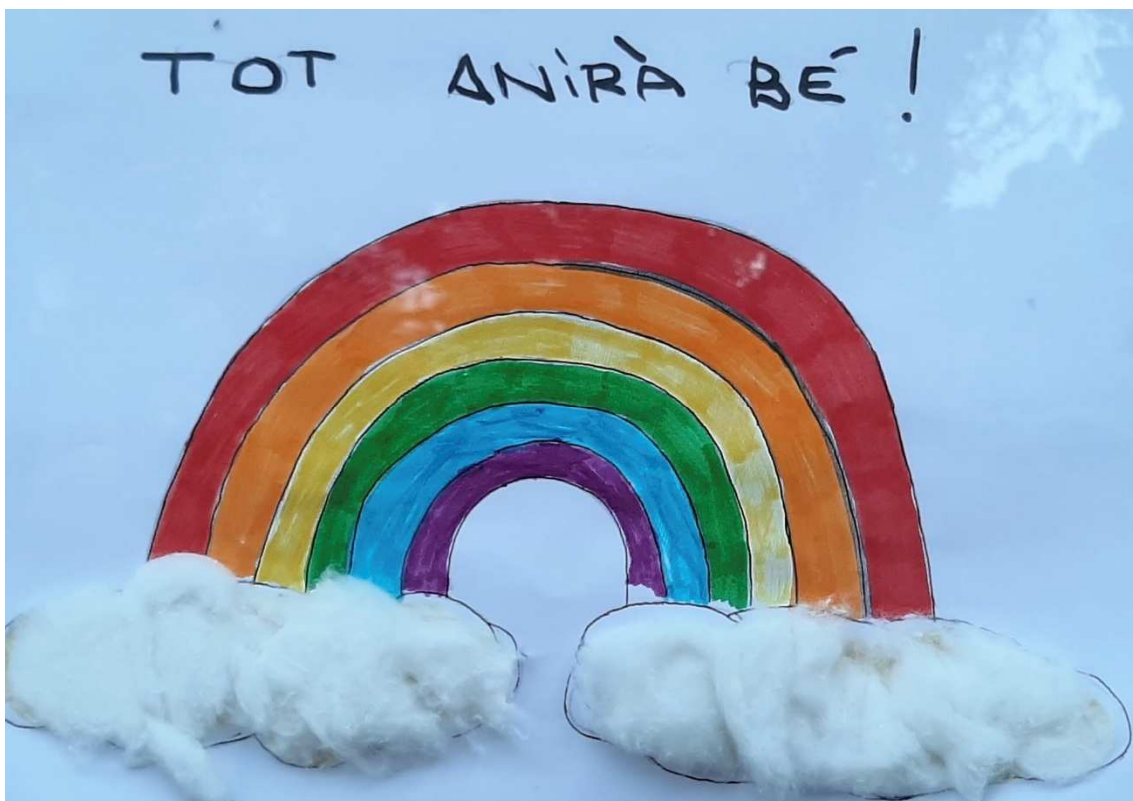
Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Escola El Turó Bigues



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Carles Aluju



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



¡Hola!

Soy Laia, de Barcelona. Tengo 21 años, es curioso porque no sé quien estará leyendo esto y puede que te parezca demasiado joven, pero desde Barcelona me ha llegado esta bonita iniciativa de enviaros unas cartas para animaros y quería aportar mi granito de arena aunque sea con esta simple carta dándoos fuerza, aunque no nos conozcamos.

Aquí fuera todos estamos en casa, haciendo lo posible por que todo esto pase muy rápido y os podáis curar lo antes posible vosotros y nadie más se contagie, supongo que veis la televisión y es increíble lo volcados que están todos los medios, los profesionales y todo el mundo en transmitir el mensaje de quedarnos en casa, cuidarnos entre nosotros y cuidar a los más débiles. Sé que es una situación complicada, más aún para vosotros, pero sois los más fuertes y os admiramos profundamente, tanto a vosotros como a los sanitarios que os ayudan en todo lo que pueden e intentan curaros.

Espero que tú, en concreto, que leas esta carta estés bien, sobre todo mentalmente, y te encuentres con fuerza de luchar contra esto y puedas contactar aunque sea desde lejos, con tus seres queridos para que te transmitan todo su ánimo, pero aún así espero que os mucha gente como yo haya tenido ganas de enviaros una carta para subiros aunque sea un poquito el ánimo.

De esta horrible situación siempre podemos sacar algo bueno, y es lo unidos que estamos todos para superarlo. Todo el mundo (sanitarios, los que estáis sufriendolo, los que nos estamos cuidando para no sufrirlo, personas que nos entretienen, y toda la población) nos hemos unido más que nunca y es muy emocionante, muy bonito y aunque ya ha habido desenlaces muy tristes, vamos a salir cuanto antes, y entre todos vamos a hacer lo mejor que podamos para superarlo. La unión hace la fuerza y no hay nada como gente unida, con un mismo sentimiento, ganas y fuerza para luchar. Lo haremos entre todos y os ayudaremos a que todo salga bien.

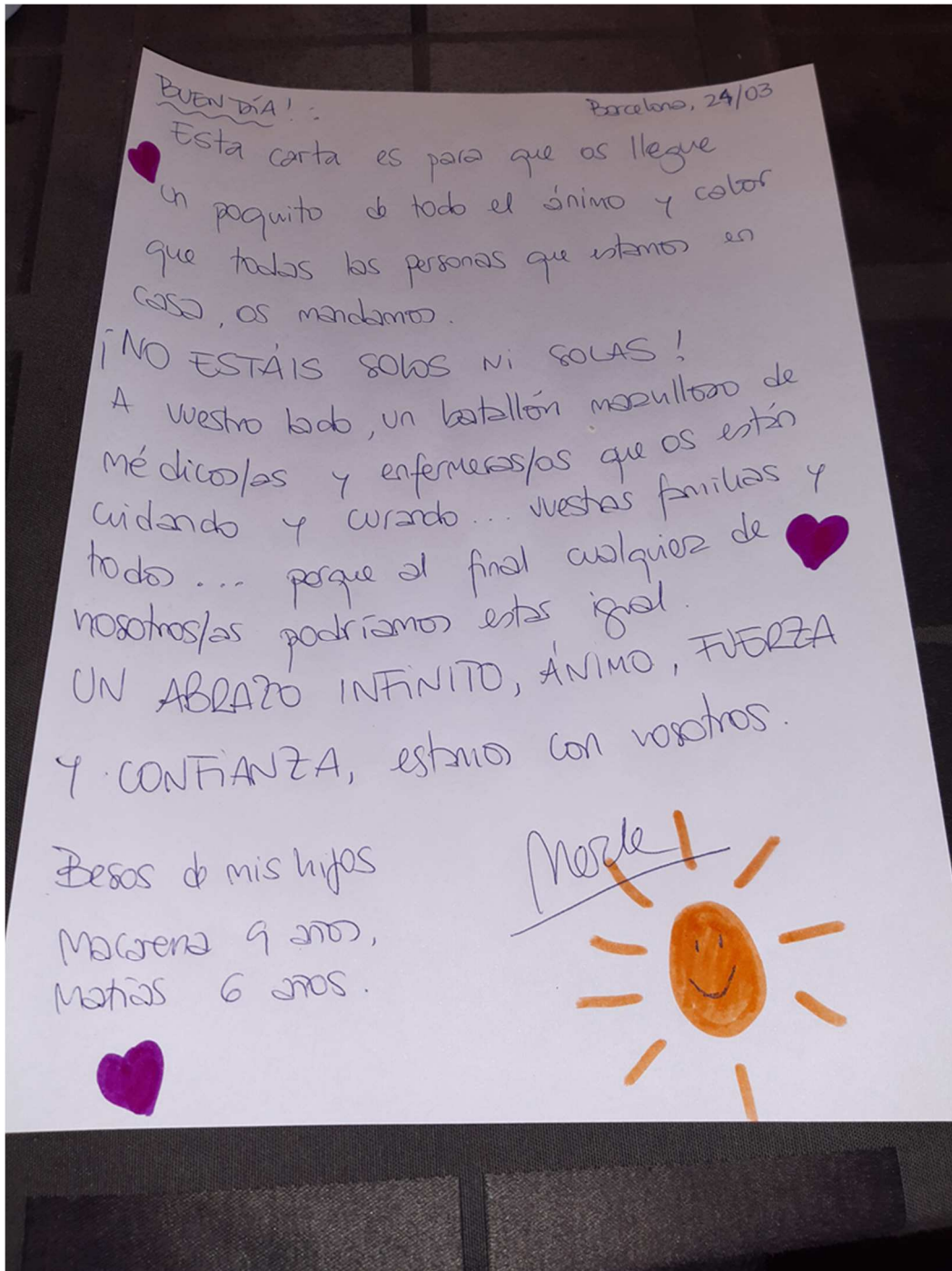
Espero que te haya animado esto, si estás grave piensa en las cosas positivas y en que todos estamos trabajando para desarrollar la cura, para impedir que más gente se contagie y en evitar que la gente que os está esperando a que estéis bien se preocupe, estamos cada día más entretenidos y todo el mundo tiene iniciativas nuevas para entretener a los demás. También están contando todas las iniciativas económicas para ayudar a toda la población y que tengamos una situación mejor cuando se acabe esto, así que si te preocupaba esto, es lo de menos. No te preocupes en los que estamos fuera, estamos trabajando en enviaros todos los ánimos, fuerza y desarrollo para que os curéis todas las personas posibles lo antes posible.

¡¡Mucho ánimo y mucha fuerza!! Vosotros podéis con esto, podemos con esto todos juntos.

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Som la Macarena de 9 anys, el Matias de 6 i la nostra mare Merche.



