



# Adults en acció

*Nº 38 Desembre 2013*

*Associació Zitzània*

**Opina!**

**digues-hi la teva!**

**Explica't!**



**Fes sentir la teva veu!**

**Aquest és el teu espai!!**

# índex

---

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| Editorial .....                  | 3  |
| El cafè .....                    | 4  |
| L'hora de les emocions .....     | 8  |
| L'anècdota de la meua vida ..... | 9  |
| Activitats de l'escola .....     | 15 |
| Temps de tradicions .....        | 19 |
| Racó literari .....              | 26 |
| Sota la palmera .....            | 30 |
| Associació Zitzània .....        | 34 |

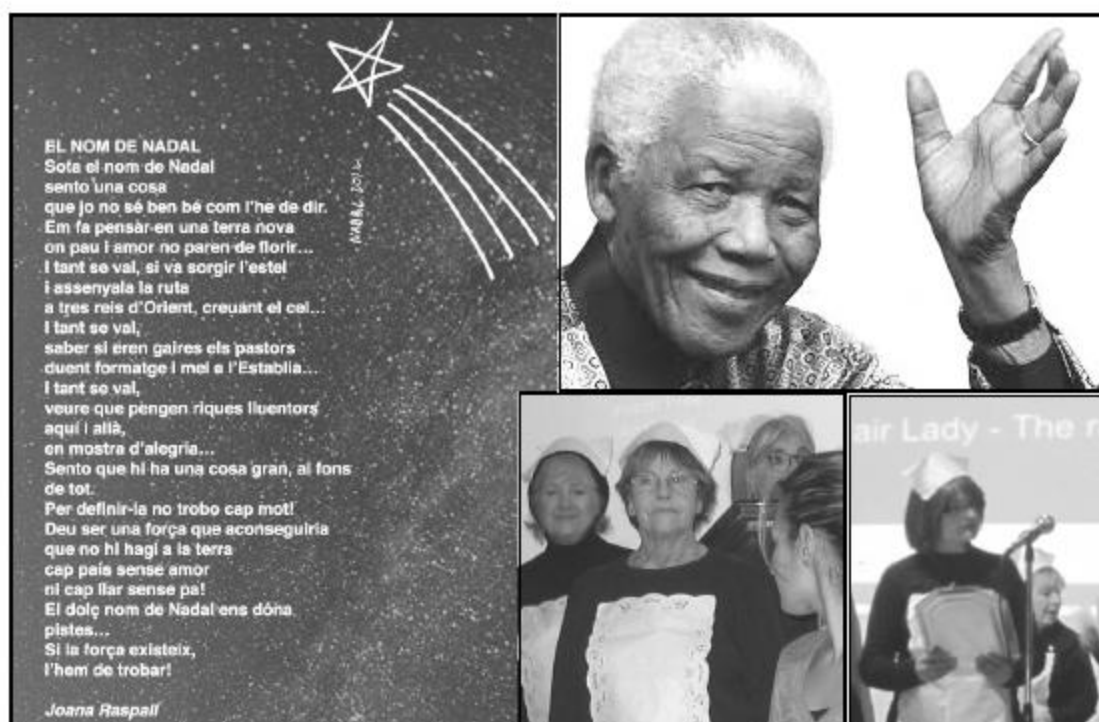
Foto de la portada: Yahya El Hajouji

## editorial

Si seguim al ritme acostumat, ja que finalitzem el primer trimestre natural d'aquest curs escolar amb el 38è número d'**Adults en acció**, acabarem el tercer trimestre havent-ne fet possible i podent-ne celebrar la publicació del número 40.

Tanmateix, no ens avancem als esdeveniments i, com recomanen els savis, provem de viure el present. Aquest present no està exempt de duresa –fins i tot, de cruessa- per a molta gent sovint, propera, si no és que toca directament de patir-la dins la pròpia pell.

I, malgrat tot, si tirem endavant i passem de pàgina amb determinació, segurament trobarem més d'un motiu d'inspiració per canviar -una mica, ni que sigui- d'òptica, de manera de veure i de viure la vida.



Tan aviat ens tocarem amb alguna idea que ens permetrà, potser, millorar la nostra organització del temps per tal d'arribar a fer possible el convertir algun petit o gran somni en realitat com amb el relat, fictici o no, d'alguna vivència que ens ajudarà a comprendre millor realitats que ens envolten, que ens toquen de ple o que ens han tocat i les quals, segurament, de cop i volta o a poc a poc, podrem començar a elaborar de manera diferent, desitjablement, més constructiva i/o creativa. Al costat d'una tradició possiblement subjecte a canvi en un futur que podria ser no gaire llunyà –i de la proposta de començar a pensar a col·laborar en la redacció del proper número de la revista- trobarem receptes culinàries amb sabor internacional.

Fins a les portes de la primavera, ens acomiadem amb el bon gust que ens han deixat alguns dels més significatius, entre els no pocs personatges, més nostrats o més universals, que se'ns han acomiadat definitivament aquest 2013.

Bones lectures i Bon Any!

Comissió de Revista



# El café

## EL CONEJO BLANCO

<<¡Ay Dios! ¡Ay Dios! ¡Voy a llegar tarde!>> Aparece en el comienzo del libro gritando y sosteniendo un reloj de bolsillo el conejo blanco en el cuento de *Alicia en el país de las maravillas*. Su perpetua preocupación sobre el hecho de llegar tarde es su característica más notable, cosa que comparto con este personaje de cuento.

En realidad, compaginar estudios y trabajo a veces no resulta fácil. Estás sometido al estrés de no tener tiempo para todo, la sensación de que no tienes tiempo para nada, poco tiempo libre y éste pasa mucho más rápido. Te enfrentas al reto de organizar el tiempo para cumplir con todas las responsabilidades, tratando de mantener una vida social y familiar.

A día de hoy, yo estoy, como muchos, en el paro, pero eso no quiere decir que no tenga más obligaciones, pues tengo el trabajo de llevar una casa y unos hijos, que hace que mi horario de trabajo sea amplio, pero, aun así, encuentro algún momento para la vida social.

Es cuestión de organizarse: marco en el calendario de la cocina las fechas más importantes, utilizo una agenda para programar mis actividades. Priorizo, identificando lo más importante en ese momento para determinar el tiempo que puedo dedicar a ello. Tengo una rutina y la complemento con actividades que me ayudan a liberar el estrés, aunque a veces surgen cosas inesperadas y hay que improvisar.

De momento, esta es mi manera de poder compaginar estudios y trabajo, siendo a veces como el conejo blanco del cuento.

Rosa Mora Vázquez  
GES II Matí



## **ORGANITZACIÓ DEL TEMPS DE FEINA I D'ESTUDI**

Jo no treballo, estic a l'atur. Això pot fer pensar que tinc temps per fer tot el que vull. Doncs no és així. Som tres a casa: la meua dona no treballa i està tots el matins buscant feina; la meua filla treballa i estudia, està fent Dret. Col·laboro en les feines de la casa: netejar, anar a comprar i fer el dinar i el sopar cada dia.

Jo m'he fet un quadrant per portar uns horaris de treball. Al matí em llevo d'hora, a les 7:30. Faig la feina, poso en ordre les coses de casa, vaig a comprar, quan torno començo a fer el dinar i, si tinc un moment, repasso els deures que he de portar a l'escola. Quan acabem de dinar, recullo els plats. La meua dona es queda acabant de recollir i jo vaig a l'escola des de les 3 fins a la 6 o 7 de la tarda. Quan surto, me'n vaig a casa i començo a fer deures fins a dos quarts de 9, hora de començar a fer el sopar. Recollim la cuina i prenem una infusió, mirem la televisió una petita estona i jo me'n vaig a fer els deures del dia següent. M'hi estic fins les 12 o la 1 de la nit. Hi ha coses que em costen de fer: suposo que és per l'edat. Aquest horari és tots el dies de la setmana, inclosos dissabte i diumenge.

Si portes el treball al dia és més fàcil de fer-lo i d'entendre'l. Per portar a terme tot això has de marcar-te unes pautes o horaris. Llevar-se d'hora, un horari per a cadascuna de les feines de casa, hores de col·legi, temps per a l'estudi i deures. No pots dormir la migdiada o veure la televisió, si no ho deixes per a un altre dia. No pots deixar res per després, si no s'acumula i no arribes a temps i tens tota la feina sense fer.

Francisco de la Fuente Rosa  
GES II Tarda



## **DIARIO DE UNA PARADA**

Ser parada en España a cierta edad, en vez de ser algo circunstancial se está convirtiendo en algo crónico. La experiencia, la profesionalidad, la madurez por lo que vemos no es un valor. Lejos de todo esto nos convertimos en personas casi desahuciadas, para volver a trabajar (después quieren que nos jubilemos a los 70). Paradoja de la vida...

