

L'estel

Núm. 36 GENER - FEBRER - MARÇ 2002



**CENTRE
EXCURSIONISTA
DE
CASTELLÓ**



St. PETER (Haute Forêt Noire) - Plaça de l'Església de S. Peter

Foto: Anna Bueso

EURO RANDO

Participants
de la
SASE i del
C.E.C.

— **Portada:** Vall de Chamonix.

— **Foto:** Anna Bueso.

— *Les opinions dels autors no han de coincidir necessàriament amb les del Consell de Redacció.*

- **SEU DEL C.E.C.**— C/ Isabel Ferrer, 60 - 12001 CASTELLÓ DE LA PLANA
Tel. 964 23 44 90 - Fax 964 23 21 89 - E-mail: cec@csnatura.com - Web: www.csnatura.com/cec
- **HORARI.**— Dimecres i divendres, de 20 a 21'30 hores.
- **FORMA D'INSCRIPCIÓ A LES ACTIVITATS.**— Adreçar-se al C.E.C. una setmana abans de l'activitat com a mínim. No cal ser soci per participar-hi.
- **FORMA D'ASSOCIAR-SE:** — Complimentar la fitxa i l'ordre de domiciliació bancària que se us lliurarà al C.E.C.
— Portar dues fotografies mida carnet. — Abonar la quota d'inscripció.

L'ESTEL - Núm. 36 - 2002

EDITA: C. E. C. Centre Excursionista de Castelló.

ADREÇA: C/ Isabel Ferrer, 60 - Castelló.

Tel. 964 23 44 90 - Fax 964 23 21 89.

DIPÒSIT LEGAL: CS-77-1993.

CONSELL DE REDACCIÓ: Enric Forcada, Anna Bueso,
Toni Calduch, Annie Privat, Ferran Sanchis, Paco Navarro.

COORDINACIÓ: Rosa Garcia.

IMPRESSIÓ I MAQUETACIÓ: Impremta La Gavina.

— *Aquesta revista està confeccionada amb paper reciclat 100 x 100.*

ÍNDEX

| | <u>Pàgines</u> |
|--|----------------|
| - Editorial | 1 |
| - Un dia de marxa: <i>Almedíjar - Almedíjar 2.ª part</i> .. | 2 |
| - Euro Rando | 5 |
| - El C.E.C. viatge als Alps | 8 |
| - Racó del Soci | 10 |
| - Secció Jove | 11 |
| - Activitats Previstes | 13 |
| - Programa d'activitats: <i>1r. trimestre 2002</i> | 14 |
| - Notes pràctiques: <i>Alteracions de la consciència</i> .. | 17 |
| - Passatemps i calaix de sastre (<i>Racó del Foc, etc.</i>) .. | 18 |
| - Racó Literari: <i>El Penyagolosa i l'Espadà</i> | 19 |
| - Notícies C.E.C. | 20 |

EDITORIAL

A TOTS AQUELLS QUE VOLEN VENIR AMB EL C.E.C.

Estàs llegint en aquest moment aquesta revista i veus que hi ha una excursió que t'agrada, creus que podries fer-la, és més has trobat l'excursió que sempre has somiat, pot ser que finalment has decidit canviar de vida, de prioritats i has decidit tenir cura de la teua salut física i mental i deixar de practicar el "sillon-bol" o senzillament tens més temps i vols practicar un altre esport desconegut o vols perdre la por a la convivència amb eixa natura de la qual formes part i que t'és tan desconeguda. Perfecte! en qualsevol cas, creiem que has de tenir en compte el següent.

Com a primer pas t'has apuntat a una excursió de les programades pel C.E.C. o vols apuntar-te. Bé, puix has de saber alguna cosa sobre les excursions que organitza el CENTRE EXCURSIONISTA DE CASTELLÓ:

Si véns per primera vegada, cal que sàpigues que esperem de la teua companyia una col·laboració especial en el desenvolupament d'aquesta activitat.

En segon lloc, volem que sàpigues que no som professionals de l'excursionisme. Som voluntaris per a fomentar l'amistat i col·laborar amb l'ensenyament de la natura i el medi per on anirem, per tant et demanem comprensió i tolerància en allò que no ixca tan bé com voldríem o com tu hages esperat.

L'excursió està pensada com un element de convivència, d'intercanvi i recollida de coneixements i el que ens divertim, ho passem bé i aconseguim amics i coneixements és tant una obligació nostra com teua.

Per aconseguir-ho, és molt fàcil, sols has de col·laborar amb el que voluntàriament s'ha ofert per fer de guia i adaptar el teu caràcter al general, pensar en el conjunt i no elevar allò anecdòtic a la categoria de bàsic.

No busques resposta a totes les preguntes d'organització que passen per la teua imaginació: no som una agència de viatges ni ho volem tenir tot previst. Som partidaris de les sorpreses i de vegades ens queden coses al calaix.

Com que no som adivins, no podem contestar-te a la famosa pregunta: creus que jo estic preparat per a fer aquesta excursió? o l'altra: creus que m'eixiran ampolles als peus? Això sol ho sabràs si véns i tens interès a descobrir les teues possibilitats.

Si no estàs disposat a deleitar-te amb el sabor de l'imprevist, si no eres una persona activa i amb esperit de sacrifici, si no eres una persona amb ganes de conèixer coses i viure l'aventura de descobrir les teues possibilitats, si no estàs per la convivència i la col·laboració, o no t'importa pagar molt més a canvi de tenir totes les seguretats i comoditats que la ciutat i ta casa et dóna, pensa que aquesta pot no ser una activitat que es compagina amb el teu caràcter; potser tu busques alguna cosa que nosaltres, amb tots els respectes, no estem disposats a ser: una agència de viatges "d'aventura".

PACO NAVARRO

Concesionario Oficial **olivetti**



J.M. Forcada, s.l.
Suministros y Mantenimiento Oficinas

Avda. Hnos. Bou, 7 - 12003 CASTELLON - Teléfono 964 22 26 00 - Fax 964 23 01 90

UN DIA DE MARXA

ALMEDÍJAR - ALMEDÍJAR

Per Ricardo Català

2.^a PART:

COLLADO D'IBOLA - ALMEDÍJAR

TEMPS

PARCIAL TOTAL

00.12' 03.01'

Dotze minuts ens separen de la collada de *Ibola*, punt de creuament en el nostre recorregut amb altres S.P.R. i amb la carretera que uneix Aín amb *Almedíjar*.

De quasi tots coneguda és la bonica senda entre pedregars que ens porta des d'aquesta collada al pic *Espadà* per la solana en uns 55 minuts o dels dos itineraris que baixen (direcció est) cap a Aín, el seu castell i la font de *Noguerales*.

Nosaltres prendrem des d'ací la pista que en ziga-zaga descendeix per l'altre costat de la carretera. És un descens vertiginós al principi, que en uns 10 min. ens transporta fins l'entrada d'un camí a l'esquerra (justament uns 50 metres abans que la pista comence en la corba següent a

canviar lentament de pendent i a pujar cap a la collada de la *Mujer*).

En uns 4 minuts (i deixant uns ametllers a la dreta) travessem el barranc i s'inicia una superba senda.

00.14' 03.15'

Aquest xicotet barranc travessat s'uneix uns metres més avall amb el barranc d'*Ibola*, al qual arribarem per la senda 300 metres més avall i no abandonarem fins al final de l'excursió, de manera que haurem recorregut un dels paratges de vegetació de riera més interessants del parc.

Una vegada s'accedeix al barranc d'*Ibola*, el creuarem en diversos moments fins arribar a la *Fuente Caliente*, lloc únic amb un xicotet i frondós bosc de sureres, sarses, pins i falagueres.

No hem de buscar una font –no existeix com a tal–. Es tracta de xicotets brolladors dispersos en el barranc on durant tot l'any ragen aigües ferruginoses, que a partir

d'ací donaran lloc a la característica vegetació d'aquest enclavament.

00.08' 03.23'

A partir d'aquest moment, la senda discorre a dreta i esquerra del barranc per a arribar en cinc minuts a un amagat i xicotet assut on es recullen i canalitzen les aigües que més tard minvaran la set dels xicotets bancals de regadiu, en els voltants del poble.

En els següents 12 min., la senda torna a creuar el barranc diversos cops –no ha d'importar quina de les bifurcacions cal prendre, ja que totes conduïxen aigües avall cap al mateix lloc–, així arribem a una àmplia zona, propícia per a aparcar perquè en aquest punt acaba o comença per a nosaltres un camí que tot seguit detallarem.

