

<b>Pastisseria RAGA</b> Major, 105 - Telèfon 977 72 03 53 ULLDECONA	<b>BAR EL REBOST</b> Carrer Calvari, 57 - Tel. 977 57 32 18 ULLDECONA	<b>Video-Foto MILLAN</b> EUROCHROM - Laboratori Fotogràfic Distribuïdor Videos JVC Avgda. Ramon Salomón, 19 - Tel. 977 72 03 63 ULLDECONA
COOPERATIVA AGRÍCOLA D'ULLDECONA, S.C.C.R.L. <b>OLI VERGE D'OLIVA</b> <b>ACOMONT</b> Vendes: Major, 175 - Tel. 977 72 00 07 ULLDECONA	<b>SUMINISTRES "LA SÈNIA"</b> JOAN CORDOBA I SERRA Materials Construcció - Decoració LA SÈNIA - ULLDECONA	<b>Mobles A R N A U</b>  Sant Lluç, 12 - Major, 82 Tel. 977 72 03 58 ULLDECONA
Pastisseria <b>millán</b>  Major, 115 - Tel. 977 72 02 82 ULLDECONA	 <b>ELECTRODOMÈSTICS, C.B.</b> c/. major, 153 - tel. 977 72 06 38 - 43550 ulldecona (montsià)	 <b>MÉS DE 30 ANYS          DINS DEL MÓN          IMMOBILIARI</b> Tel. 977 57 31 36 ULLDECONA agilitat i gestió immobiliària
<b>Carnisseria OLGA</b> Major, 160 - Telèfon 977 72 04 64 ULLDECONA	 <b>Fusteria          ENRIQUE BOSCH MARTÍ</b> Avgda. Escoles, 5 - Tel. 977 72 11 37 ULLDECONA	RESTAURANT - HOTEL  <b>Bon Lloc</b> Antigua Ctra. Vinaroz, s/n. Tels. 977 72 02 09 - 977 57 30 16
<b>SOLISAN, S.L.</b> Agente de Seguros MAPFRE C/. Sant Antoni, 28 - Tel. 977 72 03 37 43550 ULLDECONA (Tarragona)	PRODUCCIONS AUDIOVISUALS  <b>homs          &amp; navarro</b> Fotografia publicitària Video corporatiu Spots per a televisió Tractament digital de la imatge Reportatge Social Plaça Berenguer IV, 2 1r Tel. 977 70 36 93 AMPOSTA	 <b>AGF FÉNIX</b> Mestre Hierro, 5 - Ulldecona - Tel. 977 72 00 48 <b>AGENCIA SAUCH VILADOT - ASSEGURANCES</b>
 <b>BLOC</b> PAPERERIA i REGALS Calvari, 52 Tel. 977 72 04 67 ULLDECONA	<b>R. GRAU, s.l.</b> <b>FERRATGES PER A MOBLES</b> Major, 104 - Tel. 977 72 06 87 - Magatzem: Ctra. Tortosa, s/n. Tels. 977 72 01 89 - 977 72 06 20 - Fax 977 72 11 15 43550 ULLDECONA (Tarragona)	 Forn de pa <b>J. CASOLA</b> C/. Murada de Dalt, 37 - Tel. 977 72 08 24 - ULLDECONA



Paradeta del Centre Cultural i Recreatiu el dia del Mercat Medieval



# CENTRE CULTURAL RECREATIU

MAIG-JUNY 2000

Preu: 150 Ptes.

NÚM. 108



DIADA DE SANT JORDI. Venda de llibres i roses

## Í N D E X :

	PÀG.
- Editorial .....	2
- XXIX Concurs Literari Sant Jordi .....	3-5
- Parlem de Teatre (2) .....	6-7
- Resultats preliminars generals de l'enquesta prèvia al desenvolupament del Pla (1ª part) .....	8-9
- La serp del Castell .....	10-11
- Novetats Filatèliques .....	12-13
- Entrevista a la nostra pubilla del 2000 .....	14
- Gastronomia - Racó Poètic .....	15



Fundat l'any 1947

EDITAT AMB LA COL·LABORACIÓ  
DE LA  
DIPUTACIÓ DE TARRAGONA

### DIRECTOR:

Josep A. Lázaro Puente

### CONSELL DE REDACCIÓ:

Francesc Itarte Vericat  
Josep Lluís Cabañas Vidal  
Joan J. Roca Labernia  
Núria Ausensi Estellé  
Josep A. Lázaro Puente  
Isabel Bobes Castell  
Mª Cinta Caballer Meseguer

### DIBUIXOS:

Joan Riba i Costes

### NOTES:

- El Consell de Redacció agraeix totes les col·laboracions, però es reserva el dret de la seva publicació.  
- Aquesta revista, no es fa responsable de les publicacions que no vagin signades pel Consell de Redacció.  
- L'exclusiva responsabilitat del text publicat ve identificat per la seva firma.

### Edita:

CENTRE CULTURAL I RECREATIU D'ULLDECONA  
C.I.F. G - 43103332  
Major, 147, 1r. - Apartat Correus 52  
Tel. 977 72 11 66 - 43550 ULLDECONA  
D.L.: T. 1.227 - 1982

Imprimeix: gràfiques  
montsià

C/. Migdia, 9 - Tel./Fax 977 57 31 60  
43550 ULLDECONA (Tarragona)

## Editorial

Al començar l'estiu ens trobem amb la revetlla de Sant Joan que la secció de Festes i Tradicions del CCR va recuperar fa anys i continua celebrant puntualment.

Amb la col·laboració de la Penya Barcelonista, que aquesta nit màgica ens acompanya amb la ballada de sardanes, comencem la festa encetant la foguera, en la qual cremem tot allò que és vell i ens fa nosa. És una nit propicia a fer sortilegis, endevinar el futur o la personalitat de la persona estimada. El CCR reparteix coca i moscatell i deixa que cadascú faci el sortilegi que més li escaigui, com saltar la foguera per protegir-se del mal d'ossos o endur-se un tió recremat a casa per protegir la llar per tot l'any.

Passat Sant Joan i el parèntesi de les vacances, ens trobem de cop amb les festes majors. El CCR hi col·labora amb el Concurs de Dibuix Ràpid i Pintura Ràpida, la Diada del Castell amb el nomenament del Comanador, enguany el nostre alcalde Sr. Lluç Raga i la participació en la desfilada de carrosses.

Com sempre, esperem i desitgem que els socis, als qui van dedicades totes les nostres activitats, i tots els simpatitzants, vulguen acompanyar-nos i disfrutar de les festes.

Bon estiu per a tots.