Esperanzas, muy pocas, intentando ser positiva, no consiguiéndolo muchas veces, miras al futuro y no ves nada para seguir intentando ver todo de otro color que no sea todo negro.

Cuando pienso en la cantidad de jóvenes tan preparados con carreras universitarias, con másters, con idiomas, etc. y tienen que irse a otros países para poder tener un futuro. Ya no es que no tienes un nivel alto de estudios, como es mi caso, pues antes nuestros padres no veían la importancia de los estudios y estar bien preparados, sus prioridades eran que no te faltara la comida y fueras limpio y si además eras mujer, ellos pensaban que con que aprendieras a limpiar, coser, cocinar, era suficiente.

Nada más lejos de la realidad, pero dieron lo que podían por la cultura de la época.

Manuela Pérez  
Català Bàsic Vespre

## **INMIGRANTES POR EL MUNDO**



En este espacio quiero hablar sobre la inmigración, dar un punto de vista de una inmigrante.

Llegué a este país en el año 2006. Era la segunda vez que dejaba mi país. Primero, para la Argentina y luego, a España. Sólo la pobreza, las necesidades obligan a uno a dejar sus raíces.

Lamentablemente, en mi país como en muchos otros países, los políticos sólo velan por sus intereses, compiten entre ellos a ver quién es más corrupto mientras los pobres son cada vez más pobres y los ricos cada vez más ricos.

En mi país no tuve la oportunidad de terminar mis estudios. Por ende, no podía aspirar a un trabajo digno y no queda otra que trabajar de sol a sol para sobrevivir y cada día alcanza para menos.

Es triste hablar de sobrevivir en un país que tiene riquezas incalculables para un ciudadano común y que están tan mal repartidas. Bueno, en mi caso, puedo decir que no me ha ido mal en este país, me he adaptado muy bien. Tengo la suerte de tener a mi familia conmigo, luchando día a día para y por un futuro mejor. Eso no quiere decir que no haya tenido que lidiar con algunos contratiempos, pero al tener el mismo idioma es algo que tengo a mi favor. Porque muchas veces la solución está en la comunicación, en el diálogo.

Pero ¿qué hay de los que vienen buscando refugio no sólo a este país, también en otros países de Europa? En muchos casos se ven obligados a huir de la propia muerte, que les acecha, y muchos finalmente terminan encontrándola en el Mediterráneo. Es triste.

Siento vergüenza ajena por cómo se vive la inmigración en Europa, por las leyes basura que aprueban cada día y tienen a la sociedad idiotizada con la frase "inmigrantes sin papeles" e informaciones falsas o manipuladas y viejas. Yo pregunto, ¿nos lo creemos o hacemos la vista gorda? ¿Y qué pasa con la solidaridad? Los valores ¿realmente se han perdido? ¿Acaso nos imaginamos cómo sería vivir con menos de 1 euro al día? No nos lo imaginamos porque aún vivimos en una burbuja.

Para terminar, quisiera compartir esta parábola tan bonita de San Mateo donde Jesús dice: "Tuve hambre y me disteis de comer, tuve sed y disteis de beber, era forastero y me acogisteis, estaba desnudo y me vestisteis, enfermo, en la cárcel y acudisteis a mí". Y le respondieron: "¿Cuándo Señor, cuándo?". "En verdad os digo, cuanto hicisteis por mi hermano más pequeño, a mí me lo hicisteis".

No debemos recelar, la inmigración es riqueza, es cultura, es relación, es raza. Porque inmigrantes por el mundo habrá siempre.

Sonia Espínola  
GES I Tarda

## **4.811.383 PERSONAS EN PARO**

Estas son las cifras de parados en el mes de Octubre en España. Muchísimas familias están pasando por situaciones precarias: abuelos que ayudan a sus hijos y nietos con mínimas pensiones a pagar sus hipotecas, familias enteras desahuciadas sin ningún tipo de pudor, parejas que vuelven a casa de sus padres porque se han quedado sin trabajo y jóvenes estudiantes que se marchan de su país natal para poder labrarse un futuro.

Estamos viviendo situaciones que hasta ahora solo pasaban en países del tercer mundo.

Según UNICEF el 6% de los niños españoles están malnutridos, Un niño bien alimentado en su dieta debería de incluir fruta, verdura, lácteos y carne o pescado. Muchas veces esto no se cumple dado la situación de este país y las consecuencias pueden ser muy graves. Muchos padres y madres, familias humildes piden ayuda a Caritas, bancos de alimentos, Cruz Roja..., para poder alimentarse y poder alimentar a sus hijos. Personas que antes vivían una vida normal sin muchos lujos pero una vida digna para cualquier persona, ahora muchos rebuscan entre las basuras para poder comer.

Mi opinión en todo esto es ¿hasta cuándo vamos a dejar que esto continúe? porque ahora pueden ser personas que no conozcas, pero puede que mañana sea un vecino, tu amigo o tu mismo. No hay que dejar que esto nos quite las esperanzas, debemos luchar todos juntos y sacar este país adelante.

Míriam García  
GES II Matí



# L' hora de les emocions

Per Marta Ferrer Puente

Podem triar formar part del problema  
o ser part de la solució!

## Llegir ens fa lliures!

Sembla la frase d'un anunci publicitari, i potser alguns publicistes en farien ús, però és una gran veritat. Llegir ens porta a l'univers exterior de milers de racons, d'històries màgiques, de persones... a l'univers del passat i ens pot conduir a conèixer i transformar el nostre l'univers interior.

Avui us vull convidar a llegir Corazón que siente, ojos que ven de Mercè Conangla i Jaume Soler perquè en la situació de crisi actual ens proposa que reflexionem sobre la nostra vida i sobre la nostra implicació en el món. Finalment ens convida que aclarim la nostra posició "com a part del problema o part de la solució". Bona lectura...

*"Alguna cosa important està succeint. Tu no vius al marge del que succeeix. Estàs immers en un ecosistema físic que és el resultat de la interrelació de tots els éssers intel·lectuals i emocionals de les persones que l'habiten. Aquest sistema es nodreix de la informació aportada per tots els éssers que la formen. En funció del que cadascú aporti, l'evolució anirà en un sentit o un altre, al mateix temps resultes influïda per aquest sistema, el que en ell succeeix et concerneix i t'afecta. No pots al·legar ignorància, no val a dir que ets tan poca cosa en un món tan gran, que estàs eximit de responsabilitat. Tu col·labores participant en l'equilibri del sistema o desestabilitzant-lo. No ets un element neutre. I això et fa responsable. (...)*

*Només podem canviar la nostra realitat a partir del nostre propi canvi. Tenim el món que tenim, perquè som com som. I si el que no ens agrada del món és la injustícia, el patiment, la pobresa i la violència, hauríem de preguntar-nos de quina manera participem en ell. (...)*

*No existeix un món exterior independent del que ens habita dins. Si volem millorar el món només ens queda una opció: millorar-nos a nosaltres mateix@s. (...)*

*Som el nostre principal projecte. La nostra felicitat depèn de si el portem a bon terme. ¿Quin sentit té la nostra vida si no és fer de nosaltres la millor versió humana possible? I només ho aconseguirem actuant amb llibertat i responsabilitat, desenvolupant i actualitzant els nostres millors potencials i qualitats".*



# L' anècdota de la meva vida



## **SOBREVIVIR**

Tras muchos problemas para conseguir ser madre, nació Aroa, con un peso de 2.200 gr., el 28 de enero de 2007.

Todo empezó mal desde el momento en que llegamos a casa. Aroa lloraba toda la noche y de día estaba despierta.

Después de varios días, decidimos llevarla al médico, que, tras hacerle un chequeo, observó algunas anomalías y decidió derivarnos para el hospital.

Al llegar al hospital, entregamos el informe que nos había realizado el médico de cabecera y, sin pensárselo, las enfermeras se la llevaron para un box, donde comenzaron a realizarle pruebas. La última prueba consistía en extraer líquido de la columna vertebral, para analizarlo y poder descartar cosas. La sorpresa fue que al analizar el líquido vieron que el problema venía de la cabeza.

Descubrieron que el problema procedía de una bacteria que se había alojado en el cerebro de la niña, y se estaba alimentando de su sistema nervioso para sobrevivir.

Era una bacteria de las más mortales que hay, ya que los médicos nos comunicaron que el 80% de los niños que la habían contraído habían muerto: había pocas posibilidades de vida.

Decidimos apostar por el único medicamento que había dado buen resultado en 3 niños antes de morir, y se pusieron manos a la obra.

Fue un proceso muy largo y con muchas incógnitas, ya que no sabíamos si la niña lo aguantaría.