00.18' 03.40'

En el darrer tram recorregut, haurem pogut observar dos barrancs



Grup d'excursionistes prop de Cerro Gordo

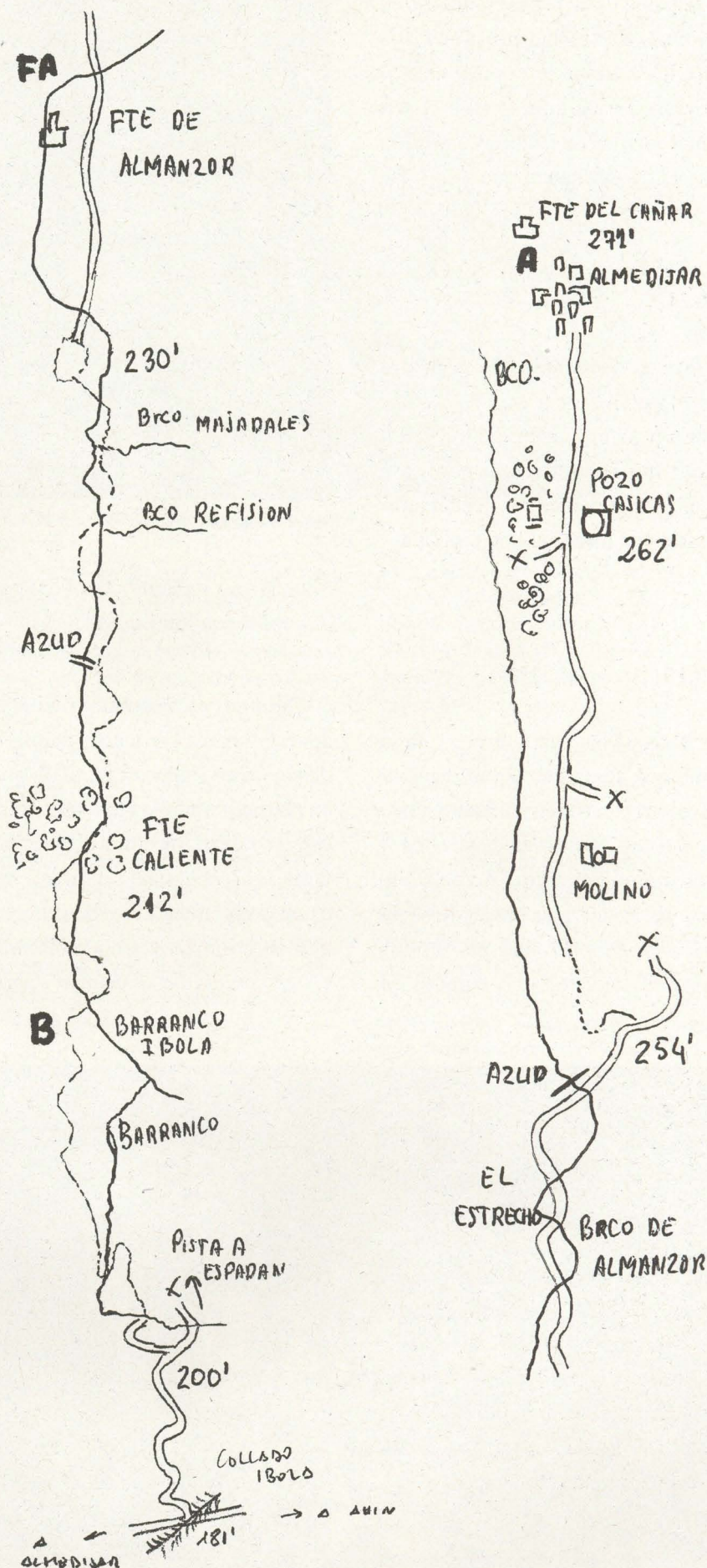
que s'uneixen per la dreta a la conca principal: són els barrancs de la *Refisión* (que té un pobre brollador en la seua capçalera) i els *Majadales*.

A uns 200 metres del començament del camí es troba a l'esquerra la famosa font d'*Almanzor* (de la qual no és possible aconseguir aigua), canalitzada juntament amb la font de Vilanova, per a abastir aigua a la població d'*Almedijar*.

Tan sols ens resta seguir aquesta pista de terra per a arribar en uns 25 min. a un assut en estat d'abandonament, el qual no fa tants anys recollia les aigües del barranc per a canalitzar-les fins la bassa i poal del molí i movia la roda que convertia el gra de blat en farina. Més tard podem visitar les seues ruïnes. Encara viu en *Almedijar* el darrer moliner coneixedor de l'ofici, que sempre està disposat a relatar-nos les seues vivències –que no van ser poques– en la dècada dels quaranta.

00.25' 04.05'

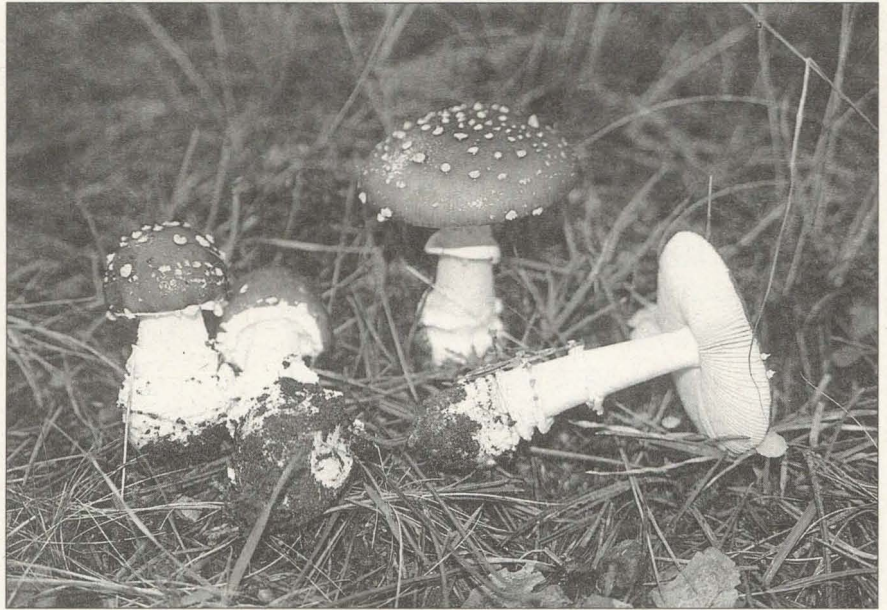
A uns 100 metres de l'assut –només en queda l'alt mur de contenció– sorgeix una senda cap a l'esquerra que es perd en un bancal d'oliveres i connecta a continuació amb el camí del molí abans anunciat, el qual ens porta novament a la pista que hem deixat, en uns 6 min. Si seguim la pista en lloc d'agafar la senda, arribarem al mateix punt però no passarem per les ruïnes del molí, del qual encara s'usa la bassa d'aigua i es troba en perfecte estat el poal.



De nou en la pista, en uns altres 5 minuts ens trobem en el pou *Casicas*, lloc condicionat com a xicoteta zona d'esbargiment amb el seu pinar i taules de formigó davant la caseta de l'esmentat pou.

00.11' 04.16'

Situats en aquest punt, estem a uns 15 minuts de la font del *Cañar*, lloc on hem començat l'excursió. En 5 minuts arribem al poble, de manera que només ens quedarà travessar-lo i tornar al lloc d'eixida.



Bolets en el barranc d'Almanzor

Foto: Ricardo Català

tots els racons acollidors i talaies d'amples panoràmiques.

00.15' 04.31'

Malgrat les quatre hores i mitja amb què a bon pas es pot realitzar el recorregut, no recomanem a ningú començar-lo si no es disposa de 6 hores com a mínim. Aconsellem dedicar una jornada per tal de poder disfrutar dels paratges per on discorre el trajecte, amb parades en

Tampoc es recomana visitar aquesta bonica serra amb paratges de somni en l'època estival, ja que en podríem treure un mal record. A causa del benigne clima de què disfruta, es recomana realitzar les excursions entre el mes d'octubre i el d'abril o maig, com a molt tard, encara que els mesos de març i abril

són els més idonis per la floració que es produeix en plantes com l'estepa (*jara* en castellà), el tomaní (*can-tueso*), etc...

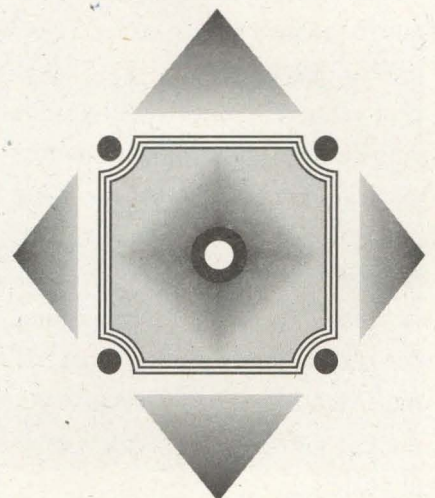
* * * * *
* * * * *
* * *



Castanyer amb 18 tronc en el barranc d'Almanzor o del Cañar

Foto: Ricardo Català

¹ N. del T. En la traducció d'aquest article s'ha optat pel criteri de respectar els topònims tal com els cita l'autor per tal de ser més fidel a la nomenclatura del text original.



EURO RANDO

FINAL D'UN PERIPLE

Tota la feina feta al voltant de les activitats que s'han dut a terme en relació a l'EURO RANDO, va tindre la seua culminació a Estrasburg l'última setmana del mes de setembre, on han confluït tots els senders i on milers de senderistes ens vàrem trobar i on vàrem participar en la festa de tots els que d'una manera o una altra han contribuït en aquest esdeveniment, compartint la passió per l'excursionisme i la natura, el respecte a l'entorn, la preservació dels paisatges, la conservació i difusió dels vells camins i senders com a un meravellós patrimoni de tots els pobles, que cal preservar.

