



Col·legi Jesús-Maria Sant Gervasi

La Revista

per a la família

Núm. 31 • Desembre de 2019

Parlem de la puntualitat

Fins i tot pot semblar un joc

Dones pioneres

Un treball excel·lent

El programa Tei

Un projecte global

El nostre Magic Pablo

Entrevista al nostre exalumne en el seu
acomiadament de l'espectacle ZAS



“Tens el cap als núvols”

Només qui és capaç d'imaginar un món millor
és capaç d'aconseguir-lo

**Informa't dels nostres graus, dobles graus
i programes internacionals de:**

Dret - ADE - Humanitats - Educació - Comunicació Audiovisual
Periodisme - Publicitat i Relacions Públiques - Arquitectura
Bioenginyeria* - Odontologia - Fisioteràpia - Infermeria - Medicina

*Grau en procés de verificació per part del *Consejo de Universidades*.

uic.cat

Universitat Internacional
de Catalunya



| | |
|--------------------------------|----|
| Editorial | 03 |
| Història | 04 |
| El nostre col·legi | 06 |
| El nostre col·legi-Entrevistes | 31 |
| Projectes solidaris | 36 |
| Antics Alumnes | 42 |
| Aula de pares | 44 |
| Pastoral | 46 |
| Pedagogia | 52 |
| Música | 54 |
| Esports | 60 |
| Viatjes | 70 |
| Club excursionista | 73 |
| Calaix de sastre | 78 |
| Notícies breus | 80 |
| Manualitats | 82 |
| Racó de cuina | 84 |
| Passatemps | 86 |

EDITOR

AMPA Jesús-Maria Sant Gervasi
Desembre 2019

EQUIP EDITOR

Oriol Solé i Griselda Gaseni

REDACCIÓ

Elena Barrio
Maria Christodouloupoulos,
Júlia Solé
Judith Viladecans
Sofia Escrivá de Romani
Ingrid Tarrida
Blanca Llargués
Álvaro Avella
Diego Sánchez
Tony Pirretas
Leticia Vila-Sanjuán
Marta Gómez
Evie Harrison
Xavi Nalda
Paula Insensé
Judith Viladecans
Marta Viladomiu
Pablo Ayo
Aina Creus
Daniel Martínez
Jaume Closa
Andrea Dobarro Fernández
Anna (Han) Zhao
Blanca Cardellach
Departament d'acollida
Marta Fuentes
Isabel Visus
Madre María del Claustro Bonet
Pablo Barán
Elena Barrio
Marta Bladé
Laura Lozano
Exalumnes María, Olivia,
Ignacio, Alberto e Inés
Mercedes Creus
Silvia Yague
Cristina Quaranta
Mar Sensat
Enriqueta Moya
María Antonia Soley
Xeler Sánchez
Elena Ferrer
Ditas Puigmartí
M^a Amor Sánchez
Bea Estian
Yudith Pereira
Mireia Martino
Silvia Jané
Patricia Baronet
Mar Rodríguez
Georgina Safont
Tania Ortiz
Càtiana Jiménez
Carlota Ibáñez
Marta Andreu
Txus Quesada
Andrea Fernández
María Hierro García
Xavi Reinal
Patricia Argüelles
Kiki Xie
Lluís Escalona
Marc Torrents
Patricia Foucras
Ignasi Nadal
Pablo Fúnez
Ana Gutiérrez
Nico Vila-Sanjuán
Ricardo Pieralli
Julia Font
Gabriel Reynaud
Carla Martí
Fabiana Cruz
Paula Ramos
Eva Carabaza
Carolina Beldad
Alejandra Navarro
Carlota Fortuny
Teresa Álvarez
Laura Alonso

COL·LABORADORS

Álvaro Abella, Carla Calvo,
Sofía Cantó, Blanca Pérez,
Mar Sensat, Jaume Closa

MAQUETACIÓ

Sara Salvador (Freebrand)

Editorial

Benvolgudes famílies,

Ja tenim aquí la primera revista del curs 2019-2020. LA REVISTA, des de fa molts anys, és un recull de records i experiències que hem viscut o viurem durant aquest curs els pares, alumnes, professors i col·laboradors del nostre col·legi Jesús-Maria Sant de Gervasi.

Aquest curs bé carregat d'un munt de sorpreses! Aquest any, el nostre centre compleix 125 anys d'història i hem volgut reviure els fets més importants dels seus inicis.

En aquesta revista podreu veure articles acomiadant a treballadors d'aquest centre que han dedicat molts anys a donar servei al nostre col·legi. També, reunions d'antigues alumnes que s'han trobat després de molts anys.

A més, tenim dos articles sobre el nou projecte de l'escola, el projecte TEI. Un projecte l'objectiu principal del qual és evitar els conflictes escolars.

Els alumnes de batxillerat van participar a un concurs organitzat per la universitat d'Esade que els va fer reflexionar sobre la importància del diàleg. Alguns alumnes van quedar finalistes; us deixem un fragment d'un d'ells.