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



MACARENA
24-3-20



Cuando yo era pequeña tenia un tumor en la cabeza y me tuvieron que operar, las enfermeras me quitaron mucho y en el hospital que yo estaba tampoco podia entrar mucha gente solo mis padres porque yo era un bebe y tenia 1 año.

Quiero daros animos porque todo saldrá bien os tratarán con cariño. Os mando muchos besos y cada dia salgo a aplaudir por vosotros, los medicos y enfermeros/as

Todo va a ir

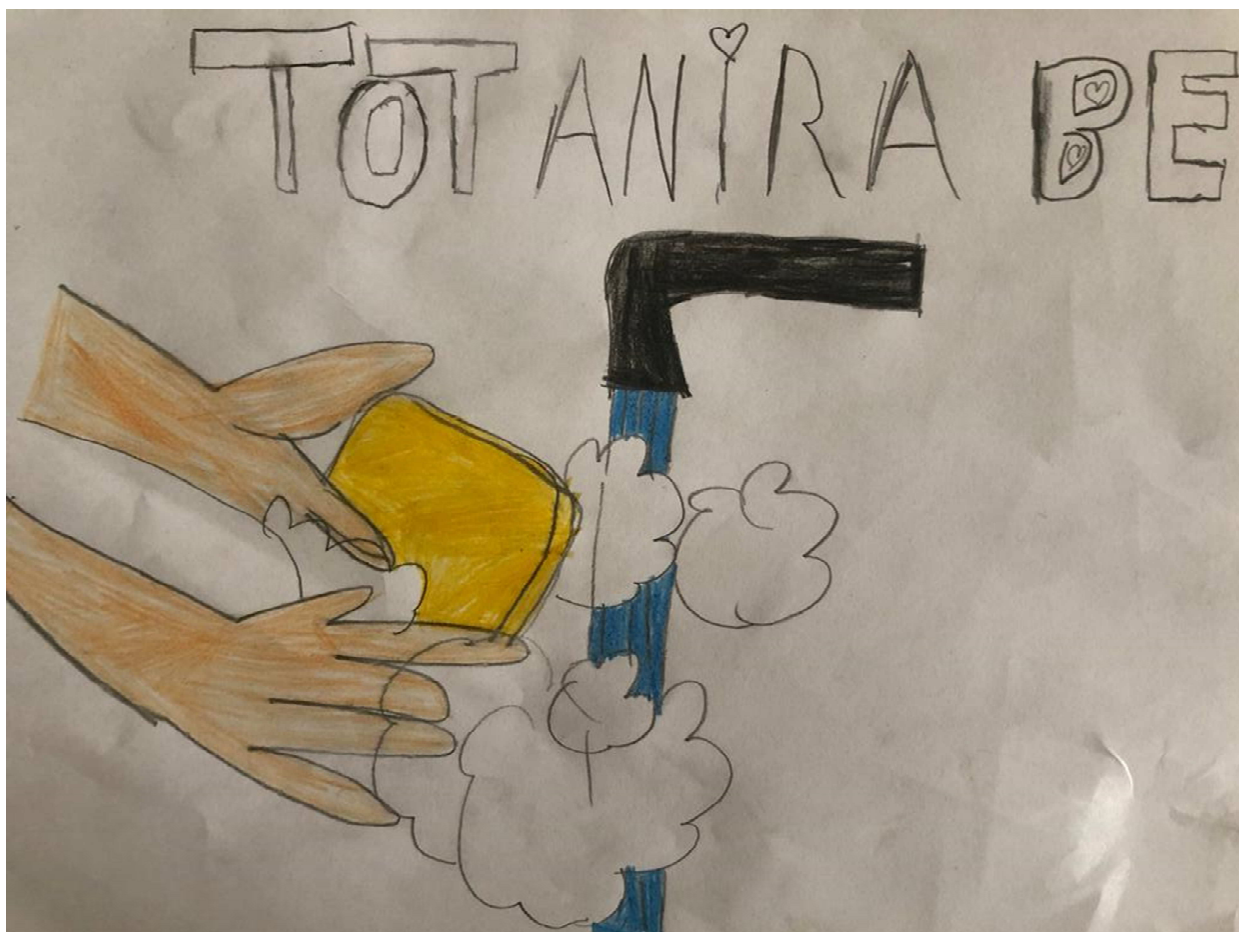
BIEN

Mac

~~9~~ tengo 9 años.



M Carmen Guzmán

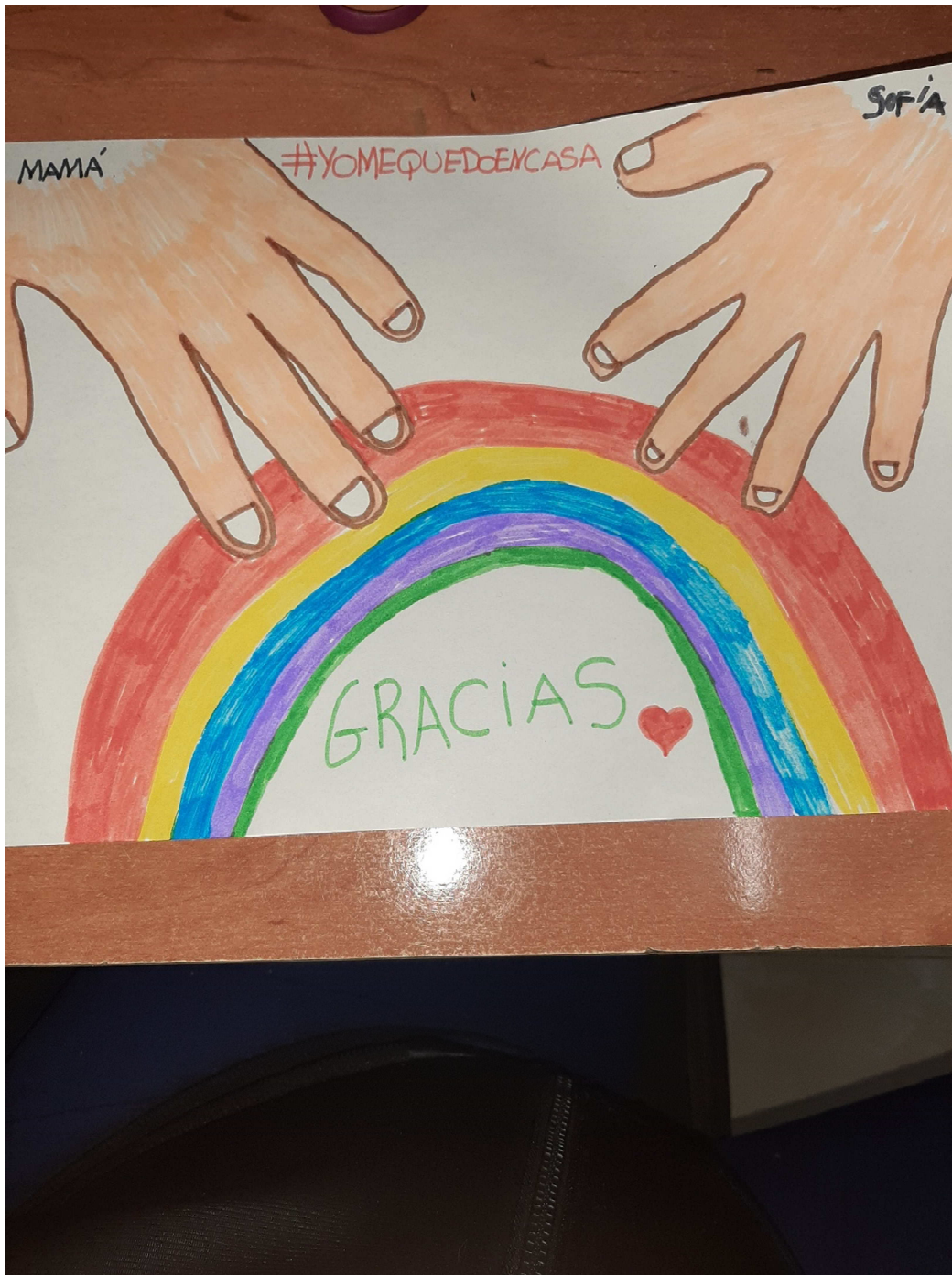


Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!