El proceso duro 1 año, durante los cuales se sucedieron 6 operaciones en la cabeza.

Pero mereció la pena. Aroa demostró que era una niña luchadora y consiguió sobrevivir ante tan mal pronóstico, demostrando que tenía muchas ganas de vivir.

Ahora, en la actualidad, Aroa sigue yendo a controles en el hospital, pero es una niña normal, para el asombro de los médicos, con algunas pequeñas secuelas sin apenas importancia.

***Aroa, con un solo mes de vida, nos había enseñado a valorar más la vida y a luchar por ella, ya que solo se vive una vez y hay que aprovecharlo.***



Susana Vázquez Fernández  
GES II Matí

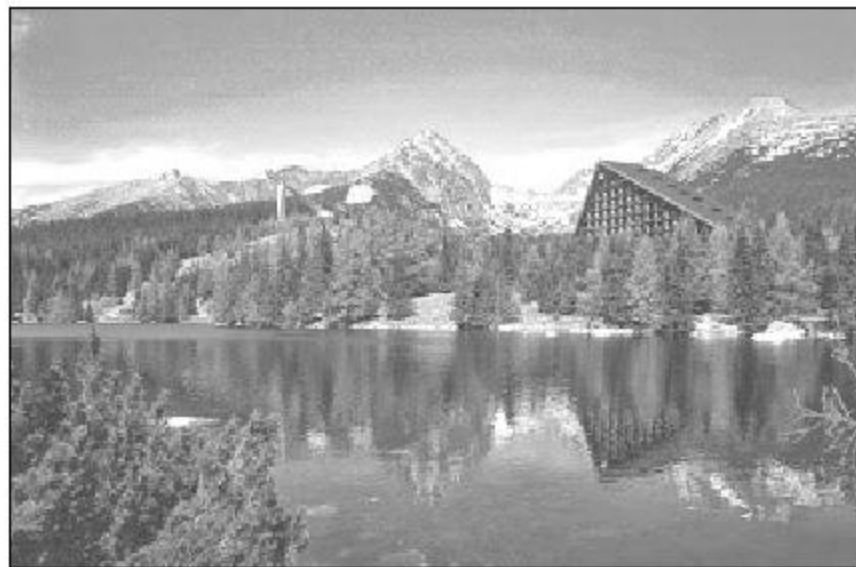
## ***Descripciones de nuestros países***

### **ESLOVAQUIA**

Eslovaquia es un país pequeño. Tiene más que 5 millones de habitantes. La capital es Bratislava. Mi país está situado en el interior. No hay mar. Hay muchos monumentos históricos, montañas, parques nacionales, cuevas. En invierno hace mucho frío y nieva mucho más que aquí. En verano las temperaturas son menos altas.

La gente en Eslovaquia es más seria que aquí. En España la gente disfruta la vida más que en Eslovaquia. Y creo que todo está conectado con el clima que influye el carácter de la gente. En mi país la gente es acogedora, laboriosa, no sabe como descansar y disfrutar la vida. En Eslovaquia no se come tarde, no se echa la siesta, no se trasnocha. Allí se habla menos alto y se cocina menos con aceite de oliva que en España.

Los españoles comen la comida más sana y hacen más deporte. Lo interesante para mi es que la comida o la cena aquí en España no es sólo comer algo porque tengo hambre. Es más como un evento cuando la familia o los amigos comen juntos, disfrutan la comida y hablan mucho.



Me gustaría describir un lugar en Eslovaquia que es maravilloso. Es el lago Strbske pleso en el Parque Nacional de los Altos Tatras. Las montañas de los Altos Tatras son las cordilleras más pequeñas del mundo, pero más grandes en Eslovaquia. La montaña más grande es Gerlachovsky stit, que tiene 2.655 metros. Entre las montañas está el lago Strbske pleso, es una formación glacial. Tiene un área de 20 hectáreas. Una curiosidad del lago es que está congelado aproximadamente 155 días al año. En invierno se puede patinar sobre hielo de este lago y en verano navegar en barco. Es un sitio muy bonito.

Ivana Kinikova  
Castellà III Tarda. Concòrdia

***\* Si voleu saber més sobre els països de procedència dels alumnes de Castellà III, podeu entrar a la següent pàgina web <http://castellaiii.blogspot.com.es/> és molt interessant.***

## **A L'ESTIU, GAUDINT FORA I, A L'HIVERN, AQUÍ, A CATALÀ**

Durant les meves vacances vaig fer moltes coses. Vaig anar a casa de la meva cosina a passar uns dies amb ella. La casa de la meva cosina és a Girona ciutat.

Vaig sortir molt a passejar. Vaig anar d'excursió a la Pobla de Segur. Vaig pujar al tren dels llacs. També vaig passar uns dies a Llafranc. Vaig anar amb les meves cosines a la Sagrada Família, al port, a Montjuïc, al Tibidabo i a Montserrat. Vaig passejar molt amb la meva bicicleta pel carril bici de Girona, que està molt bé.

Aquest estiu m'ha agradat molt. He après a nedar, que feia temps que volia fer-ho.

Selenia Alvarado  
Català Bàsic Tarda

## **ENS PRESETEM. SOM ELS DEL 1r NIVELL**

Me llamo Malika.  
Soy de Marruecos.  
Mi ciudad es Nador.  
Tengo treinta años. Llevo cinco en España.  
Estoy casada. Mi marido se llama Aziz.

Me llamo Beatriz O. Soy de Ecuador.  
Estoy casada. Mi marido se llama Jaime.  
Tengo 3 hijos.

Me llamo Lahcen Barrohuo.  
Soy de Marruecos, de la ciudad de Chefchaouen.  
Vivía en Tetuán, en el norte.  
Estoy casado. Mi señora se llama Hafida.  
No tengo hijos. Pensamos tener "si Dios quiere".  
Voy 4 veces al año a mi país.

Me llamo Nadia.  
Soy de Marruecos. Mi ciudad es Tánger.  
Está en el norte. Allí vivía.  
Estoy casada. Mi marido se llama Hamid.  
Tengo 2 hijas: Wiam, de 6 años e Inas, de 3.



Me llamo Naziha.

Soy de Marruecos, de la ciudad de Tetuán

Estoy casada. Mi marido se llama Lekbir.

No tengo hijos. Pero pensamos tener "si Dios quiere".

Voy 2 veces al año a mi país.

Me llamo Saída.

Soy de Nador, del norte de Marruecos.

Tengo treinta y tres años. Estoy soltera.

Voy 2 veces al año a mi país.

Me llamo Sofiana Alwassita.

Soy de Mali, de la ciudad de Gao. Está en el norte.

La capital es Bamako y está en el oeste.

Estoy casado. Mi señora se llama Fatemata.

Tengo tres hijos. Se llaman: Alusuna, de 12 años; Abdourahman, de cuatro años y medio y Aboubacar, de dos años.

Me llamo Yetto.

Soy de Marruecos, de la ciudad de Errasidia. Está en el interior.

Allí vivía.



Hace 5 años que no voy a mi país.  
Estoy casada. Mi marido se llama Ahmed.  
Tengo cuatro hijos. Se llaman: Fátima, de 14 años; Mohamed, de 13;  
Brahim, de 11. y Adam, de 2.

Instrumentals I Tarda. Can Puiggener



Me llamo María Palomares Hueso.  
Soy de Villacarrillo, de Jaén.  
Estoy casada. Mi marido se llama Pedro.  
Tengo dos hijos. se llaman:  
Pedro, que está casado con Mónica. su hija se llama Julia. Mi nieta es  
muy guapa.  
Y Víctor, que es soltero.  
Estoy contenta.  
Vivo en Castellar de Vallés.

Me llamo Louhou.  
Soy de Marruecos, de la ciudad de Errasidia.  
Estoy casada. Mi marido se llama Ahmed.  
Tengo cinco hijos. Se llaman: Ismael, de 19 años; Zara, de 15;. Malika, de  
13; Sana, de 9 y Sofian, de 6.

Me llamo Fátima.  
Soy de Marruecos.  
Estoy casada.  
Tengo 2 hijos. Se llaman Abdelilah y Nourradene.  
Vivo en la calle Pasatge del Progrés.

Me llamo Luis Mario.  
Soy de Ecuador.  
Mi pueblo es Cuenca.  
Estoy divorciado.

Me llamo Layla.  
Soy del país de Marruecos, de la ciudad de Tánger.  
Vivo en Sabadell.  
Estoy casada. Mi marido se llama Mohamed.  
Solo trabajo en casa. Tengo 2 hijos. Se llaman: Badreddine, que tiene 6 años, e Ismael, que tiene 19 meses.