Així mateix, tenim el testimoni de dues alumnes que han marxat per estudiar a l'estranger, i ens expliquen les seves experiències i recomanacions, i en què els ha ajudat aquesta escola per poder arribar on estan avui dia.

En la secció d'esports, podreu veure els beneficis que aporta aquesta activitat a les nostres vides. A més a més, unes alumnes parlen de la cursa solidària contra les malalties minoritàries que va organitzar l'escola.

Quant a les noves tecnologies, Marc Masip va realitzar una conferència explicant l'impacte de les pantalles, va donar grans dosis de realitat i, també, eines per posar una mica d'ordre amb la realitat digital que ens envolta.

En l'apartat musical trobareu informació sobre la unió de dos grups de música veterans de la Sala Rock, Infínitum i Vespa. També trobareu informació sobre la orquestra JM que ja porta uns anys de molt èxit.

No podem oblidar els projectes solidaris en els que participa la nostra escola: voluntariat al Cottolengo, el gran recapte, el camp de treball a Almanjáyar... Tanmateix, aquesta revista ofereix una explicació sobre què és la xarxa de joves JM.

Podreu trobar tot això i molt més; idees per fer un gran viatge, receptes de cuina, recomanacions de llibres dels nostres alumnes, i no podem oblidar les excursions i activitats del club excursionista en les que tots gaudim junts.

A tots els que heu participat i heu fet possible aquesta revista os volem donar les gràcies. Esperem que la gaudiu tant llegint-la com nosaltres fent-la.

Equip Directiu



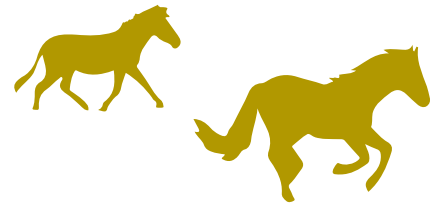
Col·legi Jesús-Maria
Passeig de Sant Gervasi, 15
08022 Barcelona
www.jmsanger.com



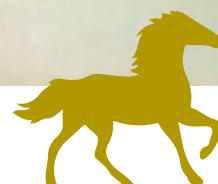
info@ampajmsanger.com
revista@ampajmsanger.com

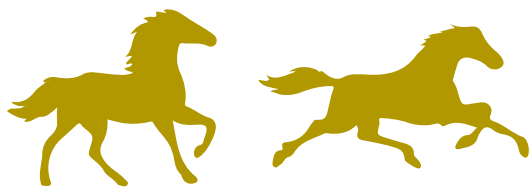
Història

La nostra història en fotos



Aquí teniu unes fotos molt interessants de la història del nostre col·legi...





125 anys d'història

El col·legi Jesús-Maria de Sant Gervasi és un centre que té més de 120 anys d'història i que van obrir les seves portes l'any 1894 les Religioses de Jesús-Maria, congregació francesa de Lió, fundada al 1818 per santa Claudina Thévenet. Aquest any 2019 es compleixen 125 anys des que la nostra escola va començar a donar classes.

El centre escolar es va pensar, inicialment, com a internat per a unes 200 alumnes, més unes poques que es quedaven a mitja pensió, i encara menys que eren externes. Van triar la part alta de Barcelona, sota el Tibidabo, en procés d'urbanització. Es va comprar l' "Hotel Tibidabo", petit hotel de repòs, amb extensos jardins i horts. Les obres d'edificació van començar el 2 de novembre de 1892, dirigides per Enric Sagnier Villavecchia, un dels més prestigiosos i fecunds arquitectes de l'època, i amb els excel·lents constructors Barba.

Dia rere dia anava creixent la bonica silueta de l'escola, amb la seva escala central, els seus amplis finestrals gòtics i els cossos laterals gaudinians. Tot queda interromput amb la Guerra Civil de 1936 que va obligar les religioses a abandonar-ho tot durant aquest temps.

La iniciadora de l'obra i en bona part la seva artífex va ser qui en aquells moments era la Superiora provincial d'Espanya. Ella i la resta de religioses volien que, a més de l'ambient i l'educació, les alumnes fossin educades en l'amor al bo i al bell. Així que, no només van tenir cura de l'exterior de l'edifici, sinó que també la decoració interior va comptar amb bons artistes, com es pot llegir a l'obra de F. Rogent, editada al 1897, on valora diverses peces artístiques de l'escola. També hi va haver veritables artistes entre les religioses de la comunitat, especialment la mare Esperanza Mas de Xexás, autora de les decoracions de diverses sales, de quadres i de tapissos.

Com és normal, amb tants anys s'han anat fet variacions

en el primitiu projecte de l'arquitecte, i s'han canviat alguns ambients, com per exemple el saló d'actes, acabat el 1904; la sala de visites de les alumnes, una primitiva capella i la capella definitiva, molt artística i amb òrgan que es va poder inaugurar el 1920, encara que renunciant a l'alçada prevista, reduïda a dos dels tres pisos previstos per poder fer sales i classes a la planta baixa.