## XXIX CONCURS LITERARI SANT JORDI

Reunits el 23 de maig del 2000, al local social del CCR els membres del Jurat del XXIX Concurs de Sant Jordi format per:

- Carmen Avila
- Cati Brusca
- Isabel Campos
- Pilar Miralles
- Pilar Sansano
- M.ª Cinta Viscarro

Acorden per unanimitat atorgar els següents premis:

### CATEGORIA A

Primer premi: SULEM RAMÍREZ CUESTA  
Segon premi: JAEL GRAU CAMPS  
Tercer premi: PAU TENA VIDAL  
Accèssit: MARTA PONCE CALLARISA  
Premi al Soci: CRISTINA ESTEVE SERRA

### CATEGORIA B

Primer premi: LAURA PIETAT ROIG GUARCH  
Segon premi: GEMMA REVERTÉ GUARCH  
Tercer premi: EVA AUSENSI RUIZ  
Accèssit: NÚRIA MASDEU MARTÍNEZ  
Premi al Soci: ANNA TEDÁN MIRALLES

### CATEGORIA C

Primer premi: ANDREA MILLÁN TORRES  
Segon premi: ESPERANÇA TEDÁN MIRALLES  
Tercer premi: EDITH GALLARDO FERRÉ  
Accèssit: ENRIC BARBERÀ APARICIO

### CATEGORIA D

Primer premi: MONTSERRAT MARTÍN FERNÁNDEZ  
Accèssit: MARTÍ PLÁ BOADA

A continuació publiquem les redaccions guanyadores de les categories A, B i C, la redacció de la categoria D es publicarà en la propera revista. Es recorda que els treballs no han estat corregits ni modificats, es publiquen tal com es van escriure.

### CATEGORIA A

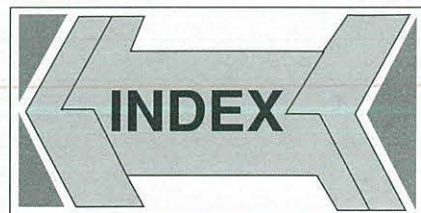
SULEM RAMÍREZ CUESTA



### "L'OCELL QUE NO SABÍA VOLAR"

Fa anys i panys, una família ocell que vivia a la copa d'una alzina amb fulles verdes i voluminoses i un tronc molt alt i gruixut. Al peu de l'arbre havien plantetes amb flors molt boniques. L'alzina es trobava al mig d'un prat molt verd amb cèsped amb gotes que brillaven amb la llum del sol, ja que l'acabaven de regar. Al final del prat havien cipressos i castanyers amb les fulles d'un to blavós.

La nostra història comença un dia de agost molt assolejat i serè. Feia molta calor. La família ocell (eren barbarroges) estaven fent el seu niu per als fillets. El pare ocell va dir: -n'estic ben tip de recollir palla i fulles seques per construir aquest niu! I encara ens falta la meitat!-. La mare ocell li va dir: -paciència,

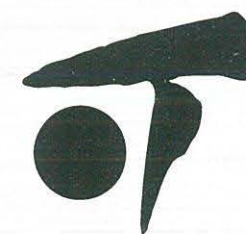


PRODUCTES I SERVEIS INFORMÀTICS

VENDA I PROGRAMACIÓ D'ORDINADORS  
EQUIPS D'OFICINA  
PROGRAMES A MIDA I STANDARD

Plaça Sales i Ferré, 14  
Telèfon (977) 57 32 57 - Fax (977) 72 08 97  
43550 ULLDECONA (Tarragona)

**olivetti**  
SYSTEMS  
PARTNER



**Caixa Tarragona**

Luiè, paciència! Sempre protestant! Seràs gandull! Gandul, jo? Ho seràs tú, la gandula, tú! I van començar a barallar-se. -Bueno deia al final la mare ocell, ja que estem a punt d'acabar. Que et sembla si possem els ous a dintre? -no gaire bé- va dir el pare pardal.

L'endemà també va fer molta calor, i amb la llum del sol es va esquarterar un ou. Els pares ocells havien marxat, i quan el petit va sortir de l'ou, ells no hi eren.

L'ocell era molt bonic, les potes curtes i taronjades, el bec petit, boniques plomes, boniques ales... però aquell ocell tenia un gran defecte en els ocells: no sabia volar. L'ocellet va intentar fer unes petites passes per la branca, i va caure de cul a terra. Ai! gemegà l'ocellet. - M'he fet mal a la cua! M'he fet mal a la cua Aiiii!. En aquell moment, un gegant va sentir els gemecs del petit, i va córrer cap a ell. El gegant era malcarat i lleig, amb molt mala baba i amb unes botes de set llegües. Li va dir: - ei, tu, ocellot! Qui gosa despertar-me amb aquests enrenou, e? - La veu del gegant era molt greu i forta, i una mica estrident. - Té ocell malcarat! i li va pegar una patada que el va enviar pels aires. L'ocell intentà volar, però no en sabia, i va caure en un llac proper. - Ai! Quin mal m'ha fet protestà. Va començar a caminar i caminar, fins que va trobar una euga. -Ei tu! Ocell que no saps volar, aparta't de mí i li va pegar una coç. Va seguir caminant bastant trist i desanimat.

Ningú que trobava el tractava bé, i vet aquí que va arribar l'hivern. Va començar a nevar, i aviat tot estava cobert de neu. L'ocellet va trobar una ànega molt bonica, que el va convidar a passar l'hivern a casa seva. I li va ensenyar a volar! L'estiu vinent tot hom va tindre enveja de tan bé que volava, i ningú no es va burlar d'ell.

A partir de llavors, l'ocell va saber volar!

\* \* \* \*

## CATEGORIA B

LAURA PIETAT ROIG GUARCH



## ON M'AGRADARIA ANAR DE VACANCES

Aquesta nit surto de viatge per a viure els moments més apassionants de la meua vida: faré la volta al món.

És la primera vegada que vaig amb avió; es meravellós poder viatjar per l'aire, jo sempre he somiat en poder volar. I a més estàs a tot servici, una assafata m'ha preguntat:

- Vol, pendre alguna cosa, senyoreta?

- Un gelat de nata, siusplau. I obri'm la finestra que tinc una mica de calor. -li he contestat.

Ella ha assentit i ho ha fet. El gelat era boníssim i m'ha refrescat molt. Ens dirigim a l'Àfrica. hem aterrat en un pla molt sec. Jo i la meua família hem baixat de l'avió tots carregats de maletes i tot l'equipatge.

Primerament, hem demanat informació a un home vestit d'una manera molt estranya, li hem preguntat per algun hotel, però no hi havia forma d'entendre'ns, per l'idioma suposo. Al final amb senyes ens hem entès i ens ha donat l'adreça. Hem caminat fins al carrer més gran d'Alexandria, a Egipte. Allí hem trobat un hotel de dos estrelles i ens hem allotjat. Tot seguit hem fet els plans de la setmana: Aquesta tarde anirem a visitar aquesta capital, Alexandria. Demà els he suplicat als meus pares que anessim a conèixer el desert del Sahara. I els pròxims dies anirem visitant totes les poblacions d'Egipte.

Per estar en forma a la tarde, hem anat a dinar a un restaurant. Uns aliments que no sabia ni que eren, però estaven deliciosos.

Al visitar alexandria aquesta tarde, he vist que tot és molt diferent d'aquí. Les cases són petites amb finestres de moltes formes i les portes són com unes cortines. La gent va vestida molt diferent, també. Els homes porten un got de roba al cap, una túnica de vestit i unes sabates acabades amb punta. Les dones amb un vestit de dol fins als peus i la cara tapada de forma que només se'ls hi veuen els ulls. Però, al cap i a la fi, la capital és preciosa i té molta cultura.