Me llamo Dulce Pérez.  
Soy de Córdoba, del pueblo del Esparragal.  
Soy viuda. Tengo dos hijos.  
De Antonio y su señora, Consuelo, tengo a mi nieto Marc.  
Mi hija se llama Loli, su marido se llama Juan y su hijo se llama Denis.  
Vivo en Can Deu.

Me llamo Encarna Sánchez  
Soy viuda. Vivo en Sabadell.

Me llamo Madou Cisse.  
Soy de Gambia. Mi ciudad es Katchang.  
Tengo 8 hermanos.  
Mi madre se llama Mati Caba y mi padre se llama Bacanding Ceesay Tencoucho.  
Llevo 6 años en Sabadell. Mi dirección es calle Amílcar Barca. Soy estudiante, en realidad busco trabajo. Lo necesito pero, de momento, no lo encuentro.  
Soy soltero, busco novia.

Me llamo Idrisa Camara.  
Yo soy de Gambia.  
Soy del pueblo de Farafeña

Me llamo Mori Kebba.  
Soy de Gambia.  
Mis hijas se llaman Badibu, Alicali y Cuda.  
Vivo en Sabadell, en la calle Lusitania  
Soy soltero.  
Me gusta estudiar.  
Y trabajo no tengo, pero me gusta el trabajo.  
Me llamo Mimoun.  
Soy de Marruecos.  
Estoy casado.  
Tengo 2 hijos. Se llaman Aiman, de 9 años, y Marouan, de 5 años

Me llamo Noumo Dabo  
Soy del Senegal.  
Vivo en España, en Sabadell.  
Estoy casado.

Instrumental I Vespre. Concòrdia



## Activitats de l'escola

### **FESTA DE LA CASTANYADA 2013 AL CFA CONCÒRDIA**



Feia molt temps que no anava a una festa a l'escola. Quan hi vaig arribar, estava tota engalanada pel terra. Hi havia espelmes. Em va agradar molt!

A una de les aules es va representar l'obra de teatre de "Don Juan Tenorio y Doña Inés". L'aula estava plena de gom a gom fins i tot els del darrera estaven de peu.

Quan es va acabar la representació, vam anar al pati de l'escola. Allà es van fer una sèrie de jocs, fins i tot vam fer el ball del moniato. Va ser molt animat i divertit.

Les castanyes les van torrar al mateix pati i després dels jocs i balls, vam poder gaudir menjant les castanyes, els moniatos... I refrescar-nos amb les begudes que hi havia a les taules.

També van posar música, van tocar la guitarra i van cantar. Va estar molt bé. Em va agradar molt aquesta festa.

Així que es va acabar la festa tothom es va posar a netejar les taules i tornar les taules a les aules.

Tots junts, vam gaudir molt de la Festa de La Castanyada.

Albert Montaña  
Català Bàsic Vespre. Concòrdia

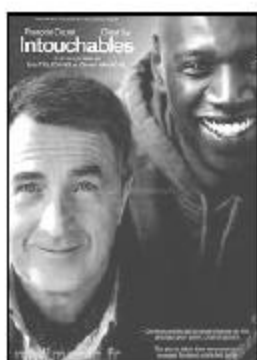


**XERRADA DE CARLES LLADÓ EN EL MARC DE LA SETMANA DE LA CIÈNCIA**





## **XV DIA DEL CINEMA**



El passat 21 de novembre es va tornar a celebrar el Dia del Cinema, organitzat pel Dpt. de Ciències Socials, però, a diferència d'anteriors edicions, es va optar per substituir l'habitual comentari i debat sobre les similituds i diferències existents entre les pel·lícules visionades pels assistents per un taller de risoteràpia, conduït per Anna Gallofré, coincidint amb els tres torns que es cursen al centre, amb una gran acollida per bona part del públic que, abans havia gaudit d'alguna de les aplaudides comèdies projectades enguany: en versions doblades al castellà, *Intocable* y *Despertando a Ned*, o en versió original subtitulada en espanyol (VOSE) *It's complicated* (=No es tan fácil).

## **25 DE NOVIEMBRE: DIA INTERNACIONAL PER A L'ELIMINACIÓ DE LA VIOLÈNCIA ENVERS LES DONES**



Acte al vestíbul del centre

### **MI NOMBRE...**

Mi nombre.  
¿Qué importa?  
Si soy el primero que  
quiero olvidarlo.

Mi condición.  
¿Qué relevancia tiene?  
Si jamás fui capaz de ser  
mejor persona.

Mis años.  
¿Qué más dan?  
Si ansío borrar el tic tac del  
tiempo, los crueles pasos  
que avancé en el camino  
de la vida.

Mi conducta.  
Ojalá pudiera cambiarla.  
La violencia tatuada en la  
piel de mi mujer es la  
huella de mis actos.

Surcos profundos de dolor  
y maltrato en el corazón de  
la persona que un día me  
amó.

Soy un ser miserable,  
despreciable.  
Un parásito de la sociedad  
que no merece piedad,  
perdón

Soy aquello que nunca  
imaginé.  
Convertí la existencia de mi  
mujer en una condena, un  
lastre, un calvario, un  
infierno.

Sus ojos llevan escritos  
infinitas lágrimas de  
impotencia, angustia,  
miedo.

Su cuerpo, cicatrices que yo  
escribí en reiteradas palizas.  
Su corazón, de mis manos,  
mil puñales yacen clavados.

Mi vida.  
Arrepentida.

Solo mis letras, en una  
súplica:

Aquel que levante la mano  
a una mujer será basura.  
Igual que yo.  
Un sucio y asqueroso  
cobarde.

**¡BASTA YA! CONTRA LA  
VIOLENCIA DE GÉNERO.**

**Autora:  
Angelique Pfitzner**

**Aportat per:  
Eva Martino  
Anglès 1 Tarda**

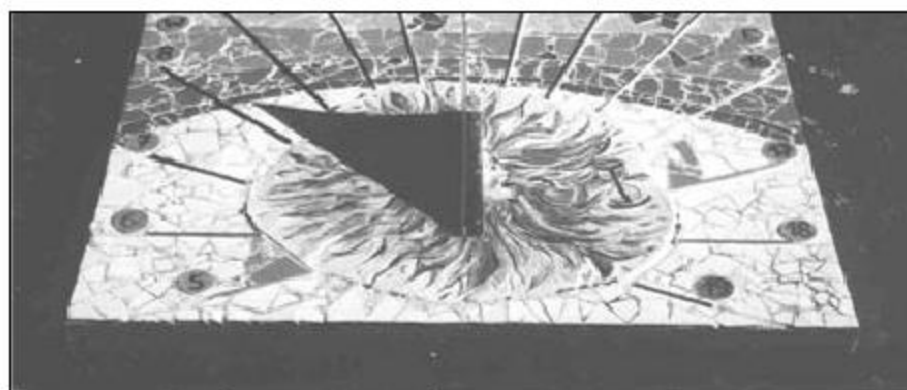
# Temps de Tradicions



## **CANVI D'HORA I DE COSTUMS**

El moviment dels astres va ser utilitzat des de l'antiguitat per mesurar el pas del temps. L'establiment de la setmana, dels mesos, de les estacions i dels anys està íntimament lligat als cicles observats en el moviment de la lluna, de les estrelles i del sol, entre d'altres factors. L'observació sistemàtica de les periodicitats d'aquests moviments va permetre establir les divisions i classificacions del temps.

Així, doncs, la construcció dels primers rellotges de sol, per exemple, no s'hagués pogut produir sense un curós estudi previ de la variació al llarg del dia de l'ombra projectada per un pal clavat a terra en incidir-hi la llum del sol per mesurar el pas del temps des de l'alba fins l'ocàs en el transcurs de l'any. Els sumeris, els caldeus i, posteriorment, els egipcis ja en van construir i emprar, i fins avui.



Relotge horitzontal a l'IES Escola Industrial de Sabadell (juny 1987)

Dels primers rellotges de sol fins a la divisió dels diferents territoris del nostre planeta --que constitueixen la superfície ferma, podríem dir-ne, de la Terra-- en zones o fusos horaris, els quals tenen com a referent el famós meridià 0<sup>o</sup> o de Greenwich (GMT), hi han intervingut,

també en gran mesura, factors de caire artificial o social, a més de l'observació de fenòmens naturals, per determinar quina hora oficial de quin dia és a cada indret.

Ara que a Espanya el Senat estudiarà la recomanació que es desprèn de l'informe aprovat en la Comissió d'Igualtat del Congrés dels Diputats perquè el Govern central resolgui —segons *El Periódico* del 30 de setembre de 2013— “una incongruència històrica que es remunta a l'any 1942, (...) quan Franco va decidir canviar el fus horari vigent, el que corresponia a l'Europa més occidental [GMT], pel central, que regia a l'Alemanya hitleriana”, la qual cosa va ser producte d’“una decisió exclusivament ideològica que no es va rectificar mai, ni durant el franquisme ni en democràcia”, queda ben palès que allò que ja semblava una tradició —un costum, si més no, instaurat entre les rutines anuals associades a la primavera i a la tardor, amb més o menys recances— torna a quedar subjecte a variacions.