Es va fer el trasllat des de Sant Andreu en diverses etapes, a mida que els espais s'anaven fent habitables. Les primeres a ocupar-la van ser les més petites que, junt amb les mestres, es van instal·lar a la casa-hotel, ja ben habilitat com a internat i col·legi, el 26 d'abril de 1894. La inauguració solemne del nou edifici es va fer el 3 de juliol del mateix any.

Un cop acabada la guerra, tot es va anar recuperant, adaptant i millorant. L'internat va anar minvant, mentre creixia el nombre d'alumnes externes: ben aviat van arribar a cinc-centes, i el curs 1985-86 s'arriba al punt culminant d'alumnes: 1.614 entre nois i noies. Després es van haver de reduir el nombre d'admissions, quan la normativa va obligar a un nombre limitat per curs. A l'actualitat, l'escola està dins el que dicten les normes. A més, el 1922 ja es van establir els estudis de batxillerat. Una alternativa eren els cursos d'economia domèstica, Creu Roja, comptabilitat, mecanografia o taquigrafia.

Des de la seva fundació, la casa de Sant Gervasi ha estat Casa Provincial de les Religioses de Jesús-Maria, fins a l'actual reestructuració de les províncies de l'ordre a Espanya. Actualment, després de 125 anys, el centre segueix ensenyant molts valors educatius i coneixements als estudiants que venen aquí, i manté l'essència dels seus inicis, que perduraran durant molt de temps.

*Elena Barrio, Maria Christodouloupoulos,
Júlia Solé i Judit Viladecans
1r Batxillerat A*



El nostre col·legi

Nos ponemos en serio con el reciclaje

Este curso, nos hemos puesto en serio con el tema del reciclaje, la separación de la basura y el cuidado del medio ambiente.

En el patio de recreo, hemos colocado papeleras azules y amarillas sujetas a la tierra. Los niños ya han cogido la costumbre de utilizarlas correctamente: azul para cartón y papeles, y amarillo para plásticos y latas. Las hemos puesto junto a las que ya había en el jardín, color gris, y que ahora se utilizan para otros residuos.



Nos hemos dado cuenta de que los alumnos se han acostumbrado enseguida. Claro que en las clases se les ha motivado convenientemente.

Las papeleras van con unas bolsas, biodegradables, pues hay que colaborar para que la naturaleza no sufra, al menos en lo que a nosotros nos toca. La próxima acción prevista es que los mismos alumnos lleven las bolsas a vaciar en los contenedores generales, dispuestos para ello.

También hemos comprado unas papeleras de cartón, azules y amarillas, pero esta vez para los pasillos, para dejarlas delante de cada una de las zonas de trabajo. Y ahí, vaciar las papeleras de la clase. Como veis, todo es tarea de tomar conciencia, de colaboración y trabajo conjunto.

Ya hace al menos 5 años que reciclamos fluorescentes y lámparas antiguas que se han ido cambiando a LED, para disminuir el consumo de energía. La empresa AMBILAMP (Asociación para el reciclaje de lámparas) las recoge. Además, todos los equipos antiguos de audio-video-imagen se llevan al "punto verde" de San Gervasio. El reciclaje de los ordenadores ob-



soletos se encarga la ONG NASCO, que los pone a punto para ser utilizados en África.

Los padres del AMPA han contactado con una ONG que lucha contra enfermedades infantiles y que comparte su objetivo con nosotros a través del reciclaje y recogida de tapones de botella. Es muy normal ver a alumnos con sus papás llevando su bolsita de tapones para la papeleras del reciclaje de tapones. Cada cierto tiempo, la empresa de transporte que les ayuda viene y se los lleva. Ah, y estas navidades, nuestro Belén va a ser diseñado con tapones. Para ello, ya estamos empezando a clasificarlos en cajas, por colores, etc. Ya veréis qué bonito va a quedar. ¡Estamos ilusionados!

Estos últimos años, los alumnos de 1º de ESO trabajan en clase "LA CUMBRE DEL CLIMA". Se trata de una unidad didáctica en la que, por equipos de trabajo, investigan acerca de los factores que intervienen en la degradación y contaminación de la atmósfera y de nuestro planeta tierra. Luego, exponen sus trabajos donde utilizan todo tipo de recursos plásticos, visuales... Los alumnos de otras etapas y de otros cursos pasan por cada uno de los expositores, donde reciben información y documentos que apoyan su exposición. ¡Una excelente oportunidad para sensibilizar en referencia al res-

El nostre col·legi



peto y cuidado de la tierra y alertar de las consecuencias del mal uso de nuestros recursos naturales!

El lunes 23 de septiembre se celebraba la CUMBRE POR EL CLIMA. Nuestros alumnos mayores acudieron a la manifestación que se celebró en Barcelona, junto con muchos otros jóvenes de la ciudad, con la pancarta "Save the planet"; y los pequeños de primaria leyeron un manifiesto en el jardín del colegio. Se grabó un vídeo, con las consignas que nos ayudarán a controlar el gasto de energía en nuestra vida cotidiana, con el lema "forma parte de la solución, no de la polución". Y un alumno de 2º Bachillerato ha dedicado su trabajo de investigación al aprovechamiento del agua de la lluvia.