S'ha fet fosc i hem anat a l'hotel a sopar i a dormir. Al dia següent hem anat al desert del Sahara amb botelles d'aigua per la calor i la sed. Hi havien molts de captus i tot estava super sec. Hem anat amb camell, són uns animals dòcils i m'agraden molt a partir d'avui.

Mai ho hauria dit, al camí de tornada ens hem perdut; els camells no sabien per on anar. Nerviosos, hem esperat allí cercant ajuda. Al cap més o menys d'una hora, empapats de suor per la calor que feia, uns altres visitants ens han ajudat a tornar. Uf! Ens hem salvat.

El pròxim dia hem visitat les piràmides d'algunes poblacions. M'han encantat. Per no perdre'ns com ahir hem entrat amb un guia. Són molt interessants.

Així han passat els dies a Egipte i hem agafat l'avió cap a Europa, on hem visitat diferents països, com França, un país innoblidable, ple de riquesa, la Torre Eiffel, des d'on he contemplat tot París, i

"Eurodisney", que ha estat fantàstic, totes les atraccions, espectacles... fins he fet nous amics. I també he après a parlar una mica de Francès!

També hem anat a Regne Unit, que com sé una mica d'Anglès no ens ha costat tant d'entendre'ns. I també Holanda, Rússia, Finlàndia, i molts més, tots meravellosos i diferents.

Després hem anat a Amèrica, un lloc on sempre m'havia agradat anar. Amb uns països també preciosos: Perú, Mèxic, Argentina... Hi ha molta varietat, zones riques, zones pobres...

Un mes després ens hem dirigit als Estats Units. Un continent molt desenvolupat. Uns edificis que tocaven als núvols, molts de serveis... He pogut conèixer l'estàtua de la llibertat, estudis de televisió, he anat a veure milers de pel·lícules... i el meu desig s'ha fet realitat: he concursat en una prova d'actriu i... m'han elegit. Sortiré a un teatre el dissabte que vé.

Ja es dissapte, iestic preparada per actuar, sóc la protagonista d'una obra que tracta d'una nena hòrfana. Ha anat fantàstic. És el que més m'agrada del viatge. Quan la gent m'aplaudia entusiasmament, he notat algú que em sacsejava i hem deia:

- Bon dia!

Era la meua mare, llàstima, només ha estat un somni.

\* \* \* \*

## CATEGORIA C

ANDREA MILLÁN TORRES



## UNA AVENTURA AL MIG DEL OCEÀ

Un 21 de Juliol del 1952, els meus pares i jo vam sortir de vacances. Desde el port de Hong Kong, amb el vaixell "ying-yang". Ens acompanyaven el Sr. Jack i la Sra. Madelaine, i també els seus fills.

Quan vam embarcar em vaig ficar nerviosa, ja que era la primera vegada que pujava a un vaixell d'aquell tamany. Vaig dirigir-me cap a la meua cambra, de cop el vaixell va aturar-se més tard va continuar fins que ja no s'apreciaven les cases. Unes hores més tard, sentia rebomvori. Vaig sentir com el capità s'esverava i vaig sortir de la cambra i em vaig adonar que el ying-yang es tornava aturar de quan en quan notava com si tremolés. Asustada vaig anar a cercar els meus pares quan els vaig trobar, la mare em va dir que no m'assustés, però que el motor no funcionava gaire be.

Desde la cambra, es podia observar els ocells, vaig obrir la finestra, i em vaig enemorar del murmur de les ones i de la brisa del mar.

Mes tard vaig veure com caia un bot, que penjava d'estribor. Els pares van entrar esberats a la meua cambra i em van dir que sortís corrents que allò s'enfonsava, i molt ràpidament.

Em van estirar del braç i sols vaig tenir temps de agafar la meua nina amb l'altra mà.

Cuan ja estavem a coberta em van fer pujar a una d'aquelles barquetes que havia vist desde la cambra.

Un cop dins vam començar a remar, encara que la corrent ens estires cap on es trobaven els motors del ying-yang. Una estona despres, vaig girar la vista i em vaig quedar meravellada. El vaixell havia desaparegut.

Una llàgrima es derramava per la cara de la mare, li vaig agafar les mans i li vaig dir:

- No et preocupis mare estem tots junts, no ens pot passar res, confia en mi!

- Oh! no! -vaig exclamar.

Era el fill del Sr. Jack havia caigut, no sabia nedar. Em vaig adonar que havia anat a buscar la meua nina, que havia caigut.

En rescatar-lo li vaig fer un petó i li vaig dir:

- Gracies! moltes gracies! no se que hagués fet sense la meua nina.

De sobte un vaixell sens va apropar, i vam pujar a bord. Era la policia del Japó que va veure, com la ràdio del ying-yang no funcionava, i feia uns sorolls molt estranys. I van sortir a buscar-nos. Ja que el meu pare era el president d'una associació molt important, i el sr. Jack era el Duc de no se quin lloc. Vaig aproximar-me a la mare i li vaig susurrar a cau d'orella:

- Ho veus com jo tenia raó.

Em va abraçar i sense separar-nos, em vaig dormir, fins que varem arribar a Santo Tomè. Allí un grup de gent ens feia fotografies i ens preguntava preguntes absurdes. Ens esperava una avioneta, especialment per nosaltres. Vam agafar la avioneta i ens vam dirigir cap a casa, a Londres.

Allí vaig fer un gran sospir, vaig agafar les mans dels meus pares i ens vam allunyar, per un passeig, vora del riu Tamesis.

# PARLEM DE TEATRE (2)

per PERE SANS



**No m'agrada el teatre perquè em diuen que no és veritat, però sempre hi torno perquè és l'únic lloc on no m'enganyen.**

En el món teatral amateur, moltes vegades creiem que en representar una obra, ens surt més o menys bé segons el grau d'inspiració en què et trobes en aquell moment. Sentir-se inspirat no deixa de ser una cosa bona, però ha de quedar relegada a un segon terme; per damunt d'això -algunes vegades ja n'hem parlat- està el càlcul teatral, aquesta línia d'acció en busca de l'objectiu principal de l'obra, i mitjançant una bona lectura, entrar dins del sotatext fent-lo accionar per buscar les imatges interiors i posar en marxa tots els elements creadors. Però també hem de pensar en la tècnica, o siga, estudiar els valors de les actituds, les aptituds i les formes de comportament dins de l'obra que s'ha de representar. És com si diguéssim una doble vida, que si observem la vida real, també la tenim i no ens impedeix tenir i viure emocions de l'índole que siga.

A vegades parlem de quadres, pintures, o en pujar a una muntanya, diem que tenen molt bona vista i una gran perspectiva. L'actor també ha de buscar tota la perspectiva del paper i de l'actor a escena mentre actua. Quan un actor es queda en blanc, o no se sap prou el paper, perd tota la perspectiva, tant del significat del que ha de dir com del personatge que representa, perquè una cosa i l'altra van, sinó pel mateix camí, sí paral·leles com si fossen una doble via de tren, i si per algun motiu un actor pot apartar-se del paper o del

personatge, ha de fer ús de la tècnica per entrar dins de les línies naturals de la perspectiva de l'obra.