Després de molts de treballs i maldecaps, per fi va aplegar l'hora de marxar cap a Estrasburg. N'èrem 43 persones, entre els apuntats pel CEC, per la SASE i quatre de la Federació Murciana de Muntanyisme, a més de Toni, el xofer.

Al voltant de les cinc de la vesprada vam aplegar al lloc on havíem de quedar-nos, el "VILLAGE DE TOILE IN BOERSCH".

La primera impressió ja va ser molt positiva, perquè quan vam aplegar ja ens estaven esperant amb la



Participants de la SASE i el C.E.C. en la ciutat d'Estrasburg

Foto: Anna Bueso

distribució de les tendes que prèviament jo els havia enviat des de Castelló i a més, la persona que ens va atendre (Federico) parlava castellà, la qual cosa va facilitar enormement la tasca d'organitzar l'allotjament.

Al dia següent, és a dir el 23 de setembre, diumenge, vam fer la primera de les activitats programades i que estava organitzada per dos emissores de la zona, una d'alemanya (SWR) i l'altra francesa (France Bleu Alsace) amb la col·laboració del Club Vosgien. Es tractava d'una excursió programada com una gran jornada francoalemanya i com a homenatge a tots els excursionistes que han participat en

l'Euro Rando i en aquesta activitat al llarg de totes les etapes que han tingut lloc als diversos indrets d'Europa. Es tracta de demostrar que l'excursionisme és un esport i una activitat intercultural i de convivència.

L'eixida va tindre lloc a BARR -un xicotet i molt bonic poble vinater situat molt a prop del lloc on nosaltres estàvem instal·lats- i consistia a pujar al Mont St. Odile, on hi ha un monestir i des d'on s'albirava tota la plana plena de vinyes que s'estenien pertot arreu i des d'on s'albirava també la línia que marcava el Rin, frontera natural entre França i Alemanya, i tornada a BARR. Situat als Vosges Centrals, la distància era de 14 quilòmetres i la duració prevista era de 4 hores 30 minuts. Hi van participar nombrosos excursionistes de tot arreu, hi havia alemanys, portuguesos, catalans del sud i del nord, francesos, bretons, canaris, aragonesos, murcians, nosaltres i molts més, en fi, allí ens vam trobar excursionistes de tot arreu..

El dilluns dia 24 de setembre ens tocava fer l'excursió que havien reservat per la Selva Negra alemanya. L'excursió consistia a fer un recorregut per "La Forêt-Noire" o per "Der Schwarzwald" com diuen els alemanys. El lloc d'eixida era un poble anomenat Sankt Märgen i la tornada al mateix poble; el recorregut era el següent: Sankt Märgen (890) - Kaptenkapelle (1028) Vogesenkapelle -



Al fons la ciutat de Barr, (els Vosges centrals)

Foto: Anna Bueso



Caminant pels Vosges

Foto: Anna Bueso

Sankt Peter (720) – Ibental (640) Zwe-riperg (740) – St. Märgen (890); la distància era de 15 quilòmetres i la dura-da d'unes 5 hores. Val a dir que enca-ra que el guia, el Senyor Klein, sols parlava l'alemany, més o menys ens vam entendre i vam aconseguir fer una excursió força interessant i bonica, i això que a l'eixida hi havia una boira espessa fins al terra que feia que no es vera res. Va ser una excursió que ens va permetre caminar per dins dels espes-sos boscos d'avets enormes i altíssims i acte seguit per prats d'un verd espec-tacular i en aplegar a dalt dels turons albirar a la llunyania els campanars de St. Märgen o de St. Peter. Són experi-ències i sensacions inoblidables. A St. Peter vam també poder observar com moltes cases, per suposat unifa-miliars i amb jardí, tenien adornat el seu jardí amb gnoms, figures d'animals, sènies que traïen l'aigua i feien rodar molins, donant tot junt un espectacle d'assossec, pau, tranquil·litat i placi-lesa. En fi, inoblidable.

El dimarts dia 25 de setembre ens tocava fer l'excursió progra-mada pels Vosges del Nord. L'eixida estava prevista des d'un poble que li diuen SOULTZ SOUS FORÊT i l'ex-cursió li dien "7 fontaines" encara que no sabem ben bé per què, perquè de fonts no en vam trobar gaires. En aple-gar a aquest poble ens estaven esperant els guies, un d'ells l'alcalde. L'eixida era a una granja on hi havia instal·lacions esportives situades a pocs

quilòmetres del poble i el recorregut era el següent: Cols Pigeonnier – Pfaf-fenschlick – Wiep – Marienbronn. L'ex-cursió va transcórrer –en part– per una zona militar, situada a escasos quilò-metres (4 o 5) de la famosa línia Magi-not, i segons ens van explicar, en aquell lloc estaven situades, sota terra, les instal·lacions militars que controlaven l'es-pai aeri francès i també de Centre Europa. En acabar els guies van insis-tir que els acompanyàrem amb l'auto-bús a visitar un poble molt bonic de la zona. Així ho vam fer i així ens vam poder extasiar amb la visita d'un poble meravellós, amb totes les seues cases típiques alsacianes unifamiliars ben conservades i polides. Si teniu ocasió i

alguna vegada visiteu la zona, és una visita obligada la d'aquest poble, li diuen HUNSPACH.

El dijous dia 27 de setembre es va poder fer l'excursió pro-gramada als Vosges Centrals, encara que el grup es va dividir en tres, una vin-tena se'n van anar amb l'autobús a fer l'excursió que tenia el següent recor-regut: Soultzern-Lacs: Vert / Forlet Trui-tes / Noir / Blanc / Orbey, és a dir, una excursió que tenia com a atractiu la visita de llacs de la vesant alsaciana. Els qui van fer aquesta excursió afirmen sense lloc a dubtes que va ser l'excur-sió més bonica de totes. Un altre grup, se'n van anar a vore la línia Maginot amb les instal·lacions que es conser-ven d'aquesta important construcció militar de la història recent europea i un altre grup va dedicar-se a visitar els pobles dels voltants de l'alberg, com BOERSCH i OBERNAI, que és la capi-tal de la comarca i on tenia lloc el mer-cat setmanal amb tot el centre ple de paradetes de tot tipus i després, amb tren, van anar a conèixer ESTRASBURG. Els tres grups vam tornar de les nostres respectives excursions meravellats de tot el que havíem vist. Com no podia ser menys, també aquest dia, a la nit, vam tindre un sopar per a caure de cul, enca-ra que el "chocrut" (menjar típic d'Alsà-cia fet amb col fermentada) no va ser del gust de tot el món.

El divendres dia 28 de setembre vàrem fer l'última de les excursions que havíem organitzat per



Parlament Europeu

Foto: Rosa Garcia

la nostra part i que ens havia confirmat l'organització. En aquest cas es tractava d'una excursió pels Vosges del Nord a una ciutat que li diuen WASSÉLONNE on el recorregut va ser el següent: Fuchsloch – Heidenschloss – Rotfels – Wangenbourg – Kittelfels – Freude-neck, visitant la Grotte Mencke-Cascade. La duració de la ruta era de 4 hores 30 minuts.

Al dia següent, dissabte dia 29 de setembre, l'últim dia de la nostra estada, hi havia una marxa conjunta amb tots els participants en l'EURO RANDO. Es tractava de fer una excursió que s'anomenava CIRCUIT CEINTURE VERTE, un circuit als voltants d'Estrasburg, on l'aigua era el fil conductor de l'excursió, perquè a Estrasburg hi ha una gran xarxa de canals i rius que envolten la ciutat. L'excursió tenia una longitud total de 17 quilòmetres i anàvem acompanyats d'uns guies que al llarg del recorregut ens anaven comentant els diversos aspectes de la història, l'arquitectura, l'economia i el desenvolupament de la ciutat. Al migdia estava previst el dinar a la Vila europea de l'excursionisme a Wacken. El cert és que per la nostra part vam començar el circuit tots, però a poc a poc, la gent va anar despenjant-se i després de l'hora de dinar ja no va continuar ningú, cadascú va anar a la seua, perquè ja havien quedat tots a les 8 de la nit a la porta de la catedral d'Estrasburg per anar a fer una excursió que havíem contractat prèviament amb vaixell pels voltants de la



Camins del centre d'Alsàcia

Foto: Anna Bueso

ciutat, com a últim acte de la nostra estada en aquella meravellosa Estrasburg.

Què voleu que vos diga d'Estrasburg? No hi tinc paraules per a descriure d'una manera que se m'entenga aquesta meravellosa ciutat. Sols la seua catedral i les cases i carrers dels voltants, mereixen els majors dels elogis. Però el que sí puc dir, és que la catedral és impressionant, construïda a partir del segle XI fins al XV, amb sols una torre de 142 metres d'altura i al costat de la catedral hi ha una casa que li diuen la CASA KAMMERZELL que és una obra d'art. És una escultura tota de fusta. També hi d'altres cases que

sense ser tan espectaculars com aquesta, s'han de veure, com la farmàcia del cèrvol (la farmàcia més antiga de França) o la del pati del corb, una famosa hosteria del segle XVI. Però, si a més, al cor de la ciutat hi ha barris com "LA PETITE FRANCE", l'espectacle és ja sublim. Es tracta d'un dels barris més antics de la ciutat, barri dels adobadors, cases típiques alsacianes amb grans teulades inclinades per a secar les pells. En fi, Le Corbussier va dir que "a Estrasburg l'ull no s'avorreix mai" i això és ben cert, ho hem pogut constatar i gaudir d'aquesta meravellosa ciutat.