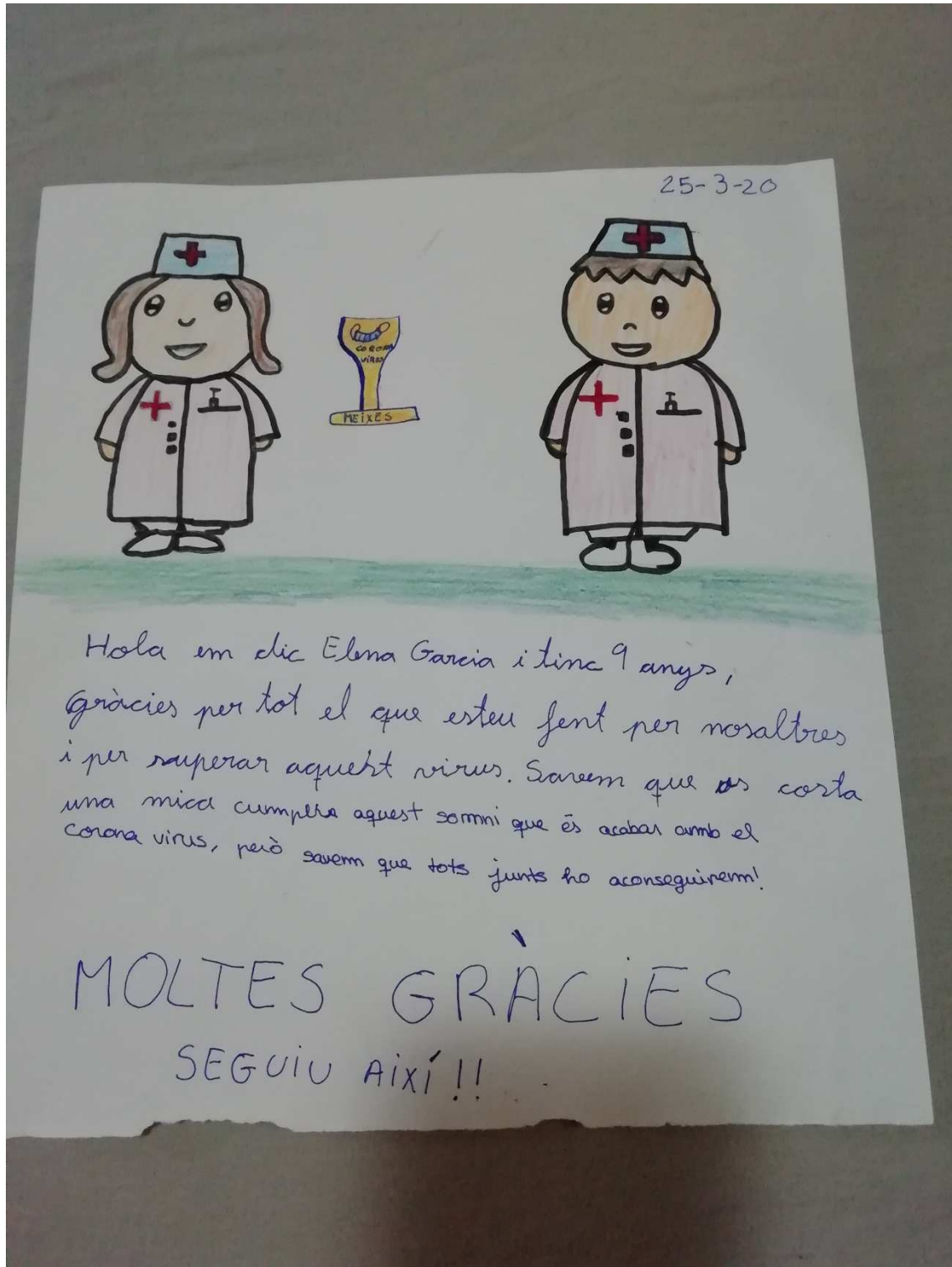


No sé si les llegara al lloc adequat pero queríamos agradecerles por todo vuestro esfuerzo y valentía por ese día a día y esa lucha GRACIAS Y MIL GRACIAS

DE SOFIA 6 AÑITOS Y SU MAMA ♡



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Aquí estamos contigo para hacerte llegar nuestro cariño, nuestro calor... No te conocemos, pero conocemos tu sentimientos. Nuestro hijo con lesión cerebral nos mostró ésa cara de la vida donde todo es gris y parece ser que nada es positivo.

Con el tiempo podemos decir que SI hubieron cosas positivas, como el amor humano y puro de las personas, el arropo, el cariño, la comprensión,...

Recuerda que todo es pasajero, y que existen mil cosas donde puedes acogerte para no caer, solo hay que ser paciente...positivo...y todo será más ameno. Mucha fuerza!

♥🌈TODO VA A SALIR BIEN🌈♥

Fran, Lidia, Pol, Guillem y Júlia.



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Hola! Bona tarda.

Aquest matí, a punt per escriure un conte, i cercant un poema que m'inspirés, he topat amb aquests versos de Joana Raspall. He deixat el conte per un altre moment, no hi ha pressa. El primer vers ja m'ha fet pensar amb vosaltres, és el meu desig explícit per a que tot això passi i us recupereu ben aviat. I això sí que és prioritari, creieu-me.

Aquí el teniu.

<https://soundcloud.com/user-83642343/endavant-joana-raspall-3gpp>

Endavant!' Joana Raspall

*Respira fort, que l'aire és teu
i l'aire i tot et poden prendre.
Un cop ja l'hagis respirat
és carn com tu,
és alè teu que no es pot vendre.
Respira fort, que l'aire és teu.*

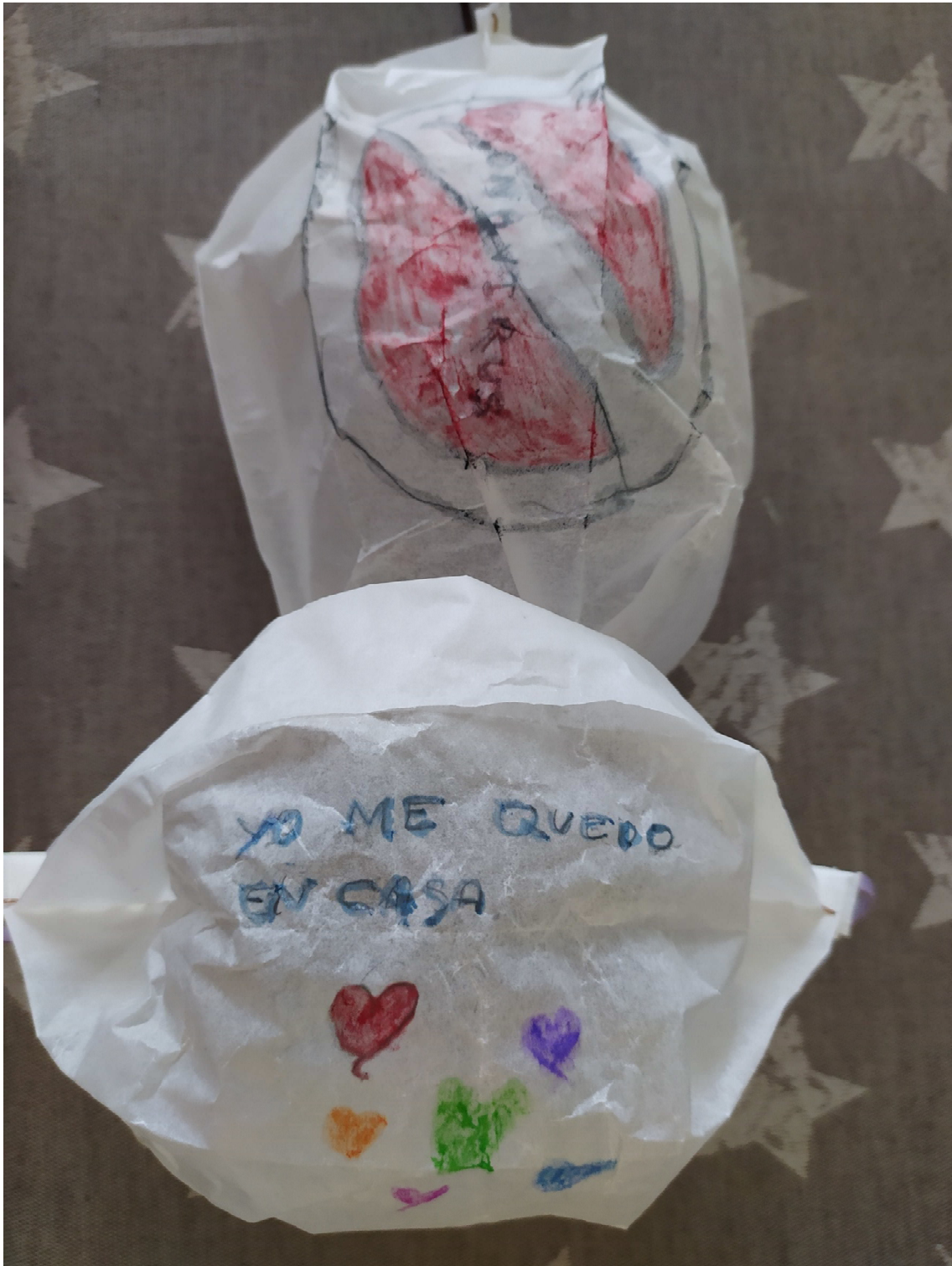
*Trepitja fort, que el lloc és teu!
On hi ha el teu peu no n'hi cap d'altre.
La terra té per a tothom
camins oberts.
Fuig de qui vulgui entrebancar-te.
Trepitja ferm, que el lloc és teu!*

*Parla ben clar, que el mot és teu
i el pensament ningú no el mana.
Si creus la teva veritat
llança-la al vent
i que s'arbori com la flama.
Parla ben clar, que el mot és teu.*

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Sara



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Gracias,

Gracias por darme la oportunidad de escribirte esto, a ti, y gracias por ser tan valiente y seguir luchando, día a día, más y más, sin darte por vencido/a. Se que es duro estar ahí, teniendo que luchar por tu vida día si día también, pero recuerda que no estás solo, estamos todos juntos en esto. Millones de profesionales se arriesgan cada día para darnos, tanto a ti como a mí, lo que necesitamos para pasar este mal momento.

Pronto todo esto pasará, y seremos mucho más agradecidos de lo que tenemos, porque, no sabes lo que tienes hasta que lo pierdes. Jamás pensé que perdería el poder salir a la calle, el simple hecho de ir a merendar a la tarde con mis amigos, lo daba todo por sentado, sin pensar que eso algún día podría desaparecer. Me levantaba cada mañana pensando en la pereza de ir al colegio, en cambio ahora gustaría volver a clase, ver a mis amigos, ir a mis extraescolares y hacer las cosas básicas que hacía cada día.

Pero tenemos que centrarnos en el ahora y en nuestro futuro, no en el pasado, porque no podemos hacer nada para cambiarlo, solo podemos centrarnos en mejorar nuestro futuro, tomando las medidas necesarias, ir con cuidado y quedarnos en casa, esperando que esto acabe pronto, mientras rezamos por la salud de los demás.

