

**Col·loqueu els accents i les dièresis que falten en els textos següents:**

Fins fa uns anys l'únic temor que ens feia el sol era el d'agafar una insolació. El temps, però, ens ha demostrat que hi ha altres efectes negatius. Als països afectats pel forat de la capa d'ozó, exposar-se al sol representa un perill real. Tant Europa com el nostre país no estan directament afectats per aquest fenomen. De tota manera, conèixer els efectes que produeixen les radiacions solars, i també els llums bronzejadors, ens pot ajudar a prendre mesures a l'hora d'exposar-nos al sol.

Les radiacions més nocives són les UVC, un dels principals causants del càncer de pell. L'ús freqüent de bons protectors amb filtre solar redueix el risc de tumors. De tota manera, com que les lesions cutànies solen ser observables a simple vista, el percentatge de curació d'aquesta malaltia està per sobre del 90 per cent.

### **EL FUTBOL AUSTRÀLIA: UNA BARREJA ENTRE EL RUGBI I EL FUTBOL GAELIC**

El futbol australià és una variació del futbol gaèlic i del rugbi que es practica en un camp ovalat i amb una pilota ovalada. Cada equip està format per divuit jugadors de camp i quatre de suplents que poden substituir qualsevol titular en qualsevol moment. Els partits duren vuitanta minuts, dividits en quatre parts de vint. El joc consisteix a fer passar la pilota entre els quatre pals que hi ha a cada extrem del camp. Els gols (6 punts) s'aconsegueixen si es fa passar la pilota, netament i amb el peu, entre els dos pals centrals, i els punts *behind* (1 punt), si la pilota passa entre un pal central i un de l'extrem. El jugador pot avançar amb la pilota a la mà sempre que la faci botar un cop cada deu metres; també pot passar la pilota a un altre jugador picant-la amb el puny. Els placatges, com en el rugbi, estan permesos.

Aquest esport, també conegut com a *footy*, es va començar a practicar al nostre país fa sis anys, després que una colla d'amics de Tarragona s'hi va aficionar veient partits per la televisió. Fa tres temporades que es va crear la lliga catalana de futbol australià, en la qual competeixen actualment quatre equips, tots de les comarques tarragonines. El Belfry Valls és l'actual campió de lliga i el primer equip que es va fundar, l'any 2002. El 2002 va disputar amb els Bears de Madrid el primer partit de futbol australià de tot l'estat. El 2004 es van crear tres equips més: els Wendells Salou (actual subcampion), el Gabas Tarragona i el Coyotes Alt Camp. Els quatre equips formen l'Associació Catalana de Clubs, reconeguda per la Federació Internacional de Futbol Australià. Actualment ja s'està treballant en la constitució de la federació catalana. En la segona lliga catalana hi podria haver la participació d'un cinquè equip, que s'està constituint a Barcelona. Seria el primer conjunt de fora de la demarcació de Tarragona.