En fi, en acabar la nostra ronda en vaixell per la ciutat, i després d'acomiar-nos de la gent de l'alberg, a les 12 de la nit iniciàvem el viatge de tornada cap a Castelló.

Gregori Dolz.

**Castelló de la Plana,
15 d'octubre de 2001**



Cap a la Selva Negra

Foto: Anna Bueso



El C.E.C. viatja als ALPS

Aquesta primavera, quan Ricardo va convocar les primeres reunions per a anar en setembre als Alps, em vaig recordar de la darrera vegada que vaig estar allí –la perfecció de les valls glacials tretes d'un llibre de geografia, els pics punxeguts, rocosos, alguns nevats, les glaceres que arriben quasi fins als pobles, la grandiositat de la zona–, i ho vaig tindre molt clar: volia tornar.

Aquests paràgrafs no seran una descripció de les rutes que vam fer, sinó solament unes impressions personals del que vam veure i com vam viure l'experiència d'estar durant deu dies un grup de vint-i-cinc persones a *La France*. Des dels molt intrèpids/des, que volien vèncer els 4.808 metres que té el Mont Blanc; fins als que volíem respirar aires frescos, veure paisatges diferents i caminar per terres noves. Tots anàvem amb expectatives diferents, però amb ganes de passar-ho bé.

Després d'eixir a les cinc de la matí a una calorosa Castelló, vam fer moltes hores d'autobús fins arribar a la nostra base en l'aldea de Les Bossons, el Chalet du Mont Blanc, típic hotel de fusta dels fulletons turístics, amb geranis en els balcons, sostre molt inclinat per a la neu, i un paisatge de fons fabulós.

El primer sopar va espantar alguns per la seua frugalitat –una ensalada, un



Grup del C.E.C. als Alps. Setembre 2001

Foto: Anna Bueso

parell de llonganisses i ¡res més!–, segur que més d'un es va gitar amb fam. El nostre amfitrió, François Marie, era del tipus de persones que en un primer moment no saps si són simpàtiques amb un xicotet tot d'ironia; o si són malhumorades, poc parladores i un poc amargades. Després d'un parell de dies vam poder averiguar que era molt simpàtic encara que poc parlador, i durant la nostra estada allí ens va tractar molt bé.

El grau de satisfacció del menjar variava un poc segons la taula que tocava. A mi em va agradar molt sobretot

les ensalades, la *tartiflette* –una sòlida massa de patates, formatge i cansalada, que donava calories per a pujar pics corrent–, i els pudents però deliciosos formatges francesos.

Tots els dies, Ricardo i Jordi –el nostre guia, una català fibrós amb anys d'experiència en els Pirineus i els Alps–, preparaven una excursió de més o menys dificultat. De vegades arribàvem al punt d'inici del recorregut amb telefèric, per a estalviar temps. Aquests recorreguts sempre tenien pujades i baixades impressionants, rigides per la

apeu



TENDA DE MUNTANYA

**¡¡ VINE EST HIVERN
A UNA TENDA
ÚNICA EN CASTELLÓ !!**

- TENDA DE MUNTANYA
- CURSOS TÈCNICS
- ESPORTS DE MUNTANYA
- BARRANCS, RAFTING,
ESPELEO...

¡¡ VIU LA TEUA AVENTURA !!

**Delegació Provincial
de Aragón Aventura**



SANTOS
VIVANCO; 2
964 254 002
-CASTELLÓ



Lac Blanc, al fons Aiguïele de Chamonix

Foto: Anna Bueso

naturallesa salvatge de la vall de Chamonix. El primer dia vam pujar fins un punt on teníem una vista de la Mer de Glace, una glacera enorme però molt més xicoteta que fa cent anys. Aquesta marxa ens va servir com a mostra del que havíem de veure durant els següents dies: núvols preciosos baix en la vall, vistes panoràmiques fins Itàlia i Suïssa, senders molt cuidats i ben marcats, varietat de colors (des del morat de la bruguera blava, fins al blau cel de l'alta muntanya, el gris de les roques contrastat amb el blanc de la neu i el verd dels prats de Heide).

En altres excursions vam pujar pel costat nord-oest de la vall de Chamonix, al Lac Blanc i La Brevent, des d'on vam veure el massís del Mont Blanc amb les glaceres i els seus pics més alts. Per a mi va ser el més espectacular de tot el viatge.

El dimarts plovia, però com que vam disposar de l'autobús tota la setmana així com del nostre simpàtic xofer Vicent, vam gaudir d'un dia turístic en Annecy (poble medieval típic francès per a menjar bé i fer fotos, mentre s'espera amb una gota de nerviosisme les previsions meteorològiques per als propers dies).

Els qui havien arribat amb la idea de pujar al cim del Mont Blanc no ho van fer tots junts: el dimecres van eixir Pasqual i Enric, al dia següent el grup de Ricardo, Vicent, Juan Carlos i les dues Amparo. Però el temps no va

acompanyar ningú, de manera que vam començar a arribar a l'hotel primer uns, després altres, físicament molt cansats, sense haver deixat la bandera del C.E.C. en el cim per culpa del fort vent, però animats i amb ganes de contar les seues aventures.

També el dimecres va ser un dia de fortes sensacions per a alguns dels qui ens vam quedar baix. Jordi ens va assegurar que la glacera de Tour i el cim Tête Blanch eren ideals per a principiants de la neu, així que vam anar a llogar crampons i piolets. Al principi es van unir uns pocs, però vam començar a animar-nos uns als altres fins que finalment vam pujar aproximadament tretze o catorze.

Una vegada, fa vint-i-cinc anys, em vaig posar crampons. Al principi no m'aclaria: el soroll grinyolant del metall contra la roca, com el guix en la pissarra, em va provocar angúnia. En el moment de posar-me els crampons, vaig recordar que no m'agradaven els esports de neu, però vam començar a pujar, i encara que no vam arribar al cim per manca de temps —ens va costar molt obrir pas en la neu fresca després de la nevada del dia anterior— vam passar com a mínim una bona estona en la glacera. Em vaig esglaïar bastant amb la xerrada que ens va fer Jordi abans de trepitjar la glacera sobre com és de fàcil matar-se en una esclatxa; però malgrat com va ser de costós, vaig baixar pensant que havia sigut una experiència molt interessant.

Un altre dia, uns altres van pujar al telefèric de l'Aiguille du Midi i van contar que també fou una experiència molt especial. Mentres tant, uns altres vam fer una excursió per l'altre costat de la vall. En fi, cadascú va fer la seua setmana a gust, però amb la convivència de les nits en el bar, la disco mòbil en la sala de ping-pong, les botelles de "pacharán" d'Alexis i Miguel i el rom d'Enric, els acudits de Ferran, i un ambient de bon humor i alegria que ens va fer divertir-nos molt. Gràcies, Ricardo.

MARY SAVAGE



Al fons Aiguïele du Dru

Foto: Anna Bueso

RACÓ DEL SOCI

No sóc res dins del Centre Excursionista de Castelló, no he anat a més de dos excursions amb vosaltres, però l'experiència amb elles ha estat més que un encert... sense conèixer només unes poques persones em vaig endinsar en un món, on tots, em van arropar. Em vaig sentir com una mena de regina dins la reconquesta del coneixement pas a pas de les nostres terres: seques, terques, aspres, grogues, polsoses... encisadores.

No conec quasi bé ningú de vosaltres... però quan llig la revista o em creuo amb passatgers de les terres, siguen o no del Centre... sembla com si un llampec em creués el cor i una mena de fred em muntés per l'espinada i l'esquena... fins al cap; aleshores, sento una calor especial als ulls i una humitat en la mirada. Em sento entre alentadora i provocadora... és com una mena de bruixeria interna, reconec el caminant que estima el camí, reconec la mirada de l'excursionista, del viatger sincer... del que visita el món amb els ulls i l'ànima i no amb la boca i la llengua.

Cada vegada que rebo la vostra publicació, aquest estel brillant, vos conec i reconec un poc tots, alguns més que uns altres, però allí hi sou tots, fins i tot aquells als que la vida se'ls ha emportat perquè penseu que a un humà mai se l'emporta la mort... no sóc creient, però crec que se'n van a una altra mena d'altra vida, potser es reencarnen amb un arbre al camí de Penyagolosa, amb una pedra de baixada cap al poblat de l'Estrella, amb la neu hivernal de Fredes, amb l'aire sec i fred dels Ports, amb el voltor que ens mira a la resta de

caminants... en definitiva, mai moren perquè formen part de la nostra vida per sempre, potser a alguns mai els he conegut... ja he fet tard, potser a molts no vos coneixeré, els camins no ens faran coincidir, però jo, sento dins meu, una mena de reconquesta d'ànimes i mirades... vos sento a vosaltres que compartiu el mateix racó meu, el de disfrutar de la terra.

Les revistes de la C.E.C. s'amuntonen en un racó, mesurat, de la meua habitació... allí estan en fotos, imatges i paraules les terres i el poble, la gent de la terra... a molts d'aquests llocs només somnio en anar, però el conèixer món no deu ser com fer una travessa... marcant llocs i més llocs... com una obsessió compulsiva. El món es coneix dins d'un mateix, el millor viatge és la nostra vida i el camí, l'esperança de retrobar-nos.