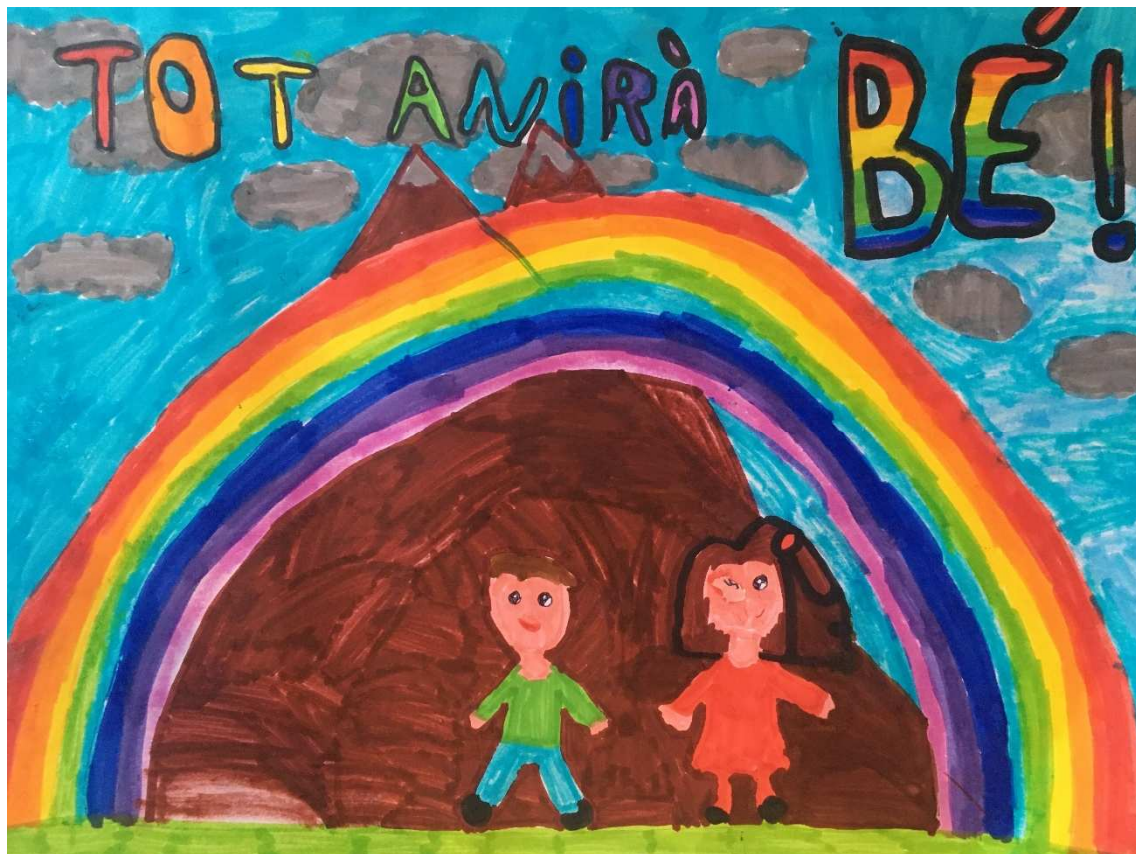
Mucha fuerza

Atentamente,

Ari



Aina, 7 anys. Reus



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Cartes que curen

Hola valent/a,

Primer de tot, m'agradaria presentar-me breument. Sóc la Maria Inés, una noia de 22 anys que viu a Ariany. Ariany és un petit poblet de Mallorca, perquè et facis una idea, de menys de 1000 habitants. Quan es va iniciar el confinament em trobava a casa estudiant pels exàmens de la universitat. Però vaig deixar de fer-ho el dia que ens van dir que no els faríem els dies prevists perquè hauríem d'estar a casa. Des de llavors he tingut temps per parar-me a pensar i a fer-me conscient que fa 5 anys vaig prendre potser una de les millors decisions: començar a estudiar el grau en Medicina, a l'Hospital del Mar, a Barcelona. En aquells moments vaig pensar que sí, que em faria feliç saber com cuidar la meua gent, cuidar-me a mi, i cuidar a tothom que ho necessités. Però fins aquests dies no havia estat mai tan segura que realment era això el que volia. Aquesta és una de les coses positives que m'ha aportat a mi la situació que estem vivint. Però estic convençuda que a tots ens acabarà aportant alguna cosa bona. Te n'explicaré algunes més.

A mi m'agrada molt la música i l'aigua. M'encanten els estius a Mallorca, perquè estic amb els amics, amb la família, a la platja, a les festes del poble, fent un gelat, rient, o simplement decidint el què farem l'endemà. I durant aquests dies de confinament, m'agrada molt pensar en tot això, perquè la situació que estem vivint ara mateix passarà (no ho dubtis) i **tots aquests dies tornaran** i, lo millor de tot (que no m'hagués imaginat mai que pogués arribar a passar) és que els viurem i gaudirem més que abans. I això és el que em manté il·lusionada cada dia. També penso en els retrobaments que vindran, amb la gent que estimo (la que ara enyoro), i en el pròxim concert de música que assistiré, i en la tornada a classes a la universitat, i en el moment en que em ficaré dins la piscina del gimnàs, i en tantes altres coses que trobo ara mateix a faltar. Crec que tot el que abans feia per rutina i amb desgana, ara ho faré amb moltes més ganes. Visitar els meus avis, que ja farà més d'un mes que no he vist. Sortir de festa amb els amics. Anar a la biblioteca a estudiar una muntanya d'apunts. Planificar algun viatge. I tantes altres coses. M'imagino que tu també estàs pensant en tota la gent que t'agradaria tenir a prop en aquests moments, i que no poden ser-hi. De ben segur que ells també voldrien estar-hi... La situació d'aïllament en la que esteu els pacients ha de ser molt dura, però és necessària i imprescindible per evitar més contagis. En definitiva, **ens toca ser forts**, ara més que mai. Jo sempre penso que la vida ens portarà coses molt bones, però que per reconèixer-les, n'hem de passar de dolentes (i aquesta és una d'elles).

Et proposo un exercici mental. Si vols, ara, pots aturar-te uns moments a pensar en alguna cosa que t'agradava molt fer... i ara pensa que d'aquí poc temps això tornarà... i ara pensa que serà millor que com t'ho imaginaves al principi.... **A què haurà valgut la pena tot això?**

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Cartes que curen

Sí, i n'estic molt segura. Tots estem aprenent moltes coses aquests dies i això ens permetrà millorar aquests moments que ja creiem perfectes. Perquè quan ens tornem a trobar amb la gent que més estimem, ens abraçarem com mai ho havíem fet abans. Perquè nosaltres recordarem sempre l'experiència del confinament i tu podràs explicar com vas vèncer la batalla. Perquè serem conscients de què és el que realment ens agrada i amb què val la pena dedicar-hi temps. Perquè serem menys materialistes, i **més humans**. Sí, serem més humans perquè durant aquests dies els diners que tenim al banc no ens han donat la felicitat. Ens hem trobat que el que ens fa feliços són els dinars familiars, les reunions amb els amics, les excursions a l'aire lliure, o simplement, poder anar a cada dia a treballar.

Et deixaré llibertat perquè em posis la cara que més ràbia et faci i el pitjor pijama que t'imaginis. Perquè fa 12 dies que no surto de casa i ja m'he canviat de pijama 24 vegades. I els meus pijames no són els més guapos de la tenda. Tot i així, estic a casa contenta, perquè tots estem bé i perquè puc estar a casa, a diferència d'altra gent, que es troba lluitant com tu, o treballant perquè el món durant aquests dies tiri endavant. Però no et mentiré si et dic que també passo algunes estones trista. Sí, però la tristesa en aquests moments és normal. El que no té cap fonament és la desesperança. I jo estic trista perquè tinc ràbia, impotència, nostàlgia, enyorança, i perquè no deixo de pensar que m'agradaria poder fer més del que estic fent. Al final, estem on estem, tots passem per mals moments. I plorar també ens pot ajudar si després sabem d'on agafar força per venir-nos amunt, obrir l'ordinador i començar a escriure una carta que segons diuen, cura. I jo penso que curar, no curarà ningú. Perquè això ho faràs tu mateix/a, amb l'ajuda dels professionals sanitaris que t'envolten i et cuiden cada dia. No obstant, les ganes que tinc de poder fer-ho també jo, em porten a escriure aquesta carta.

Del que més segura estic és que **et trobes en les millors mans**. Perquè si una cosa ens ensenyen a la universitat és a cuidar-vos de la millor manera que sabem. Per això, jo cada dia a les 20h surto a aplaudir al balcó i m'emociono.

Em vaig acomiadant, però abans m'agradaria enviar-te tota la meua força, perquè jo en aquests moments no la necessito tant com tu. Perquè ara potser et faltin ànims i força, però després **seràs més fort/a que ningú**. I recorda que, quan hagi passat tot, tots haurem après a ser millors persones i potser tot això haurà valgut la pena.

MOLTS ÀNIMS!

Maria Inés BM

maria-ines-b-m@hotmail.es

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Cartes que curen

Hola a tot el personal sanitari de l'Hospital,

Sóc estudiant de 5è de medicina. Només vull dir-vos una cosa: **SOU ELS MILLORS!!** Sé que necessiteu molta força i ànims, perquè esteu treballant en unes condicions que ningú li agradaria treballar. Però ho esteu fent, i ho feu molt bé, i això a mi, com estudiant de medicina que sóc, m'omple d'orgull. Voldria dir-vos que, tal com explico a la carta dels pacients, aquests dies heu acabat convencent-me que no em vaig equivocar quan vaig decidir estudiar aquesta carrera. I no només això, sinó que m'heu convençut que d'aquí uns anys **VULL SER COM VOSALTRES**. A la societat ens esteu demostrant lo necessari que sou, i a mi m'ensenyeu la valentia que teniu per donar-ho tot per nosaltres.