Abans de l'1 de gener de 1901, l'hora oficial d'Espanya era la del meridià de Madrid --3r 41' Oest--, tot i que cada província tenia l'hora local corresponent al seu meridià, --l'hora local, era igual a la longitud local.

L'1 de gener de 1901, a les 0h. s'adopta l'hora de Greenwich; en conseqüència, la "Hora Local (HL) es corresponia amb el Temps Universal Coordinat (UTC) o Hora del Meridià de Greenwich (o GMT, com ja hem esmentat).

El 15 d'abril de 1918 s'introdueix per primera vegada l'horari d'estiu o DST (*Daylight Saving Time*). Durant els períodes d'estiu, s'avançava 1 hora (UTC +1 h.) en comparació amb el Temps Universal referenciat pel meridià 0<sup>o</sup>.

A partir del 16 de març de 1940 a les 23h. s'adopta l'hora del Meridià 15<sup>o</sup> Est (UTC +1 h. o GMT +1 h.), pel que s'estableix 1h. d'avanç permanent respecte al Temps Universal Coordinat o del Meridià 0<sup>o</sup> (UTC o GMT), i 2 h. en horari d'estiu UTC +2 h.

El que va succeir l'any 1942, durant la segona guerra mundial, ja ho hem comentat més amunt.

El canvi d'hora a què estem acostumats es va començar a generalitzar --tot i que de manera desigual-- a partir de 1974, quan es va produir la primera crisi del petroli i alguns països van decidir avançar els rellotges per poder aprofitar millor la llum del sol i consumir així menys electricitat en il·luminació. S'aplica com a directiva des de 1981 i ha estat renovada successivament cada quatre anys. En l'actualitat, el canvi horari vigent és el que s'aplica des de 1996, any en què es va acordar avançar 1 hora el rellotge l'últim diumenge de març, i endarrerir-la l'últim diumenge d'octubre en comptes del setembre.

Des de l'aprovació de la Novena Directiva, pel Parlament Europeu i Consell de la Unió, el gener de 2001, aquest canvi horari es ve aplicant amb caràcter indefinit. Aquesta Directiva està incorporada a l'ordenament jurídic espanyol pel Reial decret 236/2002, de l'1 de març. Tanmateix, cada cinc anys, la Comissió ha de publicar en el Diari Oficial de les Comunitats Europees un comunicat que inclogui el calendari de dates de principi i fi del canvi de l'hora oficial d'estiu-hivern per als cinc anys següents.

Què us en **semblen**, afirmacions com les següents?

*“El cas és que Espanya tot d'una i quan menys ens ho esperàvem, vol canviar l'hora. Diuen que d'aquesta manera ens llevarem més aviat i ens retirarem a les nostres habitacions també més d'hora, sempre respecte a la declinació solar. Fins aquí res a dir perquè la prudència aconsella no discutir mai les obvietats. El que passa és que*

*la una en comptes de fer-ho a quarts de tres o les tres i que soparem a l'hora de berenar, om fan els europeus i els turistes del passeig de Gràcia.”*

Extret de *El Punt/Avui* del 5 d'octubre del 2013:  
<http://www.elpuntavui.cat/noticia/article/7-vista/8-articles/682134-canvi-dhora.html>

*“La mesura, afavorida per experts i per la Comissió Nacional per a la Racionalització d'Horaris Espanyols persegueix ajustar el nostre rellotge biològic, adequant el cicle solar diari a la seva latitud horària més convenient, amb la finalitat de transformar usos i costums, dormir més i obtenir millor rendiment en una agenda quotidiana que ve marcada, especialment, per l'hora -tardana- en què esmorzem, sopelem i dormim.*

*La hipotètica introducció d'aquesta variació no afectaria de cop el ritme de vida dels espanyols, perquè a aquestes altures entenem com a normal, formant part d'una certa cultura del país, que es donin, i tard, extensos àpats al migdia, que s'arribi a casa entre les nou i les deu de la nit, que el prime time televisiu comenci a aquesta hora (i no a les vuit com a la resta d'Europa) i que un percentatge altíssim de programes s'estenguin fins a mitjanit. Per no parlar de segons quins horaris futbolístics. Costaria canviar mentalitats, però sense el traspàs estatal al fus del meridià de Greenwich, qualsevol iniciativa que pretengui la conciliació de la vida laboral, la personal i la familiar, i que racionalitzi els horaris, sembla que està condemnada al fracàs.*

*També haurien d'intervenir en l'ajust i la revolució en els hàbits (certament ancorats en la mentalitat espanyola) les escoles, les empreses, la mateixa Administració, les televisions i una conscienciació ciutadana que contemplés, en l'adequació del rellotge biològic, una manera més sensata de viure i treballar, tal com prediuen els experts i en la línia d'una llei de conciliació que permeti aprofitar més bé el temps, aconseguir una productivitat més gran i gaudir més de l'oci i la família.”*

Extret de *El Periódico* del 30 de setembre de 2013:  
<http://www.elperiodico.cat/ca/noticias/opinio/canvi-dhora-costums-2706460>

*“Independientemente del cambio de hora, el IDAE [Entidad Pública Empresarial del Ministerio de Industria, Turismo y Comercio] recomienda que todos los ciudadanos contribuyamos al ahorro de energía haciendo un uso inteligente de la iluminación en nuestros hogares: seguir determinadas pautas puede permitirnos, sin renunciar al confort, ahorrar hasta 100 € al año, además de evitar emisiones contaminantes a la atmósfera.”*

Extret de Afines: [http://afines.com/cambio\\_horario\\_verano\\_invierno/](http://afines.com/cambio_horario_verano_invierno/)

Per si algú vol començar a posar fil a l'agulla, **animem a tothom reflexionar-hi** i, ja des d'ara, us convidem a enviar les vostres reflexions per escrit de cara a endegar la secció **El Cafè** del proper número de la revista, que apareixerà, si fa o no fa i si no hi ha res de nou, al voltant del canvi d'horari que anomenem d'estiu, però que es produeix no gaire més enllà de l'inici de la primavera.



Hola companys i companyes, som un grup **d'alumnes de català inicial de l'escola d'adults de Can Deu.**

Voldríem presentar un **menú** per les festes de **Nadal** fusionant algunes de les diferents **cultures** que hi ha a la nostra classe.

Desitgem que us agradi.

**Bones festes!!!**

**PRIMER PLAT**

Ceviche (Perú)

**SEGON PLAT**

Cuixa o espatlla de xai (Catalunya)

**POSTRES**

Pa dolç argentí (Argentina)

**Bon profit !!!**

## **CEVICHE**

(per a 4 persones)

### **INGREDIENTS**

1 kg de peix blanc  
1 rocoto  
3 dents d'all  
3 moniatos  
1 branqueta de coriandre  
12 llimones  
½ quilo de cebes  
½ quilo de iuca  
1 llauna de blat de moro  
4 fulles d'enciam  
Sal  
Pebre



### **PREPARACIÓ**

Es talla el peix en quadradets, després es renta amb aigua i sal, s'esbandeix diverses vegades. S'acomoda en un bol i s'empolvora amb sal, espremer les llimones; afegir i remenar bé el coriandre picant, els alls mòlts, el pebre i el rocoto. Per últim, la ceba tallada a la ploma prima, deixar macerar una hora, servir acompanyat amb enciam, blat de moro, iuca i moniato.

Maria, PERÚ

## **CUIXA O ESPATLLA DE XAI**

(per a 6 persones)

### **INGREDIENTS**

2 espatlles de xai ( o 2 cuixes )  
1 ceba  
1-2 pebrots verds  
3 pastanagues  
4 grans d'all  
½ got de cervesa  
1 cullerada de farina  
Oli d'oliva, sal i pebre negre



### **PREPARACIÓ**

1. Tallem 4 grans d'all en làmines i els daurem a la paella. Piquem la ceba, els pebrot verds i les pastanagues i ho ofeguem. Salpebrem, escalfem, afegim la farina i ofeguem.
2. Aboquem la cervesa, tapem i ho coem durant 5 minuts.
3. Triturem les verdures amb la batedora i ho reservem.
4. Salpebrem la carn i la daurem a foc fort, incorporem la carn i el suc a l'olla a pressió.
5. Col·loquem la tapa i ho cuinem durant 20 minuts.

