



## FutbolNet viatja a l'Iraq

La Fundació del FC Barcelona i la companyia Shell porten el programa FutbolNet a l'Iraq. Aquest projecte, desenvolupat per la Fundació del Barça, té com a objectiu promoure l'esport com a vehicle de foment de valors entre els infants i joves de tot el món. Aquest mes de juny, ja ha començat a rodar, a l'Iraq, amb la celebració de diversos Festivals FutbolNet a la ciutat de Bàssora i a les províncies de Zobeir, Abil Khasib, Annashwa i Al Deir, al sud del país. El programa es desenvoluparà a l'Iraq durant dos anys i hi participaran uns 2.000 joves.

## Descobreix les verdures!

Encara et resisteixes a menjar verdures? Entra al web [www.somelquefem.cat](http://www.somelquefem.cat) i hi trobaràs receptes ben originals per assaborir uns plats deliciosos de verdures. L'última recepta que et proposem és un plat d'espaguetis molt particular fet a base de verdures de diferents colors. La Fundació del FC Barcelona vol fomentar els bons hàbits alimentaris i a través del web del projecte *Som el que mengem* podràs descobrir un munt de plats saborosos.



# Tenim una emergència!

Amb l'assessorament de



# Guanyem el partit contra els accidents

És un partit difícil però, si sabeu com fer el pas correcte, **GUANYAREU. SEGUR!**

Per fer una mica d'entrenament i veure si esteu en forma per al partit més important, us posarem a prova. Així sabrem si esteu preparats!

**Què he de fer si em surt sang del nas per un cop de pilota?**



La resposta correcta és la 4.

- 1 Empènyer el nen que m'ha tirat la pilota.
- 2 Empassar-me la sang.
- 3 Moure el cap endarrere.
- 4 Posar el cap endavant i prémer el nas amb els dits fent pinça.

## Què ens diu l'expert?

Cada dia, al meu hospital hi ha 270 urgències, de les quals el 4% són causades per accidents domèstics que es podrien evitar si sabéssim com actuar.

En aquest cas, recordeu que si us surt sang del nas, el cap NO s'ha de posar cap enrere, per evitar ennuegar-se amb la sang, i s'ha de fer pinça amb els dits per tallar l'hemorràgia.

**Doctor Carles Luaces.** Hospital Sant Joan de Déu