Espero que pugui fer-vos arribar tota la força que necessiteu, cada dia, des del balcó de casa, a les 20h, aplaudint.

MIL GRÀCIES!

Maria Inés BM

maria-ines-b-m@hotmail.es

25/03/20 Ariany, Mallorca (Illes Balears)

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Vale la pena luchar

Ahora que se ha parado el mundo, es buen momento para lanzar ánimos, para recordaros que hay que luchar, que aunque sean momentos duros, estamos viendo renacer la belleza de nuevo, es tiempo para pausarse y contemplar el tiempo pasando ingrátido, sin prisa, es tiempo para volver a escuchar el silencio, y sobretodo es tiempo para salir adelante y valorar a todas aquellas personas que aunque no estén ahí os apoyan y os dan fuerzas. No dejéis de recordar que ante la adversidad siempre aparece lo mejor de las personas, esos enfermeros que os miman arriesgando su vida y los de sus familiares, esos médicos que doblan turnos y todos aquellos que se levantan para trabajar y salir adelante para que todos los que estemos en casa podamos soñar con volver a disfrutar de todo aquello que ahora anhelamos y que normalmente no valoramos. Tal vez esto ayude o no, pero solo queremos deciros que no estáis solos, que os recordamos y pensamos en cada uno de vosotros, sois nuestros padres, nuestros abuelos, nuestros hijos y aunque no os podamos abrazar, de alguna manera, escribiendo sentimos que las palabras pueden llegar a sanar igual que un abrazo, una caricia o un beso. Vale la pena luchar.

Alexandra & Sergi

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Bona nit,

Fa 10 mesos que m'he jubilat i he hagut d'adaptar-me a nous horaris i a nous hàbits. Em sentia satisfeta perquè malgrat el canvi, havia aconseguit omplir totes les hores del dia. Doncs, ara, he hagut de tornar a fer un gir. Ja no puc tenir cura del nét, ni anar a passejar, no hi ha piscina, ni tertúlia amb els veïns.

Estem confinats a casa el meu home, el gos i jo. Sortim únicament a comprar i amb moltes precaucions; dilluns jo, divendres el Ramon. El Cute, sort que té jardí i fins i tot pot baixar al riu. No surt a la muntanya com tenia per costum quan la meva filla el venia a buscar cada tarda.

Ara nosaltres estem a Sant Martí de Centelles, la filla a Hostalets de Balenyà, sola perquè la parella està treballant a Estocolm i ves a saber quan podrà tornar. El fill, la jove (embarassada de 8 mesos) i el nét a Granollers. Sort en tenim de les vídeo conferències.

Fins la setmana passada, escrivia cada nit una carta als presos polítics i exiliats. Ara ja no ho faig. No vull donar feina extra als carters que ja ho tenen prou difícil també. Tampoc sóc capaç d'escriure amb l'humor amb que acostumo a fer-ho.

M'he apuntat a aquesta iniciativa de cartes solidàries amb l'esperança de fer-vos arribar tot el nostre agraïment i tota la nostra admiració. Vosaltres sou els veritables herois d'aquesta lluita sense descans. No ho oblidarem mai i ens comprometem a reivindicar fins a deixar-nos la pell la vostra tasca i a no permetre que mai més cap govern us maltracti com ho han fet fins ara. Estem al vostre costat.

Feu arribar la nostra solidaritat a tots i cadascú dels malalts afectats pel Coronavirus. Sabem, i ells també ho saben, que estan en bones mans. Coratge, ens en sortirem i ens tornarem a abraçar i serem millors persones perquè sabrem valorar el veritable sentit de l'amistat.

En un petit poble de la comarca d'Osona, personal sanitari, treballadors i malalts teniu un racó als cors de dos avis que no us obliden.

Ramon Miras i Maria Rosa Vieta

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Hola! Bon dia! 📧

Sóc la Merche, discapacitada física i sensorial, persona d' alt risc sempre i ara, més.

Estic a casa i no només ho faig per mi, ho faig per totes i tots el que estàn al meu voltant.

Estic molt, molt, molt agraïda a tot el personal sanitari que vetlla per nosaltres, ja no per ser el seu treball si no perque ho van escogir i, això implica una força i sacrifici digna de menció.

Jo no estaria aquí si no fos per el personal sanitari, des de seguretat, administració, neteja, infermeria i metgesses i metges.

Gràcies a vosaltres puc respirar, puc continuar endavant.

Respiro tranqueta perque quan això acabi, PER FI, el món es donarà compte de que sou part vital de l' humanitat.

GRÀCIES a tot l' hospitals i personal que posen el nostre benestar davant del seu propi.

Ànims, força i no decaïeu, això ho superem totes i tots a l' una. 🙌🙌🙌🙌🙌🙌🙌🙌

Som-hi!!!! ♥

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



QUERIDO HÉROE...

Soy uno de los millones de personas confinadas en sus hogares. Quería saber cómo estás.

Lo único que sé de ti es que estás en muy buenas manos. Confiamos en todo el personal sanitario de nuestro país.

Una vez más gracias...

Querido desconocido, tú puedes salir de esto.

Eres y somos más fuertes que esta enfermedad, en nada estarás en casa con los tuyos, ya lo verás!

No pienses en ningún momento que estás solo/a. La gente es buena, estamos todos detrás de la pantalla de la tv pendientes de todos vosotros, dándoos fuerzas y ánimos desde casa.

Aun no me he presentado así que voy a hacerlo.

Me llamo Alexander, soy un chico de 15 años que vive en Barcelona.

Estudio 4 de la eso, no soy muy buen estudiante, el año que viene quiero estudiar un ciclo de atención a personas en situación de dependencia. Soy muy despistado y me cuesta concentrarme, tengo una hermana pequeña y un perro de 11 meses.

Tengo los ojos marrones, pelo castaño, 1'70 de altura y tengo pecas.

Si me tuviera que definir en tres palabras sería, simpático, amable y empático.

Me gustaría saber cómo eres tú, no sé cuantos kilómetros nos separan ni cuantos años, pero creo que pensamos lo mismo y es que se acabe todo esto.

Si cambias el modo en que miras las cosas, las cosas que miras cambian

Pruébalo a lo mejor te ayuda a que todo esto pase más rápido.

Una vez más gracias...

Querido desconocido, tú puedes salir de esto.

PD: tú puedes con todo

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Hola amiga, amic

En dues setmanes de reclusió gairebé total he entès que el que ens cal a tots és una mica més de paciència. Però és clar, tampoc no podem seure i esperar que la paciència ens vingui a treure les castanyes del foc! Paciència vol dir anar fent poc a poc, sense presses. Ara un avenç cap aquí, ara dos cap allà. Ara un pas enrere. I tornem a començar. Ja deus saber de què et parlo. T'agrada caminar? Fer un cim, encara que no sigui un 4000 (déu me'n guard!) també és això. Miquetes de passes. Munts d'aturades a respirar, i passades les penes, arribar a un redòs o fer el cim i meravellar-te del poc que necessitem per aconseguir tanta felicitat.

Vull pensar que ara també estem fent una mena de cim. Costa de veure si passat aquell punt ja veurem el cim. Esperem que sí!!

Entretant, omplim-nos de tot allò que ens faci bé. Llegir, escriure. Pensar. Saber. Saber-nos.

Rep una abraçada cançonera (no sé si ara podràs escoltar-la, però quan surtis, segur que sí!!)

<https://youtu.be/9W0IAodzR5U>

Carme

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Para ti,

No sé como empezar exactamente todo esto. Lo único que quiero transmitirte es todas mis más sinceras fuerzas para seguir luchando. Puede que estés, y estemos, viviendo una época de incertidumbre y un tanto mala, pero estoy seguro que saldremos de esta, te lo garantizo. Mucha fuerza, sigueluchando, por ti, por tu familia y amigos; por todas esas personas que te sacan esa sonrisa cómplice. En los momentos más difíciles piensa en esas personas a las que amas y saca energía de donde parece que, a simple vista, no hay. Volverán los días en los que salir a la calle no era una bendición, sino algo natural y corriente de cada día.

Esto nos enseñará a valorar cada instante de nuestra vida y atesorar cada segundo que tenemos de ella. Acuérdate de los momentos felices, y retén los que vendrán, porque, te aseguro que volverán. Esto es una etapa de la vida que pasará. Con todo, solo quiero decirte lo siguiente: “Volverá todo aquello que ahora anhelamos”. Si te fijas he recalcado la palabra VOLVERÁ, porque esto tiene un carácter temporal, confía en ti, saldrás de esto. Y te repito otra vez, mucha fuerza amigo/a. Espero que esto te sirva de algo, confío en ti.

Un abrazo muy fuerte.

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Queridísima valiente!

Me llamo Marta, tengo 38 años y tres hijos preciosos.

Te escribo para transmitirte que no estás sola en esta batalla. Somos muchos, además de tus amigos y familia, los que estamos a tu lado apoyándote y mandándote toda nuestra energía!

Yo creo en la espiritualidad del ser humano y desde esa perspectiva te abrazo y estoy a tu lado para ayudarte a seguir caminando. No te rindas por favor.

Seguro que por momentos puede parecerle que la fatiga te supera, pero tu cuerpo es sabio, está ahorrando energía y solo usa la poquita que tiene para lo imprescindible. Poco a poco la mejoría llegará, confía.

Es conmovedora la tremenda humanidad y dulzura de todo el personal sanitario que está trabajando para curarte y que saca tiempo además para hacerte llegar las muestras de cariño de todos los que desde nuestras casas os mandamos fuerza, amor y esperanza!

El universo entero está contigo.

Ánimo valiente! La próxima carta la escribes tú!