***Nota:*** Cal tenir en compte que hem de partir la cuixa com l'espatlla en dos per posar-la a l'olla .

Fina , SABADELL



## **PA DOLÇ ARGENTÍ**

### **INGREDIENTS**

#### **Massa prèvia:**

- 20 grs. de llevat fresc
- 100 cl. de llet
- 1 cullerada de sucre
- 125 grs. de farina

#### **Massa:**

- 400 grs. de farina
- 5 grs. de sal fina
- 15 grs. de llevat fresc
- 100 grs. de sucre
- 5 rovells d'ou
- 125 cl. d'aigua
- 1 culleradeta i mitja d'essència de pa dolç o aigua de tarongina
- 140 grs. de mantega
- 1 cullerada de ratlladura de taronja
- 300 grs. de fruites seques (nous , ametlles i panses)
- Mig got de conyac per remullar les fruites seques.

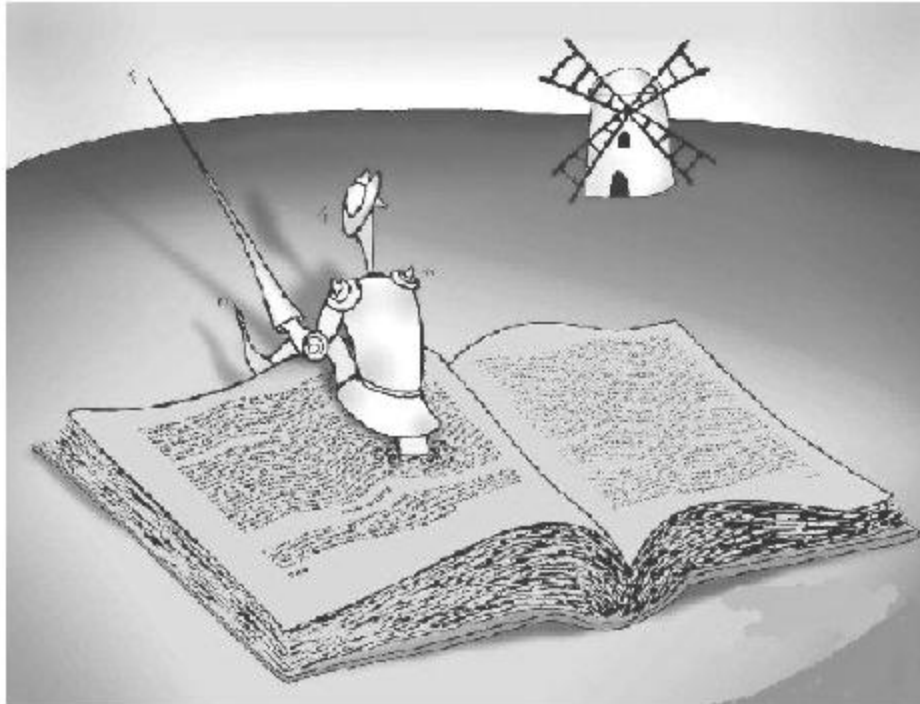


### **ELABORACIÓ**

Remullar les fruites seques amb el conyac diluït amb una mica d'aigua. Això aporta la humitat al pa dolç.

1. Massa prèvia: barrejar el llevat amb la llet tèbia, la cullerada de sucre i la farina. Deixar llevar per 30 minuts aproximadament.
2. Massa: tamisar la farina i la sal. Fer una corona i al centre posar la massa prèvia , el llevat , el sucre , els rovells , l'aigua, l'essència o l'aigua de tarongina i la ratlladura de taronja. Formar una massa i pastar bé. Incorporar la mantega fins a integrar bé. Quan la massa es desenganxi de la taula, deixar llevar 30 minuts.
3. Desgasificar , incorporar la fruita seca i deixeu llevar el doble. Desgasificar una altra vegada i dividir en tres pastes de 500 grs., Col·locar en motlles de pa dolç de paper o de silicona i deixar novament llevar.
4. Pintar amb rovell d'ou batut , fer un tall en forma de creu amb un ganivet.
5. Posar-ho al forn a 180 Cº de 35 a 40 minuts.
6. Un cop fred es pot decorar amb glacejat o xocolata fosa.

Laura, ARGENTINA



# Racó Literari

## **EL PIRATA JOHN**

El pirata John té una història una mica estranya, pel que vaig sentir. M'agradaria narrar-la.

Un dia molt llunyà —no recordo la data exacta, però crec que no té gaire importància—, va començar a córrer la veu que John el Pirata havia estat un home que havia tingut una bona vida, fins que algú es va ficar amb l'amor de la seva vida i li va prendre les seves terres, les poques possessions que tenia.

Va ser acusat de traïdor a la corona. Els representants de la llei van intentar agafar-lo. Un bon amic li va facilitar la fugida.

Va ser vist fugint en direcció al port i pujant en un vaixell --amb destinació al nou món, els darrers viatges. El vaixell va ser enfonsat al Mar del Carib per pirates de la zona i es creu que John va morir...

En realitat, es va convertir en un perillós pirata: vaixell de la corona que veia, vaixell que saquejava i enfonsava.

Crescencio Madrigal Gómez  
GES I Matí





### **TRES MINUTOS...**

Compañero, amigo, confidente... ja, ja... ¡Qué más da!

Después de tres años intentando que no nos rozara el mismo aire en los pasillos del trabajo. Qué más da, cuando las energías piden estar juntas: no hay nada ni nadie que pueda con ellas. Cuando dos personas intentan sobrevivir con la vida que han escogido, ¿por qué siempre aparece algo o alguien que te hace tambalear, que hace que tus principios y tus pilares tiemblen...? Una pregunta tonta, porque no hay una respuesta. Es evidente que el universo, o lo que quiera que sea, es sabio o burlesco, pero juega con las personas como si de marionetas se tratase. Es difícil saber el turno que no es el tuyo, porque sin quererlo te impacientas. No debería tener estos sentimientos aquí plasmados, pero es algo ilógico el negarlo cuando simplemente los piensas. Lo que realmente es preocupante es el mañana, pero como dijo un sabio filósofo, vive el presente y el mañana ya llegará.

No quisiera, pero es inevitable el pensar en el día que nos volvamos a cruzar. Ese cruce de miradas es un poco atrevido, el preguntar "¿Qué tal estás? ¿cómo está la familia? ..." - bufff... upps... - "Un momento, que me suena el teléfono..."

Después de la conversación, se me inundan los ojos, al saber que alguien sufre y que dentro de ese sufrimiento está mi nombre. No me lo puedo creer, el sentimiento de vacío y dolor que inunda mi cuerpo ahora mismo... ¡Si yo lo llego a saber! No quiero ser la culpable de ninguna ansiedad, ni para bueno ni para malo. Cómo la vida se complica a veces y lo que te parece un momento placentero y feliz se convierte en algo angustioso e indomable. ¡Cómo se ríe de nosotros eso que llaman destino!

Tenía que ser algo sin contraindicaciones, y sin embargo, se ha convertido en algo muy parecido a lo que llaman infierno. ¿Qué haría yo para remediar lo que se ha estropeado en tres minutos? ¿Quién soy yo para decidir lo que está bien o mal? ¿Quién tiene tanta habilidad para manejar así, de ésta manera, nuestros hilos?... Me puedo jurar y perjurar que nunca antes me había encontrado en esta situación. Necesito hablar, necesito saber el por qué de tantas cosas inoportunas en mi vida. Me gustaría tanto, tanto haber nacido con un manual de instrucciones... Claro que muchas otras cosas no tendrían validez ninguna, pues ya estaría todo estudiado. Otra alternativa sería tener una bolita de cristal, sólo para poder detectar las cosas malas, o, simplemente, saber cuándo no debes hacer daño a los que quieres. ¡Muy importante, esto último!

Bueno, para ir despidiendo las palabras de mi alma, sólo necesito verte y describirte en dos líneas lo que realmente significas en mi vida. Claro que, lo más importante de todo esto, es que tú estés bien, y que ésta, nuestra relación, no la deterioren los últimos y fatídicos tres minutos. Te necesito como antes, fuerte e infalible, como tú eres por fuera y por dentro. No quisiera que después de lo sucedido cambiaras y te volvieras vulnerable e inconscientemente te fueras apartando de mi pequeño mundo junto a ti, nuestro trabajo. Los dos necesitamos correr un tupido velo respecto a lo sucedido y volver con nuestras vidas, que es realmente lo que nos llena de vitalidad y energía. Debemos retomar nuestros caminos, y sin más preámbulos... hasta luego... y, cómo no, muchos besos.