SUSANNA ANGLÉS I QUEROL



Riu Matarranya

Foto: Toni Calduch

**GAUDEIX
DEL
MUNTANYISME
FEDERA'T!**



• **INFORMACIÓ:**

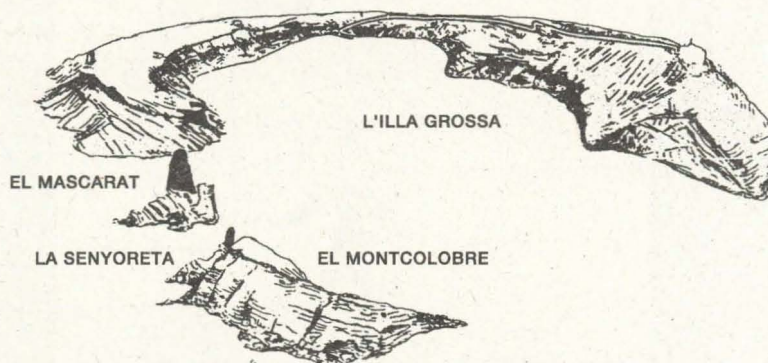
Carrer Marià Luina, 9
baixos 3 i 4

Tel.: 96 543 97 47

03201 ELX

SECCIÓ JOVE

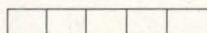
• SAPS COM ES DIUEN AQUESTES ILLES?



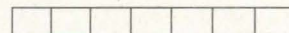
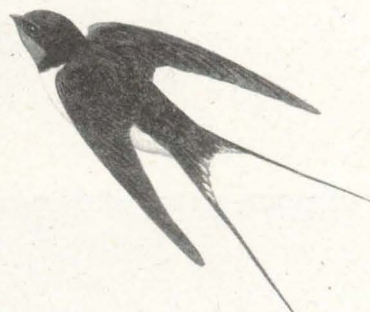
— O — U — — E — E —

• QUAN EIXIM D'EXCURSIÓ TROBEM MOLTES AUS, CONEIXEU AQUESTES?

-PREGUNTEU ALS VOSTRES PARES, O BUSQUEU EL NOM AL LLIBRE "GUIA D'AUS..." DE JOAN CASTANY (EDITAT PEL C.E.C.)



28 cm. Migrador parcial força vistós fàcil de trobar en femers i en camps de conreu regirant el terra en busca d'insectes i de larves. Nidifica en forats. No és estrany trobar-ne d'hivernants.



18 cm. Estival. Migrant transaharià que ocupa espais antròpics rurals ubicant els nius a l'interior dels habitatges. Al litoral ocupa espais periurbans i agrícoles. S'alimenta d'insectes.

PROGRAMACIÓ INFANTIL

Dia 16 de FEBRER

CRESTES DEL DESERT DE LES PALMES

-Recorregut: Convent - Coll de La Mola - Mola del Morico - Mas de Xiva - Carretera del Desert.

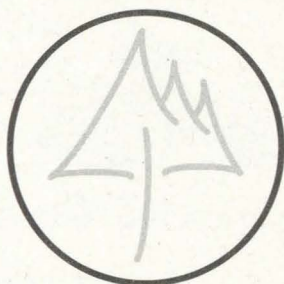
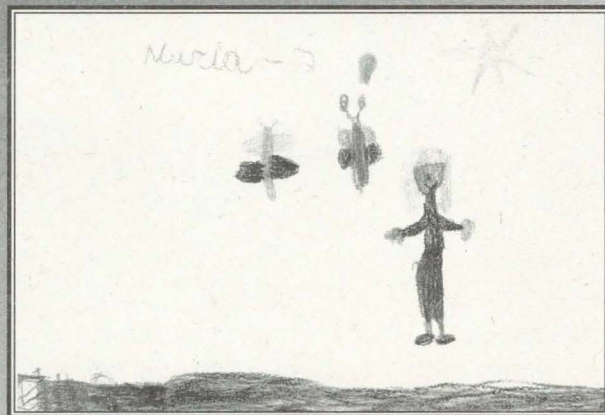
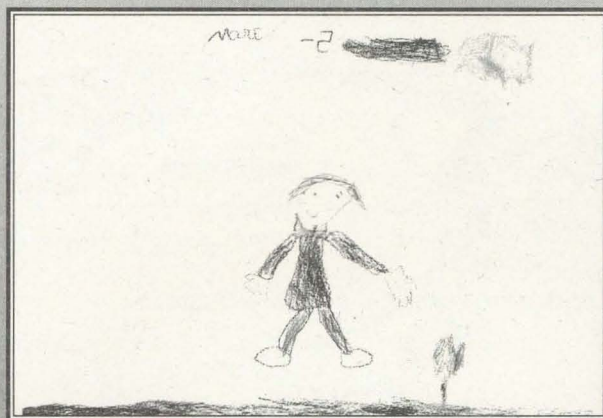
Dia 23 de MARÇ

XODOS - MARINET - SANT JOAN DE PENYAGOLOSA

-Recorregut: Des de Xodos per la pista al Pla de La Creu - Pujada al Marinet i baixada a Sant Joan de Penyagolosa.



DIBUIXOS DE L'ACAMPADA A PENYAGOLOSA



E-mail: cec@csnatura.com
En www.csnatura.com/cec
trobareu tota
l'informació del C.E.C.

e **STALKER**
creación

páginas web
diseño gráfico
multimedia
catálogos

Obispo Salinas, 6
12003 Castellón
Telf: 964 72 48 45
Fax: 964 72 48 46
info@stalkercreacion.com

www.stalkercreacion.com

**ACTIVITATS PREVISTES****GENER**

| | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | |

- ← Castelló - El Bartolo - Benicassi. ***
 ← Serra de Borriol. ***
 ← 43.^a Pujada a peu a Penyagolosa. ****

FEBRER

| | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | | | |

- ← Eslida - Eslida. **
 ← Serra d'Irta. **
 ← Serra d'Espadà. ***

MARÇ

| | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

- ← El Boixar - Rosell - Penya de Bel - Pantà de la Sènia. ***
 ← Hospital La Magdalena - Benicassi (per carena). ****
 ← *Del 28 de Març a l'1 d'Abril:*
 ← Senderisme a l'illa de La Palma (Canàries). **

SIGNES:

* Marxa de dificultat lleu.
 ** Marxa de dificultat mitjana.

*** Marxa de dificultat forta.
 **** Marxa de dificultat molt forta.

PROPERES EXCURSIONS

| | |
|-----------------------|--------------------------------------|
| <u>ABRIL 13 i 14:</u> | ALFARA DE CARLES - PAÜLS |
| <u>ABRIL 21:</u> | ARES - BENASSAL |
| <u>ABRIL 27 i 28:</u> | MORELLA - MIRAMBEL - IGLESOLA |
| <u>MAIG 4 i 5:</u> | PELEGRINS DE CATÍ A CASTELLFORT |
| <u>MAIG 11:</u> | PUJADA A PEU A PENYAGOLOSA EN UN DIA |
| <u>MAIG 19:</u> | SERRA D'IRTA |
| <u>MAIG 25 i 26:</u> | MONTSENY |
| <u>JUNY 8 i 9:</u> | ALTO TAJO |
| <u>JUNY 22:</u> | FOGUERES DE SANT JOAN |
| <u>JUNY 16:</u> | PENYAGOLOSA |
| <u>JUNY 22 i 23:</u> | UN PIC DELS PIRINEUS |

PROGRAMA D'ACTIVITATS PEL PRIMER TRIMESTRE DE 2002



Patrocinades per
l'Excma. Diputació
de Castelló

- **NOTES:** 1.- Recordem als participants que les excursions es programen per tal de fer-les en grup i no és convenient anar per lliure. Això dificulta la tasca del responsable de cada excursió, pot ser perillós en algunes circumstàncies i causar molèsties al conjunt.
- 2.- És molt convenient assabentar-se de les característiques de cada excursió abans d'inscriure-s'hi, per comprovar si es corresponen amb les possibilitats de cadascú i també per portar l'equipament adient al recorregut. En tot cas us recordem que la participació es fa assumint cada persona el risc corresponent.
- 3.- El Centre podrà introduir canvis en la programació si les circumstàncies ho aconsellen.
- 4.- Cal passar pel Centre, per a confirmar detalls, hora i lloc d'eixida i inscriure's abans de les excursions.



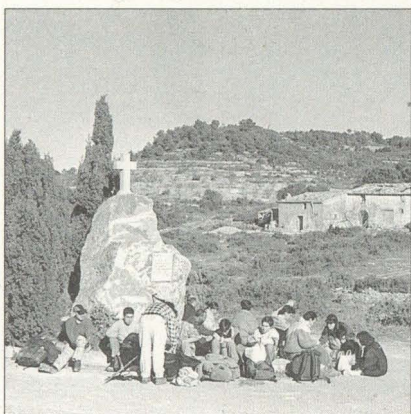
Desert 7 fonts

Foto: Anna Bueso

Dia 13 de GENER

CASTELLÓ - EL BARTOLO - BENICASSI

- **Dificultat:** ***
- **Itinerari aproximat:** Castelló - Sant Roc - La Magdalena - Mas de Xiva - Mola del Moro - Coll de La Mola - Cargol de Panxa - Pic de Panxa - El Bartolo - Font de Sant Josep - Barranc de les Agulles - Benicassi.
- **Instruccions específiques:** Portar esmorzar, dinar i bona cosa d'aigua. La tornada a Castelló es podrà fer en autobús o en tren.
- **Encarregats de l'excursió:** Manolo i Ferran Bellido.