Marta



A LA PORTA DE L'HOSPITAL

No sé qui ets i tú no saps qui soc jo, però t'espero a la porta de l'hospital.

Des de el cel, cau una gota. Em sorprèn la seva fredor. Es com una punxada, però vull pensar que tan sols és una gota. I no és així, darrera seu en cau una altra, una altra ... i una altra.

Aquest degoteig comença a marcar un ritme que em desassossega. Vull veure't sortir curat, curada i somio creuar una mirada i un somriure amb tú.

El petit espai entre gota i gota es va reduint, fins que les gotes s'ajunten i el rajolí que formen ja no em deixa reposar. No puc aturar-ho i em desespero.

Creix la intensitat del raig com neix la sensació de dolor dins meu. El vent l'ajuda a multiplicar-se i li dona força.

Mirant en totes direccions no hi veig sortida.

Ara ja sóc sota el xàfec, defallint. Però em quedaré aquí. Potser arribarà la tempesta, però no em mouré. No marxaré...

Em trobaràs, xop, resistent, decidit, esperant a que surtis i creuar només una mirada amb tú.

Sortiràs aviat, molt aviat. Ho sé. Tot anirà bé ...

Víctor Mozo Ortega



Hola pacient/a,

Primer de tot dir-te que ets un exemple per aquesta societat, ja que a vegades la vida és molt injusta i ara ho ha sigut, però estic segura que dintre de poc tot anirà molt millor i tu te'n sortiràs d'aquesta i donaràs llum al carrer un altre cop, no deixis de lluitar per tu i per tots els del teu voltants, gràcies haver-me fet veure la vida des d'un altre perspectiva i ja per això val la pena que t'escrigui, estic molt orgullosa de tu i de la teva lluita que serà molt positiva al final i entre tots aconseguirem guanyar aquest virus.

Molts ànims i cuidat molt sobretot!!

Mar



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Hola, soy Ana y la verdad es que siempre me ha encantado escribir cartas, es como cerrar los ojos y poder ir dónde tú quieras, y eso es lo que me gustaría que hiciésemos los dos juntos. Te cojo de la mano y te llevo al país de la esperanza y de la ilusión, no te preocupes que aunque me pierdo con el Google Maps y en mi vida he entendido un mapa, este camino me lo sé de memoria.

Una vez allí podemos sacar fuerzas para vencer todas las adversidades... Agarra mi mano que te llevo a ver a los tuyos, los ves?, pues esa imagen es la que te tiene que dar fuerza para salir adelante, para respirar por ti mismo. Imagínate con los tuyos en el campo, una comida familiar y todos estáis alegres y contentos porque has superado esta prueba, eres feliz y un aire puro y fresco llena a tus pulmones.

Hace poco leí a un filósofo de hace dos siglos decir que la clave para superar una pandemia interiormente es tranquilidad para no alarmarse, imaginación para verse cada día recuperado y paciencia para no decaer. Y eso es lo que te propongo que hagamos que te imagines 5, 10, 100 veces al día recuperado, que te imagines sonriéndole a la vida rodeado de tu familia.

Ya verás la de veces que contarás esta anécdota y nunca nunca subestimes el poder de la mente... Y de las cartas!!!

Ana



Buenas tardes,

Desde el Colegio San Fernando de Avilés, tanto yo, María, como todos los alumnos de bachiller queremos mandar a los enfermos unas palabras de aliento que esperamos les sirvan para afrontar esta dura situación. Nos estamos uniendo a la iniciativa de una cirujana del hospital Princesa de Madrid para ayudar a animar a los enfermos que se encuentren aislados.

Quiero decirles a todas esas personas que están pasando por un mal momento de salud, que todos estamos con ellos, que estamos contribuyendo, quedándonos en nuestras casas y sin saturar los hospitales y centros de salud, a que todo esto se acabe cuanto antes, que juntos podemos y que estamos orgullosos del personal sanitario que tenemos y de vosotros, esas personas que estáis pasando por problemas de salud y que sois unos luchadores y unos héroes al igual que vuestros médicos, enfermeros y enfermeras y todo el personal que está en el hospital. Todos juntos podemos con esto y desde el colegio os mandamos todas nuestras fuerzas y que ya veréis como no queda nada para que todos podamos volver a abrazarnos y para que vosotros podáis volver a ver a vuestros familiares y a vuestras personas queridas. Si todos aportamos un granito de arena podremos construir una montaña en la que dejemos atrás toda esta situación.

Todo va a salir bien, mucha fuerza!

María García

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Por J.C: Hola a tod@s: os envío esta carta de un “micro-relato” que en su día realice para un concurso del periódico El País, que por cierto no gane, pero eso es lo de menos y aunque la dedicatoria original era para mi mujer y mi hija, pienso que dedicárosla a vosotr@s os ayudará a sobrellevar estos duros momentos. Animo para tod@s ¡! J

Micro-relato: MI MEJOR REGALO

Llegue a casa, ya había anochecido, hacía frío, era época navideña y por cierto era víspera de mi cumpleaños, detalle éste, que no me causaba gran satisfacción, de no ser porque al día siguiente era festivo; allí estaba ella, era mi pequeña hija y se encontraba afanosa, dándole vueltas a una caja gris de zapatos, parecía querer empaquetarla con un papel de regalo de bonita apariencia.

Mi mujer la regañó, cansada del estropicio que estaba haciendo con el caro papel que le había comprado y por lo tarde que se estaba haciendo, la niña disculpándose, aclaro que enseguida terminaba; mientras la observaba, imagine que se trataba de un pequeño regalo sin transcendencia o incluso de algún trabajo manual que le habían encargado en el colegio, tampoco le pregunte, la mire sin darle mayor importancia al asunto, comprendiendo que con su edad, esa tarea no era del todo fácil. Cuando por fin terminó, realmente no recuerdo nada más, me encontraba agotado, simplemente ya estábamos acostados y el día también había terminado.

A la mañana siguiente, muy temprano, nuestra hija nos despertó, saltó a la cama y con alegría inusitada, me entrego su preciada caja, felicitándome, aún somnoliento la abrí y surtió en mí una mezcla de sorpresa y desilusión, pues la misma se encontraba vacía.

Instintivamente y sin recapacitar la regañe, por lo absurdo de su presente y por el derroche realizado, en ese momento note cierto brillo en sus ojos, me miró como si no entendiera mis palabras y con voz entrecortada me dijo: - De verdad, que no te gusta, Papa -. Le contesté que me parecía una tontería y que no le encontraba ningún significado, desconsolada me respondió: - Pero, Papa, si la caja esta repleta de besos que he llenado para ti -. Me estremecí, de repente me invadió un gran sentimiento de culpa y entonces fue a mí, a quien se le saltaron las lágrimas, abrace a mi hija como nunca y la pedí perdón por no entenderla, aclarando que era el mejor regalo que nunca había recibido, mi mujer testigo mudo de la situación, se emocionó de igual manera, nos abrazamos los tres.

Mi hija ya vive sola independiente, es mayor, o quizás lo somos nosotros, no lo sé, pero todavía, al anochecer cuando me acuesto, recuerdo aquel día, entonces suelo abrazar con ternura aquella vieja caja gris, la abro suavemente y tomo un dulce beso, de aquellos que me regalo mi niña, entonces me invade una agradable sensación, me duermo, sueño, sé que soy feliz.

FIN

Dedicatoria: A tod@s los que estáis padeciendo esta crisis epidemiológica para que pronto os recuperéis y podáis disfrutar de esos besos que os están esperando ahí afuera y que tanto necesitamos a diario. Mucho animo a l@s enferm@s y gracias a l@s profesionales por vuestra labor ¡!

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Hola; cómo va todo querido amigo?

Mi nombre es Alejandro y te escribo desde México. Mi hijo es médico y trabaja ahí en el Hospital de Mar; seguro que te lo topas en estos días.

Parecería que el tiempo pasa lento, más en las condiciones en las que estás; ánimo y fuerza que no estás solo. Aquí en México florecen ya las jacarandas, brindándonos un juego colorido matices verdes y morados; como seguramente sabrás, tampoco aquí en México podemos salir a la calle, sin embargo, basta con cerrar nuestros ojos e imaginarnos esa visión multicolor, que espera a que la podamos retomar nuevamente.

Estuve visitando Barcelona, durante el mes de enero; un poco frío y con lluvia en algunos días. Hace 1 año también estuve por allá, pero a finales de agosto; qué diferencia de clima; por fortuna ya habían pasado los meses de fuerte calor, así que me tocaron unos días fabulosos. La verdad, me encanta la ciudad con todo ese movimiento que hay en las calles, sobre todo en el barrio gótico; que barbaros, que cantidad de gente, restaurantes y tiendas. Me puedo pasar largas horas paseando por el Gótico y el Born; me hacen sentir diferente.

Ahora, cierra tus ojos y acompáñame a un pequeño tour por esas zonas; cuéntame qué ves, que sientes; qué es lo que más te gusta. Ahora caminemos un poco y salgamos de estos barrios, no sin antes pasar por la Iglesia de Santa María del Mar. Imponente estructura llena de historia. Que te parece si caminamos rumbo al mar; o si gustas, podemos ir también hacia la Ciudadela; apuesto que nos la vamos a pasar bien caminando entre sus jardines. Acompáñame hasta el Arco del Triunfo para que nos podamos tomar una foto juntos. Así podré, el día de mañana, mostrarla a mis amigos y decirles, miren aquí estoy con mi amigo de Barcelona; si, si, el mismo que libro una lucha con el COVID y que salió adelante.

Me encantaría también ir al mar, pero seguro en esta época aún está medio fría el agua. Pero igual si gustas, podemos caminar por la costera; me impresiona que siempre hay gente. Ahora que estuve por allá tuvimos la visita de la tormenta Gloria, que dejó un poco dañada la playa. Seguro, ya arreglaron y debe estar luciendo diferente.