Alguna vegada ha passat el que nosaltres diem una errada o equivocació, i fent ús de la tècnica i alguns de la veterania, ningú se n'ha adonat. Però per aconseguir aquesta tècnica hem de fer l'estudi, buscant tant la perspectiva del paper del personatge que representem, com de tota l'obra en general. Encara que en una obra de tres o més actes sortís només al primer acte, l'obra s'ha de llegir tota, per saber tot el procés i quin grau de responsabilitat tenim en el desenvolupament de l'obra. Mitjançant l'estudi de la perspectiva de l'obra en general, del teu paper i de l'actor en la seua vida a escena, poder buscar i fer ús de la psicotècnica necessària quan s'actua. A més, tot actor, tant els que surten en papers secundaris com els que actuen en tots els actes de l'obra, poden explorar nous fons del personatge per donar-li més vida i no caure en la congelació de la forma d'interpretar el paper sempre igual, perquè es crea una monotonia i un avorriment del públic que l'únic que vol és que s'acabe la representació.

Hem de procurar entendre ben bé què vol dir perspectiva, per fer-ne un bon estudi i portar-la a la pràctica, perquè sense tindrè'n un bon significat no hi pot haver cap bona interpretació ni pensaments dirigint moviments o gestos; no hi pot haver un bon llenguatge perquè ens faltaran paraules i, encara menys posar-hi sentiment, si abans no hem estudiat la perspectiva apropiada del contingut de l'obra, del paper i del personatge.

Allò que moltes vegades creiem més senzill, com és una entrada o sortida de l'escenari, qualsevol acció que es faça a l'escenari, pot portar una petita o llarga conversa; llavors, s'ha de buscar la finalitat d'aquesta conversa, l'objectiu al qual va dirigida, què és el que es vol dir, o siga, la perspectiva. Això també ens passa en la vida quotidiana; portem una conversa i moltes vegades diem: no ho he dit bé, o no ho he plantejat massa bé, i hem de rectificar. Quantes vegades expliquem alguna cosa que ens ha passat i ens adonem que no ho han entès i procurem de fer-nos entendre amb una pausa psicològica plena de contingut, buscant sempre les línies de perspectiva internes per poder transmetre com a objectius que són tots els esforços, com accions inserides, combinades, agrupades, separades, atenuades,

accentuades, tot un món de desigs i ambicions de gran importància.

Com que els objectius són molts i variats, i en alguns el valor és mínim, entren en punts secundaris, queden reduïts a segon terme, per anar-los analitzant segons la necessitat específica que origina el desenvolupament de les emocions mitjançant l'obra teatral.

Quan dominem un personatge i estem fent els darrers assaigs, els moments que no actuem solem estar asseguts al pati de butaques, i ens adonem que quan l'obra està assumida, com que els actors guarden i segueixen la línia i la perspectiva de l'obra que ja coneixen, el que en aquest moment s'està assajant i representant com t'indica el que ha de vindre, comporta la part emocional que viu el públic.

Hem de procurar subratllar totes les parts més importants, encara que les que tenen menys contingut, s'han de dir molt ben dites perquè són tan necessàries com les altres. L'obra ha d'estar dotada de contingut en les intervencions dels personatges des que apareixen en escena fins que surten. Per això, després d'estudiar una obra teatral en tot el seu contingut, podem veure i apreciar tota la seua perspectiva general. Llavors és quan tenim capacitat de construir el nostre personatge i anar-lo adaptant a tot el seu text que li garanteix tot el sentit i la intensitat que necessita. Però a tot això hi segueixen totes les accions físiques tal com exigeix la vida del seu esperit que es desenvolupa i s'estén durant tota l'obra, fruit d'un gran treball i d'un estudi profund en totes les seues parts i poder apreciar millor i d'una forma més completa i amb més intensitat la realitat del que representem. Hem de recordar que el personatge

que representem no sap el que li espera, però l'actor que l'interpreta sí que ho sap i hem de procurar crear aquesta línia recta del que representem per aconseguir l'objectiu, que és apropar cada vegada més el personatge a l'actor, reforçant així el significat, moment a moment, tota la seua vivència, per poder-li donar encara més força per part de l'actor a tota la seua narrativa i atreure l'atenció d'ell mateix, que surt de dins de les tres parets tradicionals -caixa de l'escenari- per oferir emocions, sentiments, desigs, etc., etc., al públic que és la quarta paret.

Hem de crear contrastos en tots els moments, presents i futurs, però pensem que -i això ho hem de tenir en compte- en totes les obres teatrals, quan puguem en personalitat pels guanyos, títols o lloances que s'obtenen, o quan la vida ens juga una mala passada i comencem a declinar fruit de la mala sort, les enveges o les desgràcies que reporten viure en aquest món, llavors hem de saber graduar aquests moments que a poc a poc van consumint la persona. L'actor ha de saber graduar l'estat físic i psíquic dels anys que van passant, o les malalties que vénen segons l'obra i que ha de suportar el personatge. ¡Quant més ha de ser prudent i calculador, tal com van passant els actes o final d'acte o de l'obra, en què ha de fer servir el "clímax"! Perquè si no tenim una línia ben marcada, seguida d'una bona perspectiva de paper-obra-personatge, difícilment es podrà aconseguir el gran "clímax", perquè tot passa en funció d'aquests tres elements. Un actor no pot parar en la seua línia continua d'acció quan està actuant, perquè perdria tota la perspectiva, factor essencial per a la creativitat de l'actor i de tot el seu treball dins de l'art de Talia.

## EL C<sub>entre</sub> C<sub>ultural</sub> R<sub>ecreatiu</sub> INFORMA...

El passat dia 3 de juny, com tots els anys, i per tal de celebrar la Diada del Soci, vam poder gaudir d'una vetllada de teatre, a càrrec del grup Gresol d'Alcanar, que amb l'obra "*Quatre nits de nuvis de tres*", ens van fer passar una estona agradable.

Lluc Fernández

\* \* \* \*

Els passats dies 10 i 11 de juny, a Ulldecona, es va celebrar el II Mercat Medieval. El Centre Cultural i Recreatiu no podia faltar, i va participar amb una parada de pastes típiques de la nostra vila, també estava a la vostra disposició les begudes pròpies d'aquí, com pot ser el calmant, moscatell... La parada va rebre molta afluència de gent, tant per mirar com per comprar. Vora unes 700 persones van passar a comprar els nostres productes. Així mateix, vam participar com tots els anys amb una mica d'ambientació, oferint una agradable vetllada a tot el públic assistent.

Lluc Fernández

PROGRAMES, REVISTES,  
TARIFES DE PREUS, CATÀLEGS,  
TALONARIS ALBARANS, FACTURES  
TAPES D'ANELLES,  
I TOT TIPUS D'IMPRESOS  
COMERCIALS I PUBLICITARIS



**gràfiques  
montsià**

C/. Migdia, 9 - Tel./Fax 977 57 31 60  
43550 ULLDECONA (Tarragona)

# RESULTATS PRELIMINARS GENERALS DE L'ENQUESTA PRÈVIA AL DESENVOLUPAMENT DEL PLA (1a part)



per RITA SOLER MÁRQUEZ

## PLENUFAR 2 PLA D'EDUCACIÓ EN ALIMENTACIÓ I NUTRICIÓ PEL FARMACÈUTIC

### RESULTATS PRELIMINARS: ENQUESTA PRÈVIA AL DESENVOLUPAMENT DEL PLA

#### AVALUACIÓ DEL PLA NUTRICIONAL PEL FARMACÈUTIC (PLENUFAR 2)

##### Introducció

El Consell General de Col·legis Oficials de Farmacèutics, mitjançant la Vocalia Nacional d'Alimentació, ha dissenyat, organitzat i coordinat el PLENUFAR II, Campanya d'Educació Nutricional pel Farmacèutic. Aquesta campanya s'ha adreçat als escolars de tercer cicle d'Educació Primària, és a dir, nens i nenes de 10 a 12 anys que estudien en algun dels quasi, fins ara 3.000 col·legis, distribuïts per tot el territori nacional, on ha tingut lloc la campanya.