Nati García  
GES II Matí

## **PASSATS ELS ANYS**

Fa un fred que pela. És clar, en ple febrer és el que toca. Estic palplantat al carrer Espriu esperant que el semàfor es canviï a verd. Els meus ulls ho veuen tot però no miren res en concret, fins que s'aturen en una silueta que és a l'altra vorera, enfront meu. L'he conegut de seguida, i això que han passat 15 o 16 anys, pel cap baix. L'he repassat de cap a peus. No li trec l'ull de sobre travessant la calçada. És la Sra. Joana Casademunt, la meva excap a la primera empresa on vaig treballar 8 anys, "PUBLICITAT CASADEMUNT".

La seva elegància no s'ha perdut amb el temps, sempre havia estat curiosa amb la manera de vestir, per a mi un xic massa austera, suposo que per transmetre més autoritat entre aquell grup de nois i noies *vint-i-anyers* que treballàvem a l'empresa. Camina amb petjades segures com quan era jove; a la feina comentàvem que el seu moviment transmetia l'eslògan "AQUÍ SÓC JO". El seu rostre, solcat per arrugues incipients, ni abans ni ara reflecteix cap emoció.

Ella no se n'adona, tot i que les nostres mirades coincideixen quan ens creuem. En són molts, 15 o 16 anys! A més, ara, la meua cara està mig amagada entre una barba copiosa, necessària per a la nova feina que faig. Porto un barret que m'aixopluga cap i orelles i vaig amb texans i una parca. Abans sempre amb *traje*. Com que el tenia d'avorrit, va ser un alliberament en canviar de treball.

Aquestencontre casual em fa venir al cap tot de situacions viscudes a "PUBLICITAT CASADEMUNT" que em van ajudar a madurar com a persona i on vaig aprendre tàctiques i estratègies que després he aplicat a la meua vida.

El darrer curs d'universitat, vaig passar-lo a Anglaterra, amb una beca Erasmus, treballant per a la BBC, on vaig desenvolupar el meu projecte fi de carrera, després vaig prendre'm un any sabàtic, i vaig feinejar al departament de màrqueting de la Volkswagen... a Alemanya. En tornar, el meu domini d'aquests idiomes era fabulós. Em sentia cofoi del meu currículum i molt pagat de mi mateix.

Aviat vaig entrar a PUBLICITAT CASADEMUNT. Passats un parell de mesos, la meua cap em va encomanar l'elaboració de la campanya per a la TV del sabó per a rentadores BLUME... Estava content, il·lusionat, ara tenia ocasió de demostrar la meua vàlua. Només vaig trigar una setmana en tenir-la enllestida.

Vaig presentar i defensar el projecte a la Joana davant de tots els companys i companyes del meu departament. En acabar, el silenci s'estenia per aquella habitació, el rostre de tots els presents reflectia sorpresa i els seus ulls, desconcert i un to burleta. No entenia res! De cop i volta, la veu greu i poderosa de la meua cap va vomitar:

- Mai, en els anys que porto de publicista, havia vist una campanya tan fora de lloc i dels temps en què vivim. Sembla que siguem als anys 40. Ets un carca! Et dono dos dies per arreglar aquest nyap; si no m'agrada, t'acomiaré.

Vaig marxar, abatut i tristoi. Continuava sense entendre res! Què volia aquella dona? El més normal, si parlàvem d'un sabó per a rentadora, és que sortís una mare, a la cuina de casa seva, guaitant la samarreta superbruta de futbol del seu fill, explicant les excel·lències del "BLUME". En obrir la porta de casa, la meua muller, la Júlia, exclamà:

- Amor meu, què ha passat que vens tan tard? No recordes que tinc el sopar mensual amb les amigues? La Maria ja és al llit i espera que li expliquis el conte. No li teatralitzis gaire, limita't només a llegir, perquè si no, després, està tan esverada que no pot dormir i llavors passem tu i jo la nit del lloro. *Carinyo*, la roba del cove, posa-la a la rentadora i tira-li un potet del nou detergent BLUME... Vaig comprar-lo sense parar esment a la marca i ara n'estic molt satisfeta. Deixa la roba com una patena, abocant una flaire de flors silvestres i,

a més, és respectuós amb el medi ambient perquè no conté ni sulfits ni nitrats. A partir d'ara, només BLUM... Per cert, com ha estat la presentació?

- Malament. La *jefa* me l'ha tirat a les escombraries i si en un parell de dies no la refaig i no la complau em despatxarà- li contesto.

- No t'amoïnis, xato. Segur que te'n sortiràs. Tu vals molt!- em respon. I estampanant-me un petó de pel·lícula a la boca marxa tota cofoia cap al carrer.

Em quedo pensatiu, fins que al meu cervell se m'obre una llumeta:

- Ja està! Ara ho entenc tot! Tenia raó la Joana, en titllar-me de reaccionari.

Passats els dos dies vaig presentar el nou treball, còpia exacta de l'escena que vam protagonitzar la meva dona i jo. En acabar, tots em van felicitar. La meva cap em va etzibar: A tu noi, cal esperonar-te, per treure't el millor. Felicitats!

Si ella sabés...- vaig pensar.

A partir de llavors, les nostres relacions laborals van anar *viento en popa*.

Ara jo no hi treballo, allí. Faig d'actor, que és el que sempre vaig voler, i no em puc queixar, entre sèries de TV, alguna pel·li o obra de teatre em guanyo decentment la vida.

Per cert, la meva filla Maria estudia a la universitat i es torna boja pel món publicitari. Mostra qualitats. Segur que se'n sortirà!

Ui! Amb les meves cabòries he alentit el pas i arribaré tard a l'assaig:

- Som-hi, Pep, accelera!

Tere Massagué Arasa  
Anglès 3 Tarda





## Sota la palmera

### **HOMELAND (SERIE DE TELEVISIÓN)**

**Homeland** es una serie de drama/thriller, desarrollada para la televisión estadounidense, basada en la serie israelí *Hatufim* (traducción al español: *Secuestrado*), que se emite en España en el canal Cuatro los martes por la noche.

La serie sigue a Carrie Mathison (Claire Danes), una oficial de operaciones de la CIA que, después de realizar una operación no autorizada en Irak, es puesta en régimen de prueba y reasignada a un centro de contraterrorismo de la CIA en Langkey (Virginia).

Mientras ella estaba llevando a cabo la operación en Irak, fue advertida por un activo que un prisionero de guerra estadounidense se había unido al grupo terrorista Al-Qaeda. El trabajo de Carrie se complica cuando su jefe, el director del Centro de Contraterrorismo David Estes, llama a Carrie y sus colegas a una reunión de emergencia. Es entonces cuando Carrie se entera de que Nicholas Brody (Damian Lewis), un sargento de los Marines de EEUU que había sido considerado como desaparecido desde 2003, ha sido rescatado durante una incursión de la Delta Force en un puesto perteneciente a integrantes del grupo terrorista de Abu Nazir.

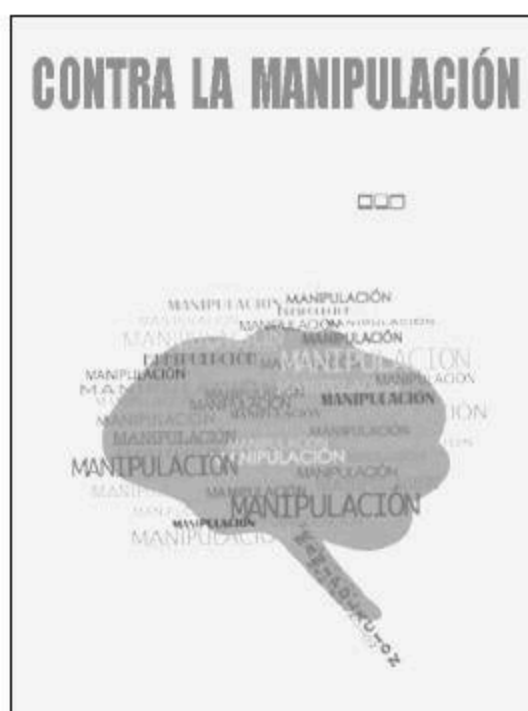
Carrie llega a creer que Brody es el prisionero de guerra estadounidense del que su activo en Irak estaba hablando. Sin embargo, el gobierno federal y sus superiores en la CIA consideran a Nicholas Brody como un héroe de guerra. Al darse cuenta de que sería casi imposible convencer a su jefe, David Estes, de poner bajo vigilancia a Brody, Carrie se acerca a la única persona en quien puede confiar, Saul Berenson. Los dos deben trabajar juntos para investigar a Brody y evitar otro ataque terrorista en suelo estadounidense.

Esta serie, a mí personalmente, me ha impactado por lo bien hecha que está y por cómo van evolucionando los principales protagonistas; por ejemplo, cómo la familia de Nicholas Brody reacciona después de seis años sin verle y habiéndole dado por muerto, o cómo Carrie Mathison lleva su enfermedad mental hereditaria y que tiene que ocultar para no perder su trabajo en la CIA.