Que te parece si nos tomamos algo; ahí en uno de los cafés que hay sobre la costera; yo prefiero una cerveza bien fría. Tú con que me vas acompañar; un café, un té, una cerveza o que tal un vermut; no le digas a nadie pero se me hace muy fuerte este bebida; como buen mexicano prefiero el tequila.

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Bueno, después de esta larga caminata, ya me dio hambre; como tú eres el que conoce la ciudad, veamos qué es lo que me vas a recomendar. A mí me gusta probar de todo, al menos por probar, así que tú decides; pero antes de que vayamos déjame terminar mi cerveza.

Espero no haberte agobiado con este paseo. Me la pase súper; que te parece si mañana nos vemos otra vez? Podríamos ir hacia Mont Juic o a Park Güell o que te parece si visitamos los mercados; me encanta ver la cantidad de productos que venden; pero reconociendo que tú eres el que conoce la ciudad, pues ya tú dirás; me gustaría que me enseñarás más sobre las costumbres locales; ya sabes, cuando uno va como turista, no alcanza uno a entrar en la rutina catalana del día a día.

Listo, quedamos así entonces; nos vemos mañana a la misma hora. Tengo un jueguito de canciones que podemos ensayar; yo empiezo a cantar una canción y tú le sigues; si no te sabes la letra, pues te tocará inventar; ya verás que no la vamos a pasar súper divertido.

Importante que te acuerdes que tenemos que tomarnos una foto; así también tu presumirás; miren aquí estoy con mi amigo Alejandro, el mexicano.

Un día a la vez y salimos de esto. Ánimo y fuerza.

Andrá tuto benne.

Fuerte abrazo Alejandro



Querid@ valiente:

Mi nombre es Yu y soy de Tenerife. Pienso en ti, muchas veces al día, pienso en ti. Dicen que una primavera pierde el color al no ser compartida.

Pero esta primavera no es así. Estamos viviéndola tod@s junt@s. ¿Te cuento que veo por mi ventana?

Hoy, al fin, hace sol. Llevábamos más de una semana con lluvia y frío en Tenerife. El cielo, está totalmente azul. Brilla. Cerca de casa, que no está en la ciudad, hay bastante naturaleza y se escucha cantar a los pájaros. Y hay poco ruido de coches, por fortuna. Aquí están haciendo bastante caso al estado de confinamiento. Jugamos a las cartas. Lo que nos hemos reído con las trampas de mi madre. Huele a tierra mojada de estos días atrás. Huele a aire limpio. Es una primavera diferente... porque estoy aquí, pero también estoy ahí contigo.

Aunque no me veas. Me siento al pie de tu cama y a ratos, murmuro: vamos, ánimo, yo te doy la mano, no te rindas.

Otras veces me quedo en silencio, esperando que me veas y sonrías. Dicen que la risa libera endorfinas, dopamina, serotonina y adrenalina, y todas éstas, te ayudan a sentirte mejor, a subir tus defensas. Madre mía, cuántas palabrejas. Sé que esto te cogió de pronto. Pero tienes que elevar esa energía. Pensar en todo lo que harás cuando salgas. Ser fuerte. Sé que se dice fácil... pero tengo toda mi esperanza en que podrás con esto. Sé que saldrás. Lo noto cuando te escribo.

Y si sales, te invito a un paseo a la orilla del mar. Un bañito, como decimos aquí, un pescadito y un buen vino Canario.

Solo tienes que recuperarte. ¿Te apuntas?

Cuando salgamos de esta circunstancia, celebraremos la vida. Viviremos con un aire más puro para nuestros pulmones. Con el corazón más grande y solidario. Con más ganas de abrazar y menos de discutir. Aquellos problemas que eran gigantes, serán pequeños baches y la vida que nos espera, nos hará disfrutar de momentos increíbles.

Yo quiero vivirla contigo, y no te conozco. Pero sé que la vida me dejará hacerlo.

Dale caña a ese bicho. Yo, y muchos y muchas como yo, estamos luchando contigo.

Un abrazo, U.

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Benvolgut/da,

Encara que no ens coneixem personalment, vull que sàpigues que tens tot el nostre suport i ànims perquè segueixis endavant i no et rendeixis. Estem passant tots una mala etapa però sabem que si t'esforces tot s'acabarà i segur que tindràs un molt bon futur per endavant.

Ànims!!!!

Mohamed Bouljaim (INS Salvador Espriu, 2n d'ESO, Barcelona)

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Benvolgut/a,

Encara que no ens coneixem personalment, vull que sàpigues que aquí fora s'estan prenent les mesures necessàries perquè això acabi aviat, i confio que així serà. Ho farem perquè això no vagi a més, però sobretot pels que ho esteu vivint en primera persona, ara mateix sou la nostra major preocupació, però sé que podreu perquè sou molt forts, i gràcies a això ho sereu encara més, ja que de tot s'aprèn.

Gràcies a aquesta situació canviarà la forma de pensar de gran part de la societat, per no dir de tota, és un nou repte que haurem d'afrontar, ha començat fort i encara molts no ens hem acabat de mentalitzar sobre tot plegat, però penso que a molts ens servirà per valorar més el que tenim i reflexionar, també per conèixer-nos una mica millor a nosaltres mateixos. Vull donar molts ànims, tot anirà bé, hem de ser positius per saber-ho portar, prendre les precaucions necessàries i confiar en els nostres metges que són qui estan per sobre de tot i de tots ara mateix, saben el que fan, i jo sé que t'acabaràs curant.

Una abraçada molt forta, no esteu sols!!

Mariona (INS Salvador Espriu, 2n d'ESO, Barcelona)



Y vendrán nuevos y mejores días
para pasear junto al mar
sintiendo el rumor de las olas
y a las gaviotas chillar.
Días de amplio horizonte
de reír, cantar y bailar
de celebrar con gente amiga
de esa que siempre está.
La vida vale la pena,
no lo debes olvidar

Aurora Álvarez



Queridos trabajadoras sanitarias y afectadas por el COVID19, Os escribo desde mi casa para transmitir mi cariño y mi estima hacia todas vosotras.

Vivimos una situación sin precedentes, que ha sumido a todo el mundo en una situación crítica y extraña. Pero es precisamente en estas situaciones donde gente del común se levanta y demuestra ser capaz de hacer cosas extraordinarias.

Denotamos mecanismos de solidaridad, de cuidados mutuos y de empatía, como hemos visto con comunidades de vecinas que se autorganizan para cubrir las compras de aquellos que les resultaría peligroso el hecho de salir a la calle.

Demostramos un amor hacia el prójimo, un amor rebelde, que busca complicidades entre los aplausos de las 20:00 y anela que se termine la cuarentena para dar todos esos achuchones que no nos hemos dado durante todo este tiempo. Que sepáis que no estáis solas, y nunca lo estaréis.

Que millones de personas pensamos constantemente en vosotros. Algunos tenemos a gente cercana que, a su vez, tiene a seres queridos aislados con el COVID19, les transmitimos nuestro cariño, con el corazón acongojado, pero valiente.

No os conozco, pero entiendo que os quiero mucho, y admiro con pasión vuestro coraje.

Estoy a vuestra disposición por si necesitáis lo que sea, ni que sea alguien que pueda escuchar sobre vuestra valentía en esta lucha.

Un abrazo muy fuerte, Nil.



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



TOT ANIRÀ BÉ

Hola, infermeres, doctors, auxiliars,
Personal de neteja, tècnics de laboratori,
tècnics d'imatge, zeladors, administratives
i voluntaris podem aconseguir-ho,
som fantàstics, entre tots ho podem
frenar, nosaltres quedant-nos a casa
i amb la vostra imprescindible feina.
Se que en alguns dels hospitals estan
morint gent de coronavirus, igual que els
que treballen al hospital i que cada
dia teniu més gent que es recupera
Però guanyarem aquesta guerra
tots junts. Amb les nostres famílies.
Vinga que vosaltres podeu **ser** uns
Herois.



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Hola! Estoy encantadísima de escribirte, de verdad que me hace muchísima ilusión poder dirigirme a tí para animarte un poquito más el día (o al menos intentarlo).

Antes de nada me presento, para que puedas hacerte una idea de la persona que te está escribiendo esta carta con tanto cariño... Pues bien, soy Maria, una chica de 21 años de Barcelona. Soy estudiante del grado de Educación Primaria y estoy en cuarto curso, así que me queda muy poquito para poder decir con orgullo que por fin soy profesora!

Me llegó por whats app la iniciativa de hacer cartas a las personas que estáis en el hospital estos días y quiero explicarte una cosa... Yo soy experta en hospitales, de pequeña me operaron en varias ocasiones y he pasado tiempo en hospitales pero ¿sabes qué? lo superé todo con creces y ahora soy más fuerte y valiente que antes. A mi, durante esos días de hospital me encantaba recibir cartas y dibujos de mis compañeros de clase, es por eso que he decidido escribirte esta carta y alegrarte un poquito los ánimos!! Así pues te digo que estoy segurísima de que saldrás del hospital y serás mucho más fuerte y por eso te pido que no te desanimes; todo va a ir bien y pronto todos nos volveremos a abrazar con los nuestros.

Así que queridísimo o queridísima personita anónima que me lee, espero que me regales una sonrisa, yo te regalo la mía mientras te escribo esta carta. Una vez más te repito, ánimo que te aseguro que todo va a ir bien, desde aquí te envío toda la fuerza del mundo para que te recuperes cuanto antes y puedas reencontrarte con los tuyos.

Por último, lee esta carta las veces que te haga falta para recordarte a ti mismo o a ti misma que no estás solo/a, aquí hay mucha gente que está con vosotros.