De l'avaluació de la campanya, se n'ha encarregat el gabinet sociològic TÀBULA V, que dirigeix el senyor Amando de Miguel.

El qüestionari s'ha dividit en diverses parts. A continuació, s'hi detallen cada un dels resultats obtinguts.

##### Els escolars i l'alimentació

###### 1. Preferències

**Preferències culinàries:** Els menjars preferits dels nens i nenes de 10 a 12 anys són la pasta, el menjar ràpid (pitzes i hamburgueses fonamentalment) i l'arròs. Els que menys els agraden són les verdures, els llegums i el peix, per aquest ordre.

<b>Menjars preferits</b>	- Pasta - Menjar ràpid (pitzes i hamburgueses) - Arròs
<b>Menjars que agraden menys</b>	- Verdures - Llegums - Peix

###### 2. Hàbits de consum

###### 2.1. El consum de fruita:

El 33% dels escolars entrevistats **no menja fruita diàriament**, quan el que s'aconsella per a la seva edat és menjar-ne dues o tres peces diàries.

Percentatges	Freqüència amb què mengen fruita
- Tots o quasi tots els dies	64
- Una o dues vegades a la setmana	16
- Els caps de setmana	7
- Poques vegades	10

**2.2. El consum de verdures:** La majoria de nens i nenes entrevistats segueix una dieta deficitària de verdures.

*El 57% les consumeix com a molt una o dues vegades per setmana, quan haurien de menjar verdures tots els dies almenys en els dos àpats principals.*

Percentatges	Freqüència amb què mengen verdura i amanida
- Tots o quasi tots els dies	38
- Una o dues vegades a la setmana	28
- Els caps de setmana	9
- Poques vegades	20

###### 2.3. Esmorzar

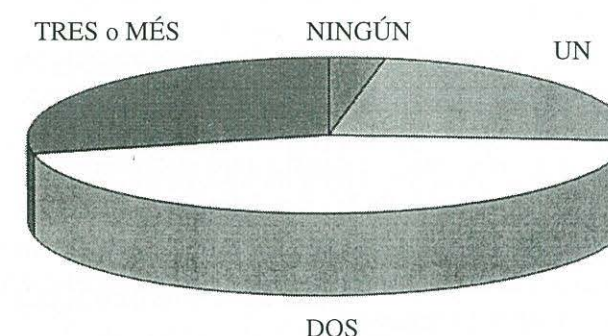
El 31% dels escolars entrevistats menja brioxos, magdalenes o galetes per esmorzar. En menor quantitat esmorza pa, torrades (19%) o sucs (14%), encara que siguin aliments molt aconsellables per a l'esmorzar.

Percentatges	% han pres per esmorzar
- Llet (sola o amb cacau)	81
- Brioxos, magdal., galetes	31
- Cereals	26
- Torrades, pa	19
- Suc	14
- Fruita	4
- Iogurt	4
- Res	4

**2.3.1. El consum de llet:** Una quarta part dels nens i nenes de 10 a 12 anys entrevistats consumeix una quantitat insuficient de llet. El 26% només pren un got de llet o menys al dia. Aquesta població està obligada a completar amb altres productes lactis la seva dieta, del contrari podria tenir dèficits nutricionals específics com el del calci

Percentatges	Gots de llet que solen prendre al dia
- Tres o més	28
- Dos	45
- Un	23
- Cap	3

###### Gots de llet que solen beure diàriament



**2.3.2. El consum de pa:** Les nenes consumeixen menys pa que els nens de la seva mateixa edat. Sis de cada deu noies entrevistades diuen que mengen diàriament menys de mitja barra de pa (125 g), mentre que responen igual quatre de cada deu nois. La conclusió que apunten les dades és que des d'edats molt joves (10-12 anys) es van distingint pautes alimentàries diferents per a homes i dones.

**És una conclusió sorprenent. Indica que la distinció segons el sexe, que s'observa en els adults, ja comença a produir-se quan són nens.**

Percentatges	% solen prendre al dia menys de mitja barra de pa o gens
- Homes	43
- Dones	58
- Total	49

###### 2.4. Altres menjars

**2.4.1. Les hamburgueses i les pitzes:** Un de cada deu escolars entrevistats consumeix tots o quasi tots els dies hamburgueses i, de la mateixa manera, un

de cada deu menja pitzes amb la mateixa freqüència. Encara que es tracta d'un hàbit minoritari, convé advertir-lo i valorar-lo per la transcendència que pugui tenir en el canvi d'hàbits.

**2.4.2. Carn, peix i llegums:** La carn, el peix i els llegums formen part del grup d'aliments rics en proteïnes i cal que siguin habituals amb una freqüència semblant perquè la dieta sigui equilibrada.

**Malgrat tot, mengen carn amb més quantitat que llegums o peix.**

**El 80% dels escolars entrevistats solen menjar carn almenys una vegada a la setmana. El 69% menja amb la mateixa freqüència llegums i el 66%, peix.**

###### 2.4.3. El gust per les noves formes de menjar peix:

Les barretes de peix i les llaunes de tonyina o de sardines poden ser per a moltes famílies un gran aliat perquè els nens s'acostumin al gust i prenguin prou peix. És una forma intel·ligent de presentar el peix sense espines. A la majoria dels escolars entrevistats, els agraden les barretes de peix (58%). En la mateixa quantitat (57%), els agraden la tonyina o les sardines enllaunades. Menys acceptació tenen encara els patés de peix, ja que només el 28% dels nens i nenes consultats manifesten que els agraden molt o bastant els patés de peix.

Percentatges	% els agrada			
	Molt	Bastant	Poc	Gens
- La tonyina o les sardines enllaunades	33	24	20	21
- Les barretes de peix	31	27	24	16
- Els patés de peix	14	14	23	45

**2.4.4. Els dolços:** El 24% dels escolars entrevistats pren diàriament caramels o llaunadures i el 18%, brioxos o pastissos amb la mateixa freqüència.

**2.4.5.** El 32% dels nens i nenes entrevistats pren gelats almenys una vegada a la setmana. La introducció dels gelats en la dieta durant tot l'any és un hàbit relativament recent, de gran acceptació entre els nens i nenes d'aquestes edats.

###### 2.5. Alimentació i salut.

**2.5.1. La cura de l'alimentació:** Pràcticament, la totalitat dels nens i nenes són conscients que s'ha de tenir cura en l'alimentació. El 96% dels escolars entrevistats entén que l'alimentació s'ha de cuidar a qualsevol edat, la qual cosa indica que pensa en l'alimentació com una cosa molt important per a la seva salut i el seu futur.