José Manuel Benítez Píriz  
GES II Matí



## **CONTRA LA MANIPULACIÓN**



Mitjançant un polifacètic alumne del centre amb un ventall ampli d'inquietuds, Juan García --qui comparteix drets d'autoria amb l'autor principal del text, Josep M. R.--, he gaudit de la confiança de poder seguir de prop els darrers temps de la gestació d'aquesta obra rigorosa, diàfanament clara, senzillament valenta, ja iniciada abans de la crisi actual i finalment autopublicada en suport paper el juny del 2013. Porta per títol *Contra la manipulación*, tota una declaració d'intencions que, de manera molt natural i lògica, determina l'estructura del llibre: "I. El cerebro", "II. La manipulación", "III. La ética" i "IV. La educación".

*"El tema principal de este libro es la manipulación, pero ¿quiénes son realmente los grandes manipuladores? En realidad son pocos y vamos a llamarles X."*

A diferència del que habitualment acostuma a succeir en aquesta secció de la nostra revista, aquest cop jo us voldria recomanar ferventment una lectura de no ficció amb una palesa vocació divulgativa que connecta amb la realitat actual com no es devien ni imaginar els escriptors --i, tanmateix, segur que van intuir intensament-- quan van començar amb el projecte.

*"En nuestra época de tecnología avanzada, el riesgo más grande para las ideas y la cultura llegará a través de un enemigo de rostro sonriente, y no de un adversario que inspire odio y terror. Nuestra sumisión y el control de nuestras mentes no se conquistarán por la fuerza, sino a través del deseo, por nuestras ansias de placer".*

Aldous HUXLEY

*"Creo, sinceramente, con ustedes, que los establecimientos bancarios son más peligrosos que los ejércitos permanentes y que el principio de gastar dinero para ser pagado por la posteridad, bajo el nombre de la financiación es, sin embargo, una estafa futura a gran escala". (...)*

Thomas JEFFERSON

Una lectura seqüencial escassament de 126 pàgines --presidides per la simplicitat expositiva-- et pot enganxar de tirada --tant o més que una apassionant novel·la-- des de la primera cita, d'A. HUXLEY --la qual precedeix una il·lustradora introducció-- fins passada la darrera, del tercer president dels EEUU T. JEFFERSON (1743-1826) --per encapçalar l'epíleg --, i fins a arribar a la selecta bibliografia que ha nodrit cada part de l'obra.

En canvi, si una tendència --ben espontània-- et porta a passejar-hi la vista i a fer-ne "tastets" abans d'abordar-ne una lectura més sistemàtica, hi trobaràs, a més de 9 quadres sinòptics perfectament abastables a un cop d'ull --com, per exemple, el núm. 6, de "Comparación entre discursos persuasivo y convincente"--, epígrafs tan suggerents i prometedors --des del meu punt de vista, esclar-- com ara "Del Club Bilderberg a la Trilateral", "Condiciones previas a una educación ética" o "Tendencia al afecto y a la solidaridad".

Gràcies a la generositat del Juan, malgrat que en van fer una tirada reduïda, d'aquí a poc n'hi haurà disponibles un parell d'exemplars a la biblioteca de l'escola.

Gemma Trias Gilart  
Mestra



### **LA CATEDRAL DEL MAR**

Hola, estimats lectors,

M'agradaria recomanar-vos l'últim llibre que m'he llegit perquè em va enganxar des del seu primer capítol.

Té una gran barreja d'història i ficció, ubicada a la Barcelona del segle XIV, on els estatus socials eren molt diferenciats. El ric era molt ric i el pobre, molt pobre. L'església ocupava un paper molt important.

El títol és *La Catedral del Mar*, de l'autor Idelfonso Falcones.

Aquesta catedral fou construïda gràcies a l'esforç d'homes voluntaris que carregaven les pedres una a una a les seves esquenes a través de tot Barcelona. Els anomenaven "els monjos del baixador".

Alhora que s'aixecava la catedral pedra a pedra també transcurria la vida dels personatges d'aquesta història.

Una vida plena d'injustícies, de maltractaments, d'indignacions, d'humiliacions i de ràbia continguda, però també envoltada d'una gran història d'amor.

Us la recomano, us enganxarà!!!

Chari Campos  
Català Inicial Tarda. Can Deu



## **CONCURSO TOP CHEF**

Este concurso de cocina, lo hacen en Antena 3 los miércoles por la noche, a las 22:30. Está presentado por Alberto Chicote, Susi Díaz y Ángel León. Éstos, a su vez, son el jurado del concurso.

El concurso consta de 3 partes:

- La primera es la prueba de fuego. Es una prueba rápida contra reloj. Conlleva mucha tensión, pues está en juego la inmunidad o algún privilegio para la siguiente prueba.
- En la prueba grupal, los concursantes trabajan en equipos o parejas. Cocinan para un público o un colectivo que decide con sus votos el equipo ganador. La tensión es grande, pues el equipo perdedor se enfrenta a la prueba llamada "la última oportunidad".
- En la última oportunidad el perdedor es eliminado. "Coge tus cuchillos y vete", le dice Chicote. Les hacen pruebas donde los concursantes tienen que demostrar sus conocimientos y talento. Son juzgados siempre por el jurado del concurso. En esta prueba se realizan, a veces, catas a ciegas, es decir, prueban los platos y deciden quién se queda y quién no sin saber qué concursante los ha realizado.

En mi opinión, es un concurso muy entretenido. Son un grupo de concursantes que se esfuerzan y lo dan todo por llegar a ser el mejor. Entre ellos hay mucha rivalidad y amistad y también algunas broncas y enfados. Cada semana lo hacen en un lugar diferente y con diferentes tipos de comensales. Esta semana habrá una guerra entre restaurantes y los concursantes cocinarán en restaurantes de verdad, con cocina real y clientes reales.

Es un concurso, en mi opinión, que relaja y entretiene. No os lo perdáis, la cosa promete.

¡Y que gane el mejor!

Ana M. del Moral  
GES II Matí



# Associació Zitzània

## ZITZÀNIA INFORMA

El passat 6 de novembre es va celebrar a l'Escola d'Adults de la Concòrdia la quarta edició de **Roba Solidària**. Aquesta proposta, que és impulsada des de l'Associació Cultural Zitzània, va sorgir des de la iniciativa d'alguns docents que van adonar-se que alguns alumnes a l'hivern no portaven roba d'abric.

Lamentablement, la situació actual requereix aquests tipus d'activitats per tal de donar suport a totes aquelles persones que més ho necessiten. Per aquesta raó, i gràcies a la col·laboració de moltes persones que van donar la seva roba, es va poder dur a terme. L'organització, que corre a càrrec de voluntaris de la Zitzània, té lloc els dies abans del repartiment: classifiquen i ordenen tota la roba adquirida gràcies a la donació, per a que estigui en condicions òptimes per a l'entrega.

Com a participant voluntària de la Zitzània, i essent aquest el meu primer any, les sensacions que vaig tenir van ser molt positives. Va ser molta la gent que es va apropar a recollir roba i vaig tenir l'oportunitat d'intercanviar paraules amb alguns d'ells/-es. El que més em va sorprendre, és que tot i la situació en la que viuen (atur, manca de recursos, etc.), no han perdut el seu optimisme ni la seva alegria. Aquesta alegria, no tan sols me la van transmetre parlant, sinó que també es reflectia a l'hora de triar la roba que s'emportaven.

Aquell dia vaig aprendre una lliçó que defineix molt bé aquest refrany popular: "No és més ric qui més té, sinó qui menys necessita per viure". Malgrat la realitat social que ens envolta i les dificultats econòmiques de moltes persones, gràcies a aquest tipus de propostes i activitats, una se sorprèn de la riquesa de personalitat, l'empenta i l'optimisme amb què l'ésser humà fa front a la vida.

En definitiva, tots/-es vàrem gaudir molt aquell dia, i segurament que tothom que va participar, tant els voluntaris com les persones que van assistir, varen aprendre les unes de les altres. Va ser una d'aquelles experiències que queden a la memòria.

Per finalitzar, donar les gràcies als participants, als membres que configuren la Zitzània, a la gent que va portar roba i a totes aquelles persones que van col·laborar perquè aquesta edició de **Roba Solidària** es portés a terme.

Animeu-vos a participar a la Zitzània en les pròximes edicions. La satisfacció personal, emocional i social que obtindreu mereixerà la pena.

Salut!

Carmen Díaz Cortés  
Associació Zitzània





Foto: Margarita Pérez Costa

*Zitzània*

CONCORDIA  
ESCOLA D'ADULTS