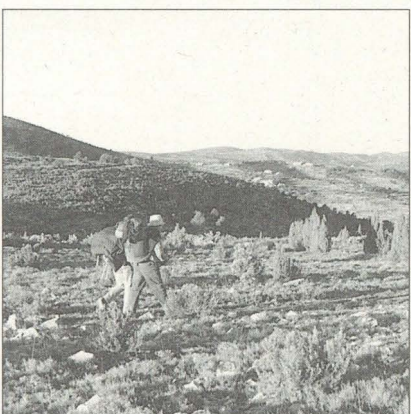
"La Pedra" Borriol

Foto: Anna Bueso

Dia 20 de GENER

SERRA DE BORRIOL

- **Dificultat:** ***
- **Itinerari aproximat:** Borriol - La Botalària - El Pensador - Barranc de les Ermites - Font d'En Ros - El Mollet - GR 33 - Mirador - Font de Sant - La Pedra - Caminells - Borriol.
- **Instruccions específiques:** Portar esmorzar, dinar i aigua.
- **Encarregats de l'excursió:** Vicent Gimeno i Enric Forcada.



Dalt del Corral Blanc

Foto: Anna Bueso

Dies 25, 26 i 27 de GENER

43.^a PUJADA A PEU A PENYAGOLOSA

- **Dificultat:** ****
 - **Eixida:** Totes les eixides es faran de la plaça de Sant Roc. -*Primera:* Dia 25 a les 8 del matí. -*Segona:* dia 25 a les 7 de la vesprada. -*Tercera:* dia 26 a les 8 del matí.
 - **Tornada:** Hi haurà autobusos des de Sant Joan. Us n'informaran al Centre quan feu la inscripció.
 - **Itinerari aproximat:** GR 33, Sender de la Lluna Plena.
 - **Instruccions específiques:** Es podrà sopar a les Useres les nits del 25 i 26 i dinar a Xodos el dia 26. Els acompanyants podran pujar el diumenge dia 14 amb un dels autobusos i passar el dia a Penyagolosa.
 - **Consells específics per a la marxa:** Cal portar sac de dormir, estoreta, esmorzar i dinar per al primer dia, roba d'abric, aigua i capalina. Es recomana portar roba de recanvi. A les Useres i Sant Joan es pot comprar menjar.
 - **Encarregats de l'excursió:** Paco Navarro i Gori Dolz.
- NOTA: El darrer dia per a inscriure's serà el 18 de gener.



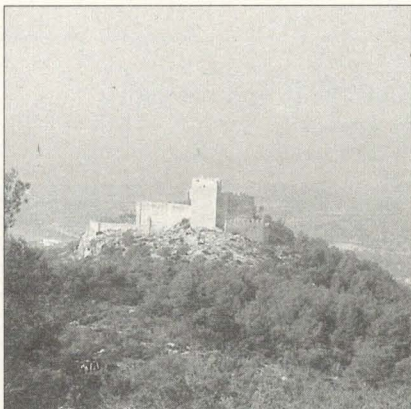
Font Matilde

Foto: Anna Bueso

Dia 3 de FEBRER

ESLIDA - ESLIDA

- **Dificultat:** **
 - **Itinerari aproximat:** Eslida - Aín - Coll de Barres - Pinar del Retor - Alt de l'Aljub - Xòvar - Nevera de Fondegulla - Castell de Castro - Coll Roig - Eslida.
- Es tracta d'una excursió de dificultat mitjana. Les pujades són curtes, però el recorregut és llarg. La durada aproximada és de 7 hores. Per tant, cal estar ben preparat físicament.
- **Instruccions específiques:** Cal portar aigua, esmorzar i dinar.
 - **Encarregat de l'excursió:** Salvador García.



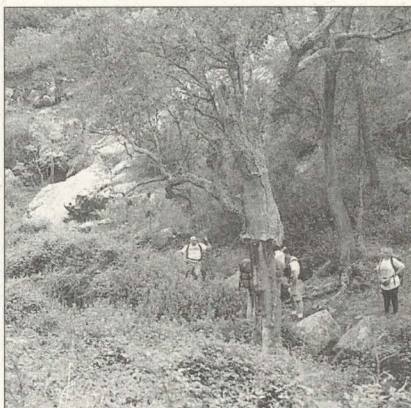
Castell de Polpís (Serra d'Irta)

Foto: Anna Bueso

Dia 10 de FEBRER

SERRA D'IRTA

- **Dificultat:** **
 - **Itinerari aproximat:** Santa Magdalena - Castell de Polpís - Ermita de Sant Antoni - Mas del Senyor - Despoblat d'Irta - Pebret - Torre de l'Abadum - Peníscola.
- Aproximadament 14 Qm.
- **Instruccions específiques:** Cal portar esmorzar, dinar i aigua.
 - **Encarregat de l'excursió:** José Fuentes Fuster.



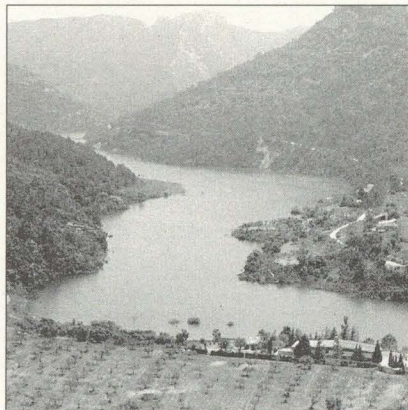
Vall de la Mosquera

Foto: Anna Bueso

Dies 23 i 24 de FEBRER

SERRA D'ESPADÀ

- **Dificultat:** ***
 - **Itinerari aproximat:** -Primer dia: Fondegulla - Eslida - Xòvar - Almedíjar. (Aproximadament 7 hores de marxa efectiva). -Segon dia: Almedíjar - Vall - Algimia - Villamalur - Suera. (Aproximadament 6,5 hores de marxa efectiva).
- El recorregut aproximat és d'uns 22 Qm. cada dia per pistes i per senders.
- L'excursió es pot considerar de tipus mitjà-alt.
- **Instruccions específiques:** Cal portar esmorzar, dinar i aigua. Està previst sopar i dormir a l'Alberg La Surera i no caldrà sac. En Almedíjar es podrà comprar menjar per al diumenge.
 - **Encarregat de l'excursió:** Ricardo Català.



Pantà d'Ulledecona

Foto: Anna Bueso

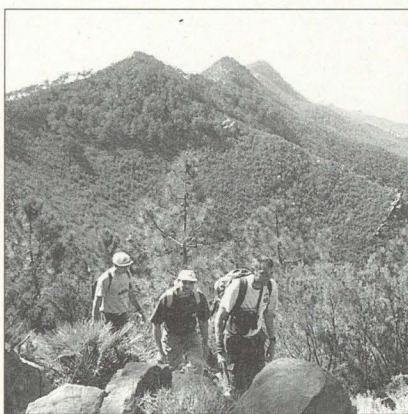
Dies 16 i 17 de MARÇ

BOIXAR - ROSELL - PENYA DE BEL - PANTÀ DE LA SÈNIA

- **Dificultat:** ***
- **Itinerari aproximat:** -*Primer dia:* Excursió per l'interior de la Tinença, passant pel Coll de la Palmereta, La Pobla de Benifassà, Mas d'Insa i un suau descens per senda fins a Rossell, on dormirem. (Temps aproximat de marxa efectiva 5,5 hores). -*Segon dia:* Pujarem a la Penya de Bel, on esmorzarem. Després passarem per Bel i anirem per carena seguint sendes en direcció a la Penya de l'Àliga. Baixarem per un sender frondós cap als estrets de Bellestar. (Temps aproximat de marxa efectiva 4,5 hores).

Es tracta d'un preciós, i en part inèdit, recorregut per als amants del senderisme que estiguen interessats a recórrer la zona de la Tinença de Benifassà, Penya de Bel, etc.

- **Instruccions específiques:** Cal portar esmorzar, dinar i aigua per al primer dia. Es dormirà a Rossell i segurament caldrà portar sac i estoreta.
- **Encarregat de l'excursió:** Guillermo Coll.



Crestes

Foto: Anna Bueso

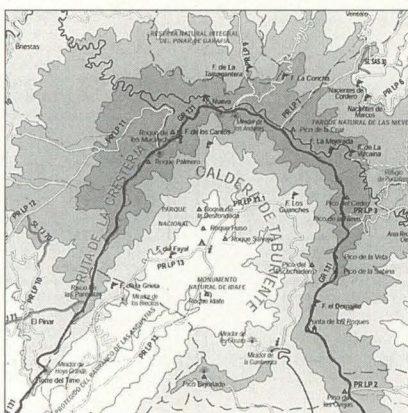
Dia 24 de MARÇ

HOSPITAL LA MAGDALENA - BENICASSI (per carena)

- **Dificultat:** ****
- **Itinerari aproximat:** Hospital La Magdalena - Tossal Gros - Carretera de la Coma - Sima de Raca (esmorzar) - Tossal de Ribalta - Roca Blanca - Contiendas - La Mola - El Bartolo (dinar) - Font de Roc - Benicassi.
- **Característiques de la marxa:** Es tracta de recórrer per la carena, totes les muntanyes que es veuen des de Castelló, caminant per sendes (90%) i la resta per pistes. La distància aproximada que s'haurà de fer és de 35 Qm.