Sofía Escrivá de Romani
 Directora Colegio Jesús-María Sant Gervasi



Guarderia Piolets: La nostra història

Crec que les arrels d'on venim, la nostra història, són molt necessàries en les nostres vides i de vital importància conèixer-les. M'agradaria començar agraint de cor i amb humilitat a totes les persones que han format i formen part de la nostra escola (tant nens com a professionals), a tots els que ens han donat suport i als que no, a tots els que han confiat en aquest projecte i als que no, ja que gràcies a ells som aquí. Tots i cadascun deixa i ha deixat la seva petjada i a l'hora, ha produït un moviment dins de l'escola provocant la nostra evolució.

Per tot això, estem agraïts de qui som, del que fem i del que tenim, apoderant-nos del nostre present. TOTS formen part de les nostres arrels!

En traslladar-nos en el mes d'abril de 2018, vam tancar un cicle en un espai que també ha format part de nostres arrels per començar en un altre espai, amb altres característiques, amb la seva pròpia història. Aquest article, ha servit i serveix per a aprofundir en la història, les arrels de l'espai que ara habitem.

El nostre nou edifici és un annex al conjunt arquitectònic de l'edifici del Col·legi de Jesús-Maria amb referències neogòtiques projectat darrera la dècada del segle XIX per l'arquitecte Enric Sagnier Villavecchia, protegit com a Ben Cultural d'Interès Local edificat per la Congregació de Religioses de Jesús-Maria

Amb una estructura semblant a una caseta de nines, està feta amb maó vist.

A l'ésser un annex de l'edifici principal, ha estat complicat trobar referències històriques escrites i material fotogràfic, però indagant, investigant i entrevistant personal del centre



i exalumnes hem pogut conèixer una mica més sobre la seva història. Moltes gràcies a tots per la vostra ajuda.

Us he de confessar, que sentia emoció escoltant els relats i records que ens explicaven i veure com les cares d'aquestes persones s'il·luminaven rememorant l'origen; aquesta estructura es va construir com a cotxeres de l'edifici principal.

Aproximadament als anys 70, "la nostra caseta" complia dues funcions: la planta baixa continuava servint de cotxeres i la planta de dalt era la fusteria, zona on els treballadors de manteniment feien les tasques de reparació.

Més tard, la planta baixa va passar a ser la zona del bar, on els alumnes podien comprar el seu esmorzar o berenar. La planta de dalt continuava essent la fusteria.

Posteriorment, aproximadament fa 20 anys, la planta baixa va tornar a tenir un ús diferent i una de les zones s'utilitzava per a impartir classes de repàs mentre que l'altra meitat de la planta era magatzem i gairebé sempre romania tancada. La primera planta va mantenir la seva principal funció de fusteria.

Amb els anys i el desús, es va convertir en magatzem.

La tardor de 2018, per primera vegada vaig posar els peus en el que seria el nostre edifici ... ja no era una fusteria, ni un bar, ni una aula de repàs, aparentment l'ús que tenia era de magatzem però es podia respirar bellesa, pau i molt potencial ... Aquests maons vists, la seva forma, les finestres amb forma d'ulls de bou, li donen un encant especial.

Al gener de 2019 van començar les obres de recuperació i rehabilitació i amb elles, la transformació de l'edifici annex que havia estat tantes coses per a convertir-se en un espai per a nens/es.

En aquests mesos que portem en aquest edifici hem pogut constatar que, realment és un espai amb una bellesa enlluernadora, ple d'amor i vida, on els nostres petits/es poden gaudir creixent feliços i plens de alegria. A més de compartir molta complicitat i afecte amb els alumnes del Col·legi Jesús-Maria.



El nostre col·legi

El nostre projecte busca educar des d'un altre lloc, amb una mirada d'amor cap a la infància, cap a nosaltres mateixos i el nostre entorn. No hem d'oblidar que l'amor transforma a les persones i el seu entorn i estem molt agraïts perquè aquest nou espai que habitem afavoreix aquesta mirada.

Ingrid Tarrida, Directora de l'Escola Bressol Piolets



Este año he pasado a primero de la ESO. Al principio, estaba súper asustada y nerviosa, porque era consciente de los cambios que estaban por venir: gente nueva, nivel de dificultad

elevado, taquillas en lugar de pupitres, la posibilidad de ir al bar a comprar el desayuno, el no ver al tutor tan a menudo, empezar a tener exámenes trimestrales, la oportunidad de participar en Sala Rock, las preevaluaciones, el entrar ciertos días a las 8:00h, la tarde libre de los miércoles, etc. Pero luego, cuando empecé el curso, dejé de estar tan asustada y

De primaria a la ESO

nerviosa. Mis cambios favoritos de haber pasado a primero de la ESO son varios: el hecho de tener taquillas en lugar de pupitres, poder ir al bar a comprar el desayuno a la hora del patio, tener la oportunidad de participar en Sala Rock y que los miércoles por la tarde no tengamos que ir al colegio. Y lo que menos me gusta de ir a primero de la ESO es que el nivel de las clases sube mucho, que empezamos a tener exámenes trimestrales y que algunos días entramos a las 8:00h. Bueno, creo que pasar a primero de eso no es tan difícil como pensaba y no tenía razón para estar nerviosa y asustada. ¡Va a ser un curso genial!