Un abrazo muy fuerte y con mucho cariño de esta chica de Barcelona,


Maria.♥



Estimat amic o amiga:

Estem tots angoixats, preocupats i tristos pel que ens està passant, però tu ho deus estar més, ingressat en un hospital on, tot i la incommensurable atenció que reps de metges, infermers i infermeres, no pots tenir els teus éssers estimats al costat.

Doncs aquí em tens, donant-te una mà virtual, ajudant-te a passar aquests dies i donant-te molts ànims per a que tiris endavant. Tingues confiança i optimisme en que tot anirà bé, i segur que així serà, i quan superem tot aquest malson, serem més forts, més solidaris, amics per sempre.

Quan els meus fills tenien un examen o una entrevista de feina sempre els hi deia que els hi enviava tota la meva energia positiva, i els hi donava sort. Ara t'envio a tu tota la meva energia positiva i desitjo que et doni molta, molta sort. 

Rep una molt forta abraçada.

M^a Mercè

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Avui, un dia més. Un dia més des de que vas entrar al hospital i per tant un dia menys, per sortir-ne. Aquí fora, entre els núvols blaus i el sol que ha il·luminat el dia d'avui, tot segueix igual. El món cada vegada més boig, però les persones cada vegada més humanes. Te n'adones que teniem molt per ser feliços i que poc ho valoravem, i ara, veus la gent que dóna sense demanar res a canvi. De tot, sempre hi ha algo positiu, i d'aquesta pandèmia, tothom en sortirà més forts. Quan tornis a casa veuras que no ets sol, que t'espera molta gent, que et preguntaran, que t'abraçaran, que et donaran ànims i l'enhorabona per haver guanyat aquest virus! Veuras que el sol, segueix il·luminant els carrers de la teva ciutat, que la gent segueix somrient, i que estem aprenent a viure i a ser feliços amb menys. Sgueix fort, lluitant, segueix endavant i pensa que no estàs sol. Encara que per moments et sentis trist, està permès que t'hi sentis. Expressa, parla-ho amb tu mateix, posa paraules, perquè les emocions i sentiments negatius, encara que costi, els hem de treure, perquè així, quan surtis, valoraràs totes les coses tant boniques que t'esperen !

Avui, un dia menys, un dia menys per estar entre quatre parets, cables,... Un dia menys per abraçar als teus, que t'esperen amb moltes ganes. No estàs sol, recorda-ho. Si vols plorar plora, si vols riure riu, però neteja el teu cor, i poc a poc aniràs veient que això que vius, és una petita pedra en aquest camí ple de colors que ens ha donat la vida ! Somriu, si us plau, estic al teu costat. Ara, t'agafao de la ma, i t'apreto per donar-te força, força perquè has superat un dia més i avui, un dia menys, per veure el sol, per veure a la teva gent, per tornar a casa, per tornar a ser feliç. T'envio una abraçada carregada d'energia, felicitat i molta força. Tu pots !

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Hola amiga, amic

Fa gairebé una hora que el campanar de l'església del costat de casa ha començar a repicar les vuit del vespre. Evidentment he sortit a la terrassa i he aplaudit com estic fent cada dia per aquestes persones que treballen a hospitals o a residències i que vetllen perquè puguem estar cada dia millor. Ha estat emocionant avui veure tantíssima gent aplaudint a tots i -gairebé- cadascun dels balcons que veig des de casa. El sentiment d'agraïment es fa extensiu cap a tot allò que ens fa la vida més amable. Un somriure, un cop de mà, un medicament. La frase dita al moment adequat...

Tot seguit el cel m'ha regalat uns núvols en forma de figura gegant en moviment, un cavall alat, un drac poderós que avançava tot llençant flamarades de poesia -de la que és fàcil d'entendre, de la que t'arriba a l'ànima. He mirat a l'altra banda i un tímid arc de Sant Martí semblava estar plenament d'acord amb el drac. He entrat a casa deixant-los conversant de les seves coses.

Espero que ben aviat et puguin dir que tornis a casa i tu també puguis veure dracs i arcs, estrelles i planetes varis. Però sobretot, que siguis un més aplaudint al balcó.

Una abraçada

Carme

Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Hola, me llamo Ana y quiero que pasemos juntos un rato. Vivo en el Valle de Arán, sí entre montañas, la mayor parte de mi vida he vivido en Formentera y aquí, sí, mucha gente me dice eso de dos sitios totalmente opuestos, pero la realidad es que son muy parecidos, el Valle es pequeño, se conoce todo el mundo, es como una isla.

Te gusta las islas??, a mi me encantan, podemos encontrar islas rodeadas de mar, rodeadas de montañas y isla de personas, no crees??.

Imagínate un sitio secreto, el sitio que más te gusta de este Universo y dónde te gustaría estar ahora mismo, esa es tu isla... El sitio en el que te sientes seguro, tranquilo en paz... Quiero que te imagines en tu isla, con los tuyos, lleno de calma y felicidad, y que esa imagen la lleves a tu mente 1000,2000,3000 veces al día... Cada minuto, para que eso te de fuerzas para estar dentro de poco en tu isla.

Ya verás que dentro de poco recordarás con los tuyos la carta que recibiste de esa tal Ana del Valle de Arán.

Te mando toda la fuerza del mundo, ya queda menos 



Hola!!

Em dic Montserrat.

M' Agradaria poder estar al teu costat i donar-te la mà o arrencar-te un somriure. Ja sabem que son temps dolents i que el principal dolor és la impossibilitat d' estar amb els teus.

La teva vida i la meva vida potser son molts diferents, però segur que compartim una cosa: l' amor als que estimem. Fem que aquest amor travessi portes, finestres, sales d' espera, habitacions d' hospital i t' arribi a tu en forma de paraules, paraules d' ànim, de llum. Agafa't als records, a les sensacions, a la certesa de que aquí a fora hi ha algú que pensa en tu i que t' envia tota la seva força i energia. Sigui quin sigui el nostre camí, aquí ens hem creuat i desitjo que et recuperis, que segueixis lluitant, que aguantis aquest confinament i que agafis les meves paraules com un anclatge a l' esperança.

T' envio una abraçada ben forta, tota l' energia de l' amor i la pau que necessites per transitar en aquest tràngol.

Montserrat Tapia



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



¡Hola! Me llamo Saya, soy una chica de 19 años de Barcelona. Esta es la primera carta que escribo para esta iniciativa. Como espero que esta carta, además de mandaros ánimos, sirva para entreteneros, y lo mío más que la escritura son las ciencias naturales, he decidido pensar en algunos datos curiosos de clase.

Por ejemplo... ¿Sabíais que las gambas (como muchos otros crustáceos) respiran por las patas? Sus patas son birramias, es decir, que cada pata está dividida en dos; las exteriores o exopodios sirven para locomoción, y las interiores o endopodios, contienen branquias y sirven de ayuda a la respiración.

O que los tiburones son animales plagiostomos, que quiere decir que tienen la mandíbula unida al cráneo. Por esa razón tienen tanta cantidad de dientes, casi no pueden cerrar la mandíbula ni masticar, tienen que arrancar y tragarse la presa de una.

O que puedes diferenciar una víbora de una culebra, al menos las de nuestra zona, porque la víbora tiene la cabeza triangular, el cuello muy marcado y las pupilas verticales, y en cambio, la culebra tiene la cabeza más estrecha, no tiene un cuello evidente, tiene las pupilas redondas y además tiene las escamas de la cabeza mucho más grandes.

¡Fuerza, espero que os haya parecido curioso y que mejoreis pronto!



Hola, ¿Cómo va todo?, otra vez estoy aquí contigo para ayudarte a que estos días largos de soledad te sientas más acompañado o acompañada. Ya te he dicho en otras cartas que soy maestra, pues ahora te voy a explicar una actividad que una vez hizo un maestro con sus alumnos. Te va a gustar , ya lo verás.

Los niños tenían seis o siete años aproximadamente. El maestro dijo a sus alumnos; -Mirad, he traído globos para todos, lo primero que quiero es que los hinchéis y escribáis vuestro nombre en el globo que os de. Todos hincharon un globo, pusieron el nombre y lo dejaron caer en el suelo, porque así se los había indicado el maestro. Ahora salid todos de la clase. Salieron todos de la clase, incluso el maestro y les dijo; -os propongo un reto, os doy cinco minutos y cada uno coge el globo que pone su nombre. Eso es muy fácil maestro, decían los alumnos. Ya lo veremos, contestaba el maestro. Dio la señal para que todos los niños entraran a coger su globo, al entrar corriendo y armaron tanto revuelo que todos los globos empezaron a esparcirse y a volar por toda el aula. Todos buscaban el suyo, pero era imposible, nunca acertaban. Pasados los cinco minutos el maestro les hizo salir y ninguno había conseguido coger su globo. El maestro le dijo, ¿no es tan fácil verdad? Pues ahora os propongo otro reto, os daré nuevamente cinco minutos y cogeréis un globo, el primero que alcancéis y se lo daréis a su dueño. Así lo hicieron y al cabo de los cinco minutos todos los alumnos tenían ya su globo en la mano. El globo es como la felicidad, no la podemos buscar solos, no podemos pretender ser felices solos, si buscamos la felicidad de los que tenemos al lado, ellos harán lo mismo y nuestra felicidad nos llegará. Cada vez que tu ayudes a alguien a alcanzar la felicidad estás más cerca de recibir la tuya. Los alumnos quedaron muy sorprendidos pero habían aprendido una lección importante, quizás ahora nos toca a todos aprender la lección.

Si con esta carta he conseguido por un instante, distraerte y hacer que te sientas acompañado, me siento muy feliz por ello. Volveré.



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!



Escriu a les persones ingressades per transmetre'ls el teu escalf!