L'excursió és prou dura i cal estar ben preparat físicament i acostumat a fer marxes de 30 Qm. amb contínues pujades i baixades i alguns trams difícils.

- **Instruccions específiques:** Cal portar esmorzar, dinar i prou d'aigua.
- **Encarregats de l'excursió:** Hermenegildo Miró i José V. Ruiz.



Mapa de La Palma

Del dia 28 de MARÇ al dia 1 d'ABRIL

SENDERISME A L'ILLA DE LA PALMA (CANÀRIES)

- **Dificultat:** **
- **Itinerari aproximat:** Parc Nacional de la Caldera de Taburiente - "Roque de los Muchachos" (2.426 m.) - Ruta dels Volcans - Reserva de la Biosfera del Canal i "Los Tilos" (bosc de laurisilva).
- **Instruccions específiques:** Per tal de poder estimar les reserves que caldrà efectuar, és necessari que tots els interessats ho comuniquen a la Secretaria del C.E.C. La propera reunió es farà divendres 11 de gener de 2002.
- **Encarregades de l'excursió:** Tica Fabregat i Pilar Aleixandre.

PER A CONTACTAR AMB EL CENTRE TENIM

- Telèfon: 964 23 44 90
- Fax: 964 23 21 89
- E-mail: cec@csnatura.com
- Web: www.csnatura.com/cec



NOTES PRÀCTIQUES

ALTERACIONS DE LA CONSCIÈNCIA

Manuel Juan Nebot
D.U.E. Unió de Mútues

La consciència és l'estat que ens dona noció de nosaltres mateixos i del nostre entorn. La pèrdua del coneixement ocorre quan una persona és incapaç de relacionar-se amb el món que l'envolta i té abolida la facultat de respondre a qualsevol estímul extern. Vegem el cas més usual i de pronòstic lleu:

LIPOTÍMIA: (ESVANIMENT, DESMAI, SÍNCOPE)

És la pèrdua de la consciència de forma breu (dura uns segons), per causa d'una disminució de l'aportació sanguínia al cervell. Sol anar precedida d'una sensació típica de mareig, pèrdua de forces,

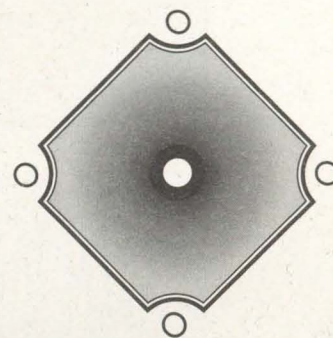
pal·lidesa de la pell, suor freda, fluïxeig a les cames, la qual cosa comporta una caiguda a terra. Aquesta última, en realitat, és un mecanisme de defensa de l'organisme perquè arribe més sang al cervell.

ACTUACIÓ:

- Si observeu que una persona es mareja, cal assegurar-la o millor ajeure-la i tractar que no caiga a terra i es lesioni.
- Inmediatament, **elevu-li els peus** per tal d'afavorir que li arribe més sang al cervell i que es restableixi. Ha de romandre així almenys 10 - 15 minuts, encara que ella sembla sentir-se ja bé, perquè podria tornar a desmaiar-se.
- Afluïeu-li les peces de vestir que l'oprimisquen.
- És important traure els curiosos de la zona, que a part de no deixar entrar l'aire, incomodaran el pacient quan este últim recobre el sentit.
- Controleu-li el pols i la respiració.
- Si en pocs minuts no recupera la consciència, però es mantenen les constants vitals, col·loqueu el pacient en **posició lateral** de seguretat i demanareu ajuda.

IMPORTANT:

- No deixeu sola una persona inconscient. Si no podeu fer-vos càrrec del seu trasllat, demaneu ajuda i quedeu-vos al seu costat sense deixar de controlar-li periòdicament el pols i la respiració.
- No li doneu res per la boca (ni beguda, ni menjar), a una víctima inconscient.
- Si una persona ha perdut el coneixement sense cap justificació aparent, heu d'acudir a un centre sanitari per tal que la reconeguen.



PASSATEMPS I CALAIX DE SASTRE

EL RACÓ DEL FOC

CAFÈ BRASILENYO

• **INGREDIENTS (10 persones):**

- 2 tasses de cafè fort i calent, 200 g. de xocolata de tassa. 100 g. de sucre. 2 tasses de llet. Un pessiguet de sal. Nata.

• **FORMA DE PREPARAR-LO:**

- Barrejar 2'5 tasses de xocolata calenta amb llet. 1 tassa de café 1/4 de tassa de brandy. Afegir el sucre i remenar. Servir en tasses calentes i adornar-lo amb crema "Chantilly".

CAFÈ TURC

• **INGREDIENTS:**

- 5 culleradetes de cafè finament mòlt. 5 culleradetes de sucre. 5 tasetes d'aigua freda. Algunes gotes d'aigua de roses.

• **FORMA DE PREPARAR-LO:**

- Posar el sucre i el cafè en una cassoleta menuda. Cobrir-lo d'aigua freda. Escalfar i retirar del foc. Deixar que bullisca tres vegades i retirar-lo definitivament. Arruixar amb algunes gotes d'aigua de roses perquè la

pols es disposa al fons i servir immediatament amb les tasses. Deixar que repose 5 minuts abans de consumir-lo.

CAFÈ DIABÒLIC

• **INGREDIENTS (4 persones):**

- 6 terrossos de sucre. 8 claus sencers. 1 rama de canyella. 1 crosta de llima tallada a tires. 4 copes de Brandy. 4 tasses de cafè carregat i calent.

• **FORMA DE PREPARAR-LO:**

- Posar tots els ingredients excepte el cafè en una font de coure o metall. Botar-li foc al Brandy i remenejar fins que estiguen ben barrejats. Després d'un o dos minuts abocar poc a poc el cafè calent, sense deixar de remenejar. Es cola i es serveix en tasses. (El Brandy, cal calentar-lo abans de botar-li foc).

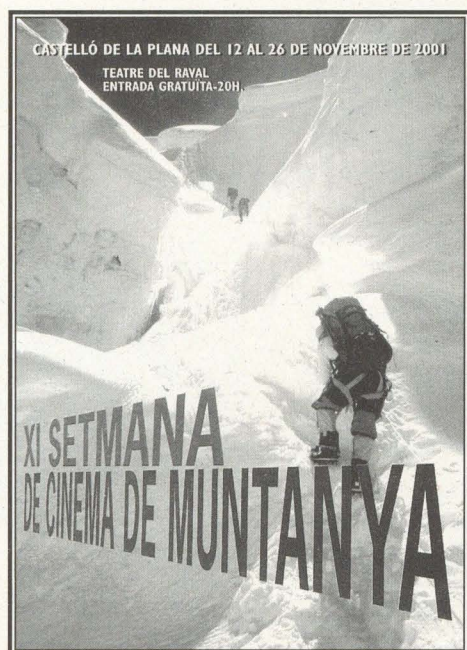
CAFÈ TROPICAL

• **INGREDIENTS (4 persones):**

- Plenar fins la meitat un recipient de trossets menuts de gel. Afegir una tassa i mitja de cafè i una cullerada de sucre.

• **FORMA DE PREPARAR-LO:**

- Batre fins que la mescla siga espessa i tinga bromera.



**UN ANY MÉS,
FELICITATS A TOTS
ELS ORGANITZADORS.
EL PÚBLIC SEGUEIX
AMB ENTUSIASME
AQUESTA SETMANA**

RACÓ LITERARI

EL PENYAGOLOSA I L'ESPADÀ

Josep Fèlix Escudero i Pitarch
compta al seu perfil biogràfic amb les

qualitats, entre d'altres, d'haver nascut a Atzeneta, comptar amb Borriana com a poble d'acollida i ara mateix ser veí de València; és un expert en comunicació i màrqueting, condició que comparteix amb una sensibilitat inabastable pel nostre paisatge; i, naturalment, ha assolit de modular-se una de les veus poètiques més denses de l'actual panorama valencià. Al darrer poemari que

ha publicat, *Presagi del tacte* (Alzira, Bromera, 2000) els excursionistes hi trobarem abundants motius de gratificació. Us n'ofereim ací un tast.