Blanca Llargués, 1r ESO C

Los Premios Dialoga



El año pasado, los alumnos de primero de bachillerato y cuarto de la ESO hicimos un escrito hablando del acoso escolar. Este redactado era para la asignatura de Lengua Castellana, o bien para Lengua Catalana. Con ese texto, nos inscribimos en un concurso literario organizado por ESADE, los Premios Dialoga, que celebraba su sexta edición.

Un año más tarde, en ambos cursos de bachillerato, nos comunicaron a unos cuantos que éramos finalistas. Asistimos junto a las profesoras de lengua: Carmen Murcia y María Amor. Nos juntamos con grupos de otros colegios en uno de los edificios de ESADE. Tras una presentación, dijeron quién



había quedado finalista. Yo fui uno de ellos; me premiaron como los otros finalistas, con un diploma junto a una camiseta con el nombre de la universidad. Más tarde, anunciaron quién había sido la ganadora de los Premios Dialoga: fue una compañera de curso, Beatriz Estian.

Una vez acabada la entrega de premios, todos los asistentes estábamos invitados a una merienda en una de las salas del edificio y se dio por finalizado el evento.

Álvaro Avella, 2º Bachillerato

El nostre col·legi

Parlem sobre la puntualitat



Una de les normes bàsiques de l'educació és ésser puntual: demostra el respecte cap a la feina i el temps dels demés. Viure tenint present els altres i no tan sols en funció del nostre ritme i de les nostres ocupacions, significa tenir en compte també el temps de l'altre. És important, doncs, inculcar el valor de la puntualitat als nostres fills i filles. Ser puntual demostra tenir capacitat

d'organització, una bona planificació del temps i ésser responsable. Quan les persones ens sentim ateses amb puntualitat, experimentem que som valorats pels altres i captem un interès real de qui ens atén, cap a la situació personal que estem vivint.

Viure en societat implica respectar els horaris que s'estableixen. La puntualitat és una virtut que cal ensenyar des de els primers anys de vida. És un hàbit que cal treballar a casa junt amb la resta de normes i costums que ajuden a establir els nostres horaris i la nostra manera de comportar-nos en societat.

A l'escola, com en qualsevol altre lloc, tenim uns horaris i unes normes que hauríem de complir tots i totes. L'entrada a l'escola comença des de les 8.45h fins a les 9.00h i la sortida és de 16.45h a 17h. Us preguem doncs, que feu un esforç en ser puntuals. Per respecte als altres alumnes, per respecte als mestres i a l'escola, però sobretot: per respecte a l'educació del vostre fill/a.

Recomanacions i idees per arribar puntuals a l'escola:

- Organitzar la roba i deixar la motxilla a punt la nit anterior.
- Deixar la motxilla sempre preparada al mateix lloc, al rebedor o a prop de la porta, per evitar de descuidar-se-la.
- Preveure els cinc minuts de la mandra al llit, tant dels pares com dels fills, perquè tothom es llevi amb el temps de fer-ho tot.
- Planificar l'esmorzar i no improvisar-lo, tenint en compte una dieta variada i fàcil de menjar.

SI ARRIBO TARD
 A l'aeroport... perdo el vol.
 Al metge, perdo el torn.
 Al cine, no entro.
 A la parada, perdo l'autobús.
Què ens fa pensar que no perdem res si arribem tard a l'escola?



L'educació comença a casa i la completem a l'escola.
www.educacioilestic.com



- Rellotge a la vista que serveixi de referència per calcular el temps necessari per arribar a l'escola puntuals. Als nens, fins i tot, els pot semblar un joc i fomenta l'entesa que no fer tard és cosa de tots. Val la pena que tothom sigui conscient que hi ha una hora que indica el moment de sortida.
 - Mantenir una actitud positiva, no perdre els nervis i no anar amb presses.
 - No enfadar-se ni renyar per costum, reforçar positivament sempre fa que els nens reaccionen amb entusiasme davant de les rutines.
 - **IMPORTANT:** no perdre de vista que les criatures necessiten més temps per fer les coses. Això no els fa més lents, simplement tenen un ritme que també cal respectar.
- Moltes gràcies,



L'equip d'infantil.

Fridays for Future

El viernes 27 de septiembre un grupo de alumnos de Bachillerato fuimos a la manifestación por el cambio climático, que se celebró en Barcelona en apoyo de la iniciativa Fridays for Future, junto a nuestra profesora, Mercè. Durante los días anteriores preparamos carteles con mensajes sobre la importancia de la conservación del planeta, así como una gran pancarta que exhibimos en la entrada del colegio a lo largo del día. Algunos de los participantes nos reunimos a la salida del colegio después de clases para ir andando a la concentración en Jardinetes de Gràcia, donde nos reunimos con los demás. Allí empezó el trayecto, que bajaba por Paseo de Gràcia hasta llegar a Plaza Catalunya. A lo largo de la manifestación fuimos mostrando nuestros carteles, algunos de los cuales fueron muy bien recibidos por el resto de asistentes por su creatividad, y cantando junto a miles de personas lemas con los que reclamamos la necesidad de acción por parte de los gobiernos mundiales para detener la crisis climática. Después de varias horas desfilando, los que no nos habíamos ido todavía, llegamos al final del recorrido y pasamos un rato viendo las actuaciones de castellers y escuchando el discurso de los organizadores y, finalmente, volvimos a casa.