# La serp del Castell

No començaré avui parlant del meu estat somiador perquè a pocs els interessa ni de les meves ganes de viure perquè no crec que interessin a ningú, us parlaré del meu acte de contricció que he assolit per ser un animal bíblic poc recomanable i posat en la dolça boca dels que creuen que ells són bons i la resta carn que put.

Si vulgués dir que la meua mare era femella d'honra i nissaga potser us enganyaria perquè, en veritat, no la vaig conèixer. És un fet comprovat que els éssers com jo no tenim una mare que ens acaroni quan fa mal l'orella i quan el pare torna a casa, cansat i tip de la vida i regala un bon polsim de la seva fúria. Sempre he enyorat i tingut enveja dels humans i no he pogut comprendre mai per quin motiu volen anar-se'n de casa a correu.

- Em fan llevar prompte! - diuen uns.

- No em deixen tornar tard! - afirmen els altres, i tan bon punt es poden lligar les espadenyes toquen el dos. Jo voldria que algú em renyés i digués el que és millor. Ara estic sola, dintre la cova i, a les llargues nits d'hivern, creixen els somicons i els fantasmes.

El passat ha estat força entretingut i ara, que no hi ha res més a fer, vaig a fer esment del que va succeir:

El senyor del castell es va fer vell i això ja sabeu que vol dir: pensava més amb ell i menys amb el que pertoca. Va començar l'estiu celebrant el seu aniversari. Una pila d'anys, almenys quatre dotzenes, i quatre dotzenes d'anys ja no és temps d'anar per terra. Havia perdut la força en el caminar, en el menjar, en el beure i tantes i tantes altres coses que necessitaria almenys sis pergamins més per esmentar-les i al preu que estan les cabres i les ovelles seria falta greu tal estipendi, així que saltaré la resta dels moviments i pensaments consurables i passaré a dir el que solia fer tant bon punt el sol es llevava pel Montsià: un vas d'aigua i una visita als merlets de ponent. Allí tenia instal·lada la seva humil cambra d'asseguda i allí arribava sempre el primer. Les ganes de matinar no li havia tret ningú i el bon compliment de les seves necessitats tampoc.

En tornar donava quatre cops al servent de la cuina i aquest, gronxant de banda a banda, anava a cercar el perol de la llet. Mentrestant el senyor s'asseia a taula, començava a llescar el pa i esperava el bol. No diria si menjava o bevia, que no sóc expert en la matèria i, com realment mai l'he vist esmorzar, només puc relatar l'esdeveniment de lluny estant.

Acabat l'esmorzar, quan encara el sol es llevava les teranyines, s'acostava a la cova, em cridava, em feia sortir a fora i allí, a l'ombra de l'alzina, començava a sermonejar i a explicar fetes i sofriments de la seva juvenesa. Dejà com em trobava que havia de fer si no donar-li la raó. Seria una bestiesa no actuar d'aquesta manera perquè el botxí estava desenferrat i només esperava trobar algun poca-solta com jo per provar una destrala que li havien portat del nord i que encara no havia fet servir.

- Que, mala bèstia! - em deia per a què m'empipés. encara no t'has mort! Era així el senyor, amable com ell sol i donat a la bona educació i a les lloances.

- No senyor -responia- però cada cop em trobo més malament!

Ell se sentia satisfet i jo consolada perquè sabia que després portarien una mica de menjar i un capvespre de pau. No era mala paga per tan poc esforç. Pitjor s'ho passaven els altres, treballant tot el dia i queixant-se mitja nit, perquè, de la cova estant, els sentia i no m'agradava. Així passava una setmana i una altra i així els nens naixien, els vells morien i els que quedaven seguien servint i renegant.

Però aquell dia no va venir com acostumava i jo no sabia on mirar ni que fer. Ben entrada la tarda, va venir un servent amb una plàtera de fruita.

- El senyor no vindrà avui, es troba malament i ni tan sols s'ha aixecat del llit! Estem molt preocupats perquè mai ho havia fet això!

- va dir, i vaig sentir una mena de recança que no augurava res massa bo.

Al capvespre les campanes de l'església van començar a gronxar-se de forma pesada i trista i vaig saber que l'únic amic que venia a xerrar amb mi i a amonestar-me se n'havia anat. Vaig notar un nus a la gola i vaig començar a enroscar-me i a entristir-me. Com un animaló com jo podia arribar a aquells extrems. Estava envellint! No hi havia dubte.

Els dies següents van ser dies de pena i de dejuni. Ja ningú se'n recordava de mi i aquella darrera plàtera va ser el somni que durà molts dies. Vaig perdre pes i la gana fa fer coses impensades. Vaig sortir de la cova a dia ple per tal de cercar alguna cosa que m'apartés de la fam.

Era un pagès, no podia ser d'altra manera. Estava segut a sota d'un arbre i anava a disposar-se a menjar quan vaig aparèixer. Ni es va acomiadar, el poca-solta. M'hauria conformat amb la meitat del dinar i d'aques-

ta manera ni ell ni jo hauríem passat massa gana. Només en va passar ell.

Crec que, quan va arribar al castell, va començar a parlar d'algun ser diabòlic que l'havia atacat i quan, al dia següent, uns que passaven per la vora de la cova ho comentaven a tota veu, quasi em vaig espantar. Qui devia ser aquell monstre que havia vingut a les nostres terres? A quins perills estaríem exposats? Per fi vaig trobar la resposta: jo era aquell monstre que ferum manifesta, pelut i lleig com un pecat, que matava pagesos i robava el bestiar! Mai hauria pensat que un veí del castell fes tan trista descripció. Havia estat sempre amagat de tots, per no fer nosa, i tenint cura que el senyor diposés en mi una part de la seva ràbia. M'havien ofès i m'havien posat en boca de tots i no precisament per fer lloances.

- Ja ho veuran aquests tanoques, ara sabran el que és una serp amb mala sang!

Vaig muntar un pla seriós i consistent. Els faria por i així pagarien les seves paraules de rebuig de totes, totes.

Hauria de matinar, hauria de veure sortir el sol i, de vegades, hauria de veure la lluna. Espantaria els homes i les dones i deixaria anar els nois i els avis.

Vaig patir molta son aquells sis mesos que va durar la meua empresa però em vaig afartar com mai. Sempre es deixaven la cistella per córrer més i a la cova en vaig recollir un centenar, pel cap baix.

La llegenda va anar creixent com així ho va fer la meua alçada i amplada. L'amplada no dic que no fos però l'alçada ni un pam, tampoc va créixer la barba ni va sortir mai foc pels queixals. Només feia crits ferrenys per a què ningú tingués ganes de tornar enrera.

El que havia començat com una venjança infantil



es va anar fent feina avorrida i lamentable i em sentia cada cop més malament.

Un dia, quan ja tornava de la ronda, carregat amb una parella de cistelles, vaig tenir una topada molt trista. En tombar un gran arbre, vaig ensopegar amb una joveneta molt maca. Vaig intentar apartar-me però tot seguit vaig sentir un gran xiscle i vaig veure com anava a topar a terra. La mala sort li va fer donar el cap contra una pedra i va perdre el coneixement. Em vaig posar molt neguitosa i, en veure que no es posava dempeus, ho vaig prometre:

- Si es desperta i s'aixeca ara mateix me'n vaig!