V. P.

* * * * *

* * *

Penyagolosa

*Qualsevol batec del cor pertany a l'horitzó
d'un ideal abastable i precursor
que hem transformat en vida quotidiana.
La qual cosa significa, poèticament,
que somiar no és mai anticipar la glòria,
que cal anar obrint els ulls a la lucidesa,
bastir l'estima amb un afany alliberador
i convocar la màgia d'un tacte imprevist,
per tal d'assaborir les veus de qui t'estimen,
quan s'instal·len definitius a cau d'orella
i posen a l'aguait una forma subtil de compartir
la vida, tota la vida que cap dins de l'estima...*

*Ganimedes, per exemple, és un heroi
tempestuós i cíclic; Andròmeda, en canvi,
té un caire sensual i primitiu, ben net,
que mai ens abandona, si a la fresca
imaginem que el Carro i les Cabrelles
reflexionen, frec a frec, amb una veu tan alta
que fa inútil la perversió del silenci,
mentre nosaltres, batedors del cel,
recuperem una constel·lació de dades,
noms i cognoms, mirall i fites cautes
que ens han acompanyat al cim
de Penyagolosa, mil vuit-cents metres llargs
de claror altíssima i brillant, aclaparadora,
que posa els braços, no trobeu?
com una mare quan se'ns acosta
suaument, cautelosament i tendra.*

Un Espadà marí

*He arribat a pensar, Artana ho sap,
que estimar és créixer cap a dins,
amb la mirada convocant presències
que es resolen a eixir, passada Eslida,
amb la mateixa força d'un clam
primitiu i indesxifrabla.*

*He arribat a pensar
que és promoure el crit
de les nostres conversions íntimes
per les entranyes de la serra d'Espadà,
fetes de barreges de suor i cançons
d'oliveres que caminen dretes,
arrossegant tot d'una la tristesa.*

*He arribat a pensar
que és amuntegar la mar contra els esguards,
verda i blava contra blau i verd,
mentre somies figueres infinites
per a mesclar amb les ones
de la vall que s'endinsa, Veo amunt.*

*He arribat a pensar
que és lluitar per a tornar a nàixer
dins un aire diferent, sense mesura,
permissible i lluent, com la muntanya,
des d'on brollen les planes i els actors
de tots els discursos inimitables.*

*He arribat a pensar
que és acurtar la distància que creua
del no-res a l'infinit, de la mar a Betxí,
apaivagant els desitjos de cada taronger,
fent que esclate la claror, per més que àrab,
trencadissa i tèbia com el tacte de l'aigua.*

*He arribat a pensar
que és gaudir per a sentir-se viu,
recuperant els pits d'íntima circumferència,
per al ball victoriós de baladres i argelagues,
mentre el xiprer que hom apadrina
resta implacable i despullat
sobre la corfa de la memòria.*

Sempre amb la mar al fons.

NOTÍCIES C.E.C.

SOPAR DE NADAL I AGRAÏMENT A PACO NAVARRO

Amb motiu de la celebració del tradicional sopar de Nadal del C.E.C., que va tindre lloc el passat dia 1 de desembre de 2001, per part del President, En Gregori Dolz i Centelles, en nom i en representació del C.E.C., es va fer entrega a En Francesc Navarro i Ventura d'una placa commemorativa en agraïment per la seua dedicació al Centre durant tants anys.

Després d'unes breus paraules pronunciades pel President glossant la figura d'en Paco Navarro, per part d'aquest es va agrair profundament aquest homenatge del tot inesperat per a ell i va expressar el seu desig de continuar treballant pel C.E.C., encara que ara dedicat a altres tasques.

Al mateix temps, per part dels assistents, se li va fer entrega a Paco Navarro d'una poesia d'En Kavafis, aquella que una de les seues estrofes diu:

"Has de pregar que el camí sigui llarg,
que siguin moltes les matinades
que entraràs en un port que els teus ulls ignoraven,
i vagis a ciutats per aprendre dels que saben".

I també d'una ploma estilogràfica perquè pugua escriure els seus viatges i experiències.

PRESENTACIÓ DEL LLIBRE "PENYAGOLOSA GUIA DE ESCALADAS"

El passat dia 3 de desembre, a les 19,30 hores a la Llibreria Babel de Castelló va tindre lloc la presentació al públic de l'últim llibre que ha editat el C.E.C., "Penyagolosa. Guia de Escaladas" essent els seus autors Vicent Cervelló i Rubio, Carlos Izquierdo Fortea i Jorge Canú Valenzuela. La presentació fou realitzada pel President del Centre, Gregori Dolz, amb un dels autors, Carlos Izquierdo i van assistir a

l'acte nombroses persones, entre excursionistes, escaladors i amants de la natura en general i per suposat del Penyagolosa. Després de la presentació, per part de Carlos Izquierdo es va fer una breu exposició de les dificultats que la tasca ha suposat i per damunt de tot va fer un sentit i emotiu homenatge a aquelles persones que van ser capdavanteres, i que a més estaven presents a l'acte com Josep Lluís Viciano "El Sherpa" i Ferran Guallart, els qui allà pels anys seixanta van atrevir-se, amb escassos i rudimentaris mitjants, a obrir la primera via d'escalada al Penyagolosa. Al mateix temps també va fer menció dels escaladors que van obrir diverses vies que han prestat el seu treball i han donat suport al llibre. Després va tindre lloc un col·loqui amb els presents i es va donar per tancat l'acte.

Val a dir que el llibre està fet amb molta cura i estima pels seus autors i ha rebut molts i merescuts elogis per part d'escaladors i excursionistes en general que veuen en ell reflexades les nombroses dificultats i la magnitud que l'aventura de l'escalada comporta i alhora l'experiència inoblidable que suposa endinsar-se dintre d'aquesta emblemàtica muntanya i per la seua part el Centre es mostrà orgullós d'haver contribuït a la realització i publicació del llibre que ja feia falta.

El llibre es troba a la venda a tots els socis, a la seu del Centre, per un preu de venda de 7 euros (1.165 pessetes); també està a la venda per al públic en general a les llibreries per un preu de venda de 9 euros (1.497 pessetes).

CURS D'INICIACIÓ A L'ORIENTACIÓ

Estratègies i habilitats per a no perdre's a la muntanya.

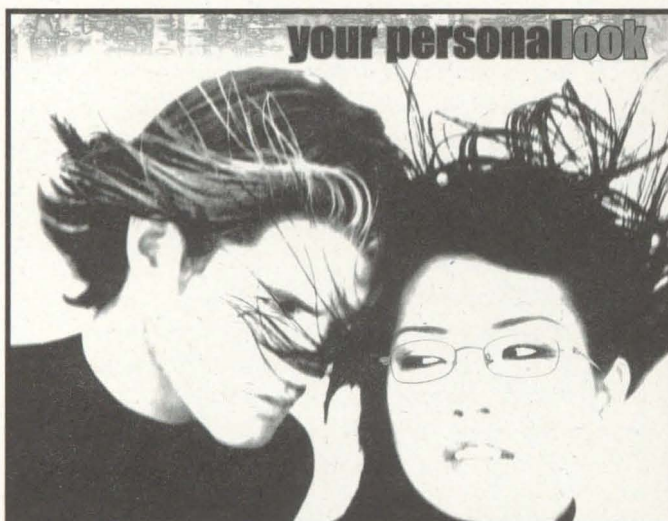
- Places limitades.
- Inscripció fins al 13 de febrer al C.E.C.

• Classe teòrica:

Divendres dia 22 de febrer de 20'30 a 22 hores.

• Classe pràctica:

Diumenge dia 24 de febrer de 9 a 13 hores.



Carolina Herrera
New York

212

CAROLINA HERRERA

GUESS
Eyewear

XS
paco rabanne

Christian Dior

GUCCI
occhiali

DOLCE & GABBANA
Occhiali

PRIMERA
OPTICOS
MAYOR

C/ Mayor, 16
12001 CASTELLÓN
Tel. 964 23 53 12



DARRERES NOVETATS PUBLICADES PEL SERVEI DE PUBLICACIONS DE LA DIPUTACIÓ PROVINCIAL DE CASTELLÓ

ESTUDI ECOLÒGIC DEL RIU ANNA

DEPURADORA MANCOMUNADA
BETXÍ, VILA-REAL, ONDA
Castelló, 2001
3.200'- Pessetes.
I.S.B.N. 84-8994-10-5-X

HISTORIA Y CONSTRUMBRES EN EL ERMITORIO DE SANT JOAN DE PENYAGOLOSA

SOLSONA MONTÓN, DAVID
Castelló, 2001 - 45 pàgines.
500'- Pessetes.
I.S.B.N. 84-89944-12-1

CATÁLOGO MONUMENTAL DE CASTELLFORT

IRANZU BARCELÓ, EDUARDO
Castelló, 2001 - 85 pàgines.
1.000'- Pessetes.
I.S.B.N. 84-89944-14-B

COMENZANDO EL II CENTENARIO 1987-99 Historia taurina de Castellón

AGUILAR BELTRÁN, JOSÉ
Castelló, 2001 - 336 pàgines.
4.000'- Pessetes.
I.S.B.N. 84-89944-16-4

LA INDÚSTRIA CERÁMICA DE LA PLANA DE CASTELLÓ

CARLES MEMBRADO, JOAN
Castelló, 2001 - 592 pàgines.
3.500'- Pessetes.
I.S.B.N. 84-89944-09-1

PENYETA ROJA

NÚM. 10 - 2001
64 pàgines.
1.000'- Pessetes.
I.S.B.N. 84-505-6659-2

EL PARTIDO REPUBLICANO EN CASTELLÓN (1868 - 1936)

REGUILLO SIMÓN, GERMÁN
Castelló, 2001 - 1.117 pàgines.
3.500'- Pessetes.
I.S.B.N. 84-89944-15-6



!! FELIÇ ANY 2002 !!