La experiencia fue muy gratificante, ya que pudimos representar nuestra posición en un asunto tan importante como la protesta por el cambio climático individualmente y como colegio. Los que fuimos pudimos disfrutar del ambiente de cohesión que había entre gente de todo tipo manifestándose por el mismo ideal, e incluso llegamos a congeniar con algunos de ellos. Personalmente, recomiendo participar en este tipo de eventos siempre que sea posible, ya que ahora mismo nos encontramos en pleno auge del movimiento por la conservación del medio ambiente, y se puede decir que es literalmente una cuestión de ahora o nunca. Las condiciones de vida de nuestra generación y de todas la que vendrán dependen de las decisiones que tomemos hoy en día, y estas manifestaciones nos están dando la visibilidad que necesitamos para poder cambiar algo. Está claro: cuanta más gente se apunte, mayor será el impacto que generemos. Y además, ir con amigos es mucho más divertido!

Diego Sánchez, 2ºBatch C



On Friday, September 27th me and some other Batxillerat students went to the demonstration against climate change that was celebrated in Barcelona in support of the Fridays for Future initiative with our teacher Mercè. During the previous days we prepared signs with different messages about the importance of the planet's conservation, as well as a large banner that we placed in the school's entrance during the day. Some of us got together after school and walked together to the gathering in Jardinetes de Gràcia, where we reunited with the rest of people. The walk started there, it went down Passeig de Gràcia and ended in Plaça Catalunya. During the demonstration we showcased our signs, some of which got a very positive reaction from other attendees because of their creativity, and we sang many catchphrases protesting for the need of governmental action around the world in order to stop the climate crisis along with thousands of people. After several hours marching, the ones who hadn't left yet reached the end of the route and we spent some time watching the castellers' performance and listening to the speeches from the organizers, finally we went home.

The experience was quite rewarding, as we were able to represent our position in an important matter like the protest against climate change both individually and as a school. The ones who went were able to enjoy the atmosphere of togetherness among all sorts of people making their voices heard for the same ideal, and we even got the chance to get along with some of them.

I personally recommend participating in events like this whenever it's possible. As we currently find ourselves in the rise of the movement for the conservation of our environment, and it can be said that it is quite a matter of now or never. The way of life of our generation and generations to come is in jeopardy because of the decisions that we make today, and these demonstrations are giving us the visibility that we need in order to change something. It's obvious: the more people that go, the greater impact that we'll make. And on a lighter note, going with friends is much more fun!

Diego Sánchez, 2ºBatch C

El nostre col·legi

Reciclaje de libros

Otra vez, como cada año, ha sido un éxito el reciclaje de libros. Desde el Ampa os damos las gracias a todos los padres y madres que participáis, puesto que sin vosotros no se podría conseguir. Muchas gracias a todos.



PROGRAMA de INTERCAMBIO de LIBROS de TEXTO CURSO 2019

Casita a la entrada del colegio
 AMPA JMSANGER · ampa@ampajmsanger.com

ENTREGAS a la ENTIDAD 19 de junio 2019 de 15 a 17h.
 20 de junio 2019 de 15 a 17h.
 21 de junio 2019 de 15 a 17h.

RESERVAS de los USUARIOS 25 de junio 2019 durante todo el día
 La reserva siempre se hace a través de www.bookint.es

RECOGIDAS de los USUARIOS 27 de junio 2019 de 16 a 18h.
 28 de junio 2019 de 16 a 18h.

ESTADO de los LIBROS Los libros deben estar forrados
 Se admiten subrayados



www.Bookint.es - Intercambio de libros de texto
 Balmes 163, Barcelona - López de Rueda 80, Madrid - info@Bookint.es



Campus de futbol a l'estiu

El campus de futbol és conjunt d'activitats molt divertides que es fan a l'estiu durant el mes de juliol. Tots els anys es fa un torneig de futbol, que és molt entretingut. També, cada setmana, fem excursions a parcs aquàtics o anem a parcs temàtics com Port Aventura o el Tibidabo. A més d'això, fem jocs de futbol a diari i cada setmana ens anem a la piscina inflable. Ens ho passem d'allò més bé. La veritat és que el campus és molt divertit i el recomano molt a la gent que no hi ha anat mai. Jo m'ho vaig passar molt bé!

Tony Pirretas, 6è Primària C



El nostre col·legi

Jesús María, the beginning of everything



When I graduated from Jesús María in 2010, I didn't have a clear idea of what I wanted to do in life. In my last two years, when I took the pure humanities bachillerato, I studied and loved the classics thanks to the teacher that changed my way of seeing life, languages and culture: Joana Danés. Joana taught us how to think, how to read and how to learn from the texts and the past. With her, we explored the ancient Greek culture and tragedy.