Li va costar una mica però es va desiseixondar. L'estava mirant des d'una distància prudent i quan vaig veure que, plorant i ensopegant aquí i allà, tornava al castell, vaig emprendre drecera avall i no vaig aturar-me ni per fer la darrera ullada a aquell alturó on es quedaven el millor i el més trist dels meus records.

Ara no us puc dir on sóc perquè no vull que ningú vingui a cercar-me i a carregar-se d'honra i glòria mostrant els demés la meua darrera pell de muda. De vegades sento parlar, a algun caminant, de les meves terres i em fa venir ganes de tornar però, fins ara, no ha estat possible.



CAIXA D'ESTALVIS I PENSIONS DE BARCELONA

# COL·LECCIONISME

## Secció Filatèlica

### Mesos gener/abril

#### 150 ANIVERSARIO DEL PRIMER SELLO ESPAÑOL



Fecha de emisión: 3 de Enero de 2000.

Valor: 35 pesetas cada sello.

Papel: Estucado engomado y fosforescente.

Estampación: Calcografía y Offset.

Formato del minipliego: 215 x 145 mm.

Tamaño del sello: 40,9 x 28,8 mm.

Efectos en el minipliego: 12 sellos más viñeta.

Dentado: 13 3/4.

Tirada: 1,5 millones de minipliegos.

Amb motiu de celebrar-se a l'any 2000, el 150 aniversari de la primera emissió de segells espanyols, s'ha posat en circulació un miniplec amb 12 segells i vinyeta, que reproduïxen els primers cinc segells espanyols, junt a la imatge de S.M. el rei D. Joan Carles I i els escuts d'Espanya de 1850 i l'actual. La vinyeta, a la part esquerra, representa el Palau de Comunicacions de Madrid.

La primera emissió espanyola, apareguda l'any 1850, consta de cinc valors: 6 quarts negre i 12 quarts lila, per a la correspondència normal; 5 rals vermell i 10 rals de color verd, per a cartes certificades; i 6 rals blau, per a correspondència amb l'estranger.

#### FAUNA ESPAÑOLA EN PELIGRO DE EXTINCIÓN

Fecha de emisión: 31 de enero de 2000.

Valor: 35 y 70 pesetas.

Papel: Estucado engomado y fosforescente.

Estampación: Huecograbado.

Tamaño del sello: 40,9 x 28,8 mm.

Dentado: 13 3/4.

Tirada: Ilimitada.

Pliegos: 50 sellos.



La segona emissió del 2000 correspon a la sèrie que ens recorda les espècies animals espanyoles que estan en perill d'extinció. Es tracta de dues papallones: "Parnassius apollo Linneo" i "Agrides zullichii Hemming".

El segell de 35 pessetes està dedicat a la "Parnassius apollo Linneo". Aquesta es tracta d'una papallona supervivent de l'època glacial que ha quedat aïllada als pics de les muntanyes ibèriques. Viu en prats alpins des de 800 a 3.000 metres.

El segell de 70 ptes. reproduceix la "Agrides zullichii Hemming", localitzada a la seva zona de dispersió a Sierra Nevada (Granada) i vola des de meitat del mes de juliol fins primers d'agost, en altituds de 2.600 a 3.000 metres.

#### 500 AÑOS DE LA IMPRENTA DE MONTSERRAT

Fecha de emisión: 4 de Febrero de 2000.

Valor: 35 pesetas.

Papel: Estucado, engomado y fosforescente.

Estampación: Huecograbado.

Tamaño del sello: 28,8 x 40,9 mm.

Dentado: 13 3/4.

Tirada: 1,5 millones.

Pliegos: 50 sellos.



Aquest segell commemora el 500 aniversari de la instal·lació de la primera impremta en el Monestir de Santa Maria de Montserrat. El segell reproduceix el colofó del "Missale benedictinum", que s'utilitzava a manera de marca editorial en els llibres d'aquesta impremta de Montserrat.

#### V CENTENARIO DEL NACIMIENTO DE CARLOS V

Fecha emisión: 24 Febrero de 2000.

Valor: 35, 70 y 150 pesetas.

Papel: Estucado, engomado y fosforescente.

Estampación: Huecograbado.

Tamaño del sello: 33,2 x 49,9 mm.

Tamaño del sello de la hoja bloque: 40,9 x 49,6 mm.

Tamaño de la hoja bloque: 125 x 90 mm.

Dentado: 13 1/4. (35 y 70 ptas.) y 13 3/4 (150 ptas.)

Tirada: 1,5 millones cada sello y 1 millón la hoja bloque.

Pliegos: 40 sellos.



L'any 2000, es celebra el cinquè centenari del naixement de l'emperador Carles V. Amb aquest motiu s'han posat en circulació, conjuntament amb Bèlgica, dos segells de correus i un full bloc.

Els dos segells reproduïxen retrats de l'emperador. El de 70 ptes., Carles V a l'edat de quaranta anys, pintat per Corneille de la Haye. El de 35 ptes., el retratat de l'emperador com Gran Mestre de l'Ordre de Toisó d'Or. El full bloc reproduceix un fragment del quadre pintat per Tiziano en 1548 "El emperador Carlos V a caballo, en Mühlberg", que es conserva al Museu del Prado.

#### EDADES DEL HOMBRE

Fecha de emisión: 24 de Marzo de 2000.

Valor: 70 y 100 pesetas.

Papel: Estucado engomado y fosforescente.

Estampación: Huecograbado.

Tamaño del sello: 28,8 x 40,9 mm.

Dentado: 13 3/4. Tirada: 1,5 millones.

Pliegos: 50 sellos.



La sèrie dedicada a l'exposició "Edades del Hombre", que s'ha celebrat aquest any a la ciutat d'Astorga consta de dos segells.

El primer segell, de valor 70 ptes., reproduceix la imatge de la Verge de la Majestat, venerada a la catedral d'Astorga.

El segell de 100 ptes. reproduceix un Lignum Crucis i un essencier àrab, que es troben dipositats al Museu de la catedral d'Astorga.

#### PARADORES DE TURISMO

Fecha de emisión: 7 de Abril de 2000.

Valor: 35 pesetas.

Papel: Estucado engomado y fosforescente.

Estampación: Huecograbado.

Tamaño del sello: 40,9 x 28,8 mm.

Dentado: 13 3/4.

Tirada: 1,5 millones.

Pliegos: 50 sellos.



Aquest any, la sèrie està dedicada al parador de turisme "Fernando de Aragón".

Aquest parador està situat a la localitat de Sos del Rei Catòlic, vila que fou bressol del rei Ferran el Catòlic.

Aquest parador, va ser construït el 1974 i va esdevenir el principal motor econòmic de la comarca. El disseny del segell és una adaptació del tema.

#### CENTENARIOS



Fecha de emisión: 12 de Abril de 2000.

Valor: 35 y 70 pesetas.

Papel: Estucado, engomado, mate y fosforescente.

Estampación: Calcografía.

Tamaño del sello: 40,9 x 28,8 mm.

Dentado: 13 3/4.

Tirada: 1,5 millones.

Pliegos: 50 sellos.

La Universitat de València ha complert el V centenari des de la seva creació. El 30 d'abril de 1499 es van aprovar les constitucions per a regir-se el nou Estudi General. Un segell de 70 ptes. reproduceix l'edifici del Rectorat d'aquesta universitat. Un altre segell de 35 ptes. ha estat emès per a recordar el VII centenari de la Universitat de Lleida. L'1 d'abril de l'any 1297 es va començar a gestar a la ciutat de Lleida, a iniciatives del Consell Municipal, la creació del que seria primer centre universitari de Catalunya. L'1 de setembre de l'any 1300, el rei Jaume II d'Aragó va fundar a Lleida l'Estudi General. El segell reproduceix l'edifici del Rectorat de la Universitat de Lleida



# ENTREVISTA A LA NOSTRA PUBILLA DEL 2000

Avui, dia 30 de maig, després de diversos dies d'arrera d'ella, he aconseguit fer-li una entrevista a la hiperactiva **Mercè Sans Cucala**, pubilla del Centre Cultural i Recreatiu del 2000.

Aquesta entrevista no serà la típica formal i avorrida, sinó que intentaré xafardejar un poc i treure els trets més divertits i simpàtics de la nostra pubilla.

- Hola, bona tarda Mercè, com estàs?

- Bé, gràcies.

- Primer de tot, per començar, l'única pregunta típica que et faré és: quina relació tens amb el CCR per a que en sigues la pubilla?

- La meua família i jo hem estat sempre dins de la seva fundació l'any 1951. Primer els meus pares fent teatre, el meu tío ha estat sempre dirigint, hem anat sortint els tres germans en obres i jo sempre he anat des de petita davant i darrera del meu pare mirant com assajaven, muntant decorats aquí i allà, i encara que no vulgues, et vas integrant poc a poc. Des de sempre m'he vist dintre i ara més que mai amb el Grup de joves; això ha segut lo tot.

- Bé, després d'aquest petit aclariment, començaré amb l'entrevista informal que he promès abans. Quines son les teves aficions?

- La principal és estar en lo cavall, muntar-lo, cuidar-lo... lo món del cavall. La natació també m'agrada molt, dibuixar i pintar i després m'agrada, "pos" com a tots els joves, escoltar música variada, no sempre el mateix i sortir, sobretot sortir.

- Què és el que menys t'agrada fer?

- Llegir. Únicament lleigeixo quan m'obliguen, normalment per a estudiar o, si lleigeixo alguna altra cosa, sols el tros que m'interessa. M'avorreixo molt llegint.

- Quina és la cosa que m'es t'agrada de tu?

- Que sóc responsable. Pel que et demostra la gent, veus quan ets responsable; quan confien en tu. Saben que els compliràs a temps si et demanen alguna cosa.

- I la cosa què menys t'agrada o el què canviaries?

Com tothom, canviaria moltes coses; no som perfectes. Cadascú la perfecció se la munta d'una manera, però com la majoria de les noies de la nostra edat, canviaria algunes coses del meu físic i del meu caràcter... no ho sé, encara que crec que el caràcter és més fàcil de canviar, no? Jo mateixa he canviat algunes coses, però sempre queda algo.

- Quines son les teves manies?

- Tinc manies a l'hora de menjar, les sopes de sobre per exemple, no les puc ni veure, o els purés...

Ah, i també tinc la mania que abans de sortir de casa mirar-me molts cops a l'espill, sobretot els dies que tinc ganes d'arreglar-me.

- Un qualificatiu que et descriuria a la perfecció?



- Un no, dos, vale? perfeccionista i eficaç, però els dos van molt junt, no?

- Quin és el somni de la teua vida?

- El meu somni ja s'ha complert, era tenir un cavall i ja el tinc, però també m'agradaria viure al mig del camp amb el cavall, tenir-ne més...

- Què vols ser quan sigues "gran"?

- Veterinària, perquè m'agraden molt els animals. Si es pot i arribem si tot va bé.

- Voldries ser la típica princesa que troba el seu príncep blau?

- Sí, perquè no (ja, ja, ja). No, no ho sé, per una part sí, per l'altra no. Sí perquè si el trobes i saps que no us heu de separar més et fas més prompte el futur entre els dos, però si no el trobes i tu segueixes una vida que t'agrada igual, "pos" tampoc no passa res.

- En quin personatge fantàstic t'identificaries?

- Emm..., en cap en concret; agafaria una cosa de tots. Amb el Zorro pel cavall, amb la Blancaneus perquè és més alta que tots els nans, amb la Sirenetta, que de menuda m'agradava molt, perquè com a ella, també m'agrada nedar, amb Heidi perquè viu a la muntanya, però pel demés tampoc..., es que agafaria una cosa de cadascun.

Bé, ens despedim de Mercè dient-li que esperem que s'ho passi molt bé aquestes festes; disfruta-les, seran úniques per a tu.

Unes paraules per a despedir-te...

- El de sempre, bones festes!, que l'entitat, si és per mi, intentaré al màxim representar-la bé i amb molta honra!

- Doncs així acabem, fins un altra!

NÚRIA SIMÓ SEGURA

Representant del Grup de Joves del CCR

## GASTRONOMIA

Per M<sup>a</sup> Carmen

### POLLASTRE A L'AMERICANA

#### INGREDIENTS:

- 1 pollastre mitjà

- 1 llima

- 1 dent d'all

- 1 got de farina

- 1 got de pa ratllat

- 1 ou

- 2 gots d'oli d'oliva

- 1 cullerada de julivert i romé

- sal

- pebre negre en gra



#### Preparació:

En un bol gran, poseu 2 cullerades d'oli d'oliva, el suc de la llima, el julivert, el romé i l'all picats i uns grans de pebre. Tallar el pollastre en trocets petits, salar-lo i afegiu-lo a la preparació anterior durant dues hores, remenant-lo de tant en tant perquè agafi el gust.

A continuació batre l'ou i afegir farina fins que quedi una pasta sense grúmols. Passar el pollastre per aquesta pasta i a continuació pel pa ratllat. Fregir amb oli ben calent fins que estiguin totes les peces del pollastre ben daurades.

Servir acompanyades de panís i salsa "ketchup".



## RACÓ POÈTIC



### AVUI PASSA LA TEMPESTA

*Avui passa la tempesta  
molt endintre del meu cor,  
tinc pocs anys per fer camí  
i només trobo un consol.*

*Però no en parléssim més  
de patums i de falòrnies,  
el temps passa i, a les voltes,  
només queden encenalls.*

*Ara passo i trascolo  
sense ganes de passar,  
em passen les hores fortes  
i tinc pena per pensar.*

*He deixat les meves ombres  
a la porta del davant,  
estic sol, tinc fred de cara,  
ella oblida i jo me'n vaig.*

### FARE EL PAPER DE PROMÈS

*Ja ho sé que tinc el cor fred  
i que prou fas que em suportes  
però avui em faig valent  
i em despullo de cabòries.*

*He de seguir el carrer,  
he d'arribar a la plaça  
i sense donar cap paraula  
faré el paper de promès.*

*Demanaré una rosa  
i em posaré a caminar  
i en arribar a la porta  
a les mans l'he de deixar.*

*Potser no ho faré més  
que no és feina per a mi  
però si trobo el teu sí  
continuaré l'any vinent.*

J.J.R.