This reassured me in the sense that I knew I had a passion for something: books, literature and languages. I went on and studied Humanities at Pompeu Fabra University, where I specialized in literary studies. In the third year of my degree I spent a semester abroad at King's College London, taking classes in comparative literature and English literature. When I came back to Barcelona, I found an internship



at a literary agency, and immediately after graduating I started working in the publishing industry, where I've worked for more than five years. However, I still had a sense of curiosity and wanting to learn from other literary cultures and societies. Because of this, a few years ago I started to apply for scholarships to study in the United States. I was close to getting them but in the end, for one reason or another, I didn't. But I knew I wanted to come to New York, the center of the arts, to study its literature. Last June, in my third attempt, I obtained a Fulbright scholarship, one of the most prestigious in the world for taking graduate programs in the United States. I am studying a two-year master of science in publishing, learning every day from the city and the publishing world. I often remember my last two years in Jesús María as the beginning of everything, when I became the avid reader I am today. My background in Greek and Latin opened the world to me and in a way, those texts brought me here.

Leticia Vila-Sanjuán, Exalumna



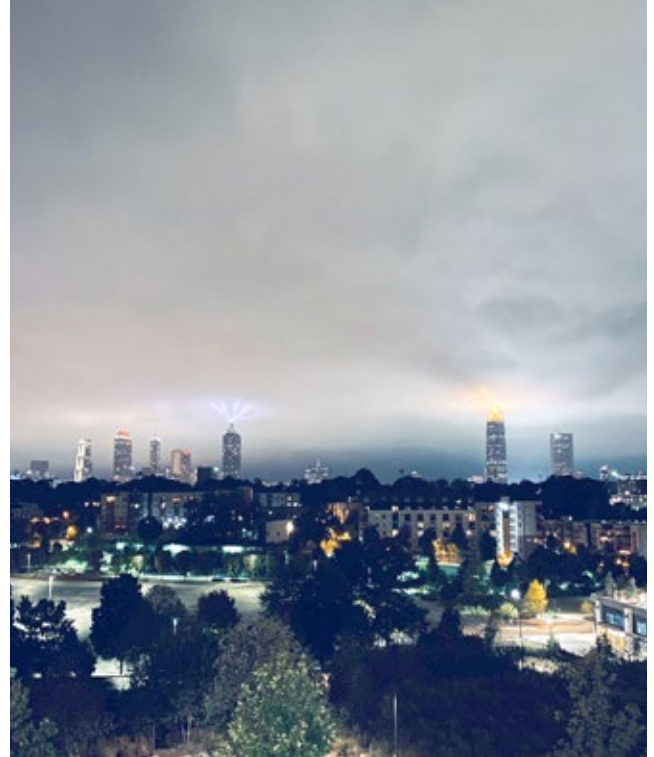
El nostre col·legi

Alumni around the world

My name is Marta Gómez and I was a student of Jesus Maria that graduated in 2016. I am currently studying the 4th and last year of Business Administration at ESADE. I studied the first three years in Barcelona but right now I am studying abroad in the U.S for the whole semester, in Emory University. Before starting high school, I remember being very confused about which path to choose because I was scared of making the wrong choice and not being able to change it. However, I had always been very comfortable in all the classes since Jesus Maria, like all students, alumni's, professors and parents know, is a very familiar school. I ended up choosing a social baccalaureate with scientific math.

It is obvious that some subjects were harder than others and I found some difficulties to achieve the goals that I established in some of them such as philosophy or math. However, I am a very consistent and organized person and this helped me to improve my weak points and to get the results that I needed in order to enter a good university. In addition to this, I had the support of great professors such as Elena Mendez or Inma Francitorra.

At the beginning of my degree, I had a lot of doubts about whether I had chosen the right university and degree, but after a few weeks at ESADE, I realized I made the right decision. Thanks to the education and values received at Jesus Maria, those that define us as people who know how to work in teams, people who are comprehensive and responsible and



people who respect each other, I was able to adapt to college life quickly and to pass all the courses and overcome the strong challenges.

As I mentioned before, ESADE gave me the opportunity to study abroad in one of the best universities in the U.S. I am having one of the best experiences of my life since I feel I am growing as a person, not only in a professional way but also personally. I am aware that if I had not received the education of Jesus Maria, perhaps I would not have adapted so well to this completely new life in the United States. I consider that living abroad is an experience that everyone should live because while you are studying and getting to know a new academic system, you meet new people from other countries and cultures that can contribute a lot to your future.

As a conclusion, I would like to say that it does not matter if you are lost and you do not know what to choose or what to do in the future. You always have to keep in mind the way that we are prepared in Jesus Maria on how to adapt to all kinds of situations and also the values that we received. These will always help you to move on. Over the years, I've discovered that if you work hard, you can achieve all the goals you set for yourself and Jesus Maria taught me that it is more important to look for who I want to be rather than what I want to be.

Marta Gómez, exalumna





El nostre col·legi

New grade, new class

After 2 years of being in the same class with the same people, this year they decided to mix us. I was actually really sad when I found out about this because they were the first people I

had the pleasure of sharing class with when I arrived to this school. I became friends with everyone, we were like a little family. Ever since I arrived here from England, I have had the feeling that everyone has been there for me and helped me with what I needed.

I was scared of changing classes partly because I really hadn't had the opportunity to get to know the people outside of my class, but then there was part of me who desperately wanted to change because I did want to make new friends and branch out a bit. I was also very nervous because this year I had to start studying the same as everyone else. The reason I had to start doing the same work was because I had arrived to Barcelona from England which meant I was

given other assignments for the last two years. I had been given simple work both in Spanish and Catalan, adapted to learning how to speak the language fast. I was nervous to start learning at the same pace as everyone else.

My personal thoughts about changing classes is that I think it is a good idea because it makes students branch out a bit and make new friends. For example, this year I have already made new friends and become closer to people I knew from last year. Another positive reason is that if it separates you from people that distract you easily you will be able to concentrate better and work better.

Personally, I like my new class. There are people and friends that I do miss though. But I feel like I have been able to become friends with people that I had never really talked to. I have realized that I have more in common with people than I thought.

Evie Harrison, 3rd ESO A



La visión de un profesor del TR

Mi visión del trabajo de investigación que se lleva a cabo en bachillerato es una visión muy particular, sometida a crítica por parte de otras personas que pondrían el acento en otros aspectos que yo no destacaré.

Permitidme que empiece con una anécdota referida al gran filósofo de la ciencia del s.XX Sir Karl Popper. Se cuenta que en su primera clase con sus alumnos de la asignatura de teoría del conocimiento, nada más entrar en el aula, se dirigía a ellos y les decía con solemnidad:

"Cuando les avise, hagan ustedes lo que les voy a decir"
Seguidamente, elevando bastante el tono de voz les espetaba: "¡¡Observen!!"

La reacción de los jóvenes, como podéis imaginar, era una mezcla entre sorpresa y confusión debido a que no sabían muy bien cómo actuar.

La moraleja o lección de esta historia, lo que pretendía el filósofo, era que se dicesen cuenta que, a pesar de lo que afirma el empirismo ingenuo, toda investigación, sea esta de lo que sea, no empieza con la observación desnuda, sino con el planteamiento de un problema, de una pregunta o de una hipótesis que serán el hilo conductor de dicha investigación. Relacionándolo con el trabajo de investigación de bachillerato, este es sin duda el punto esencial del mismo, la formulación con claridad meridiana de esa pregunta o esas preguntas cuya respuesta se va a convertir en objetivo prioritario durante casi un año.

Si se consigue este primer objetivo, se tiene ya el armazón estructural del trabajo, se tiene ya, si se me permite la metáfora, el hilo de Ariadna para entrar en el laberinto de la investigación. Seguidamente, dentro de lo que es la investigación, no puede

faltar una búsqueda bibliográfica de información teórica, que sería la base conceptual del proceso que se lleva a cabo.

Finalmente, en un trabajo de investigación que se precie, tampoco puede faltar el denominado "trabajo de campo", es decir los pasos estructurados y originales que han de llevarse a cabo para responder la pregunta o para "falsar" la hipótesis. Del éxito del trabajo de campo dependerá muy mucho la nota del proyecto.

Creo que, al final, el estudio serio y concienzudo de todas vuestras asignaturas en el colegio, deberían seguir una estructura similar a la del proyecto. ¿Y por qué lo digo?. Pues porque denota madurez académica.

Es decir, en todas las asignaturas que los alumnos cursan durante todo el año, aparecen preguntas que surgen al estudiar sus contenidos y también aparecen aspectos que no entienden del todo, y cuál hipótesis personal, creen que tienen una cierta explicación. Si no se quedan en este paso y para cada asignatura elaboran un método de trabajo con el objetivo de responder esas preguntas sin dejarlo para el final, acabarán sin duda con una visión de conjunto de las asignaturas que les permitirá afrontar los exámenes con optimismo.

Es por todo ello que creo que quien es capaz de captar la importancia de un trabajo de investigación bien planificado puede, no solo superar con suficiencia dicho trabajo, sino también, siguiendo el mismo espíritu de profundización en todas las asignaturas de su curriculum, enfrentarse a ellas con rigor y con garantías de éxito.

Quizá pecho de ingenuo, pero esta es mi hipótesis...

Xavi Nalda, Profesor

El nostre col·legi

Trabajo de investigación

El TR es un trabajo de investigación que se presenta en el segundo curso y representa el 10% de la nota final de Bachillerato. Cada alumno cuenta con un profesor asignado para que haga de tutor de su trabajo.

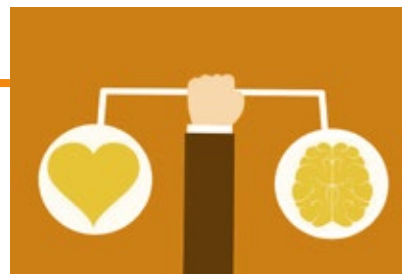
El tema es lo más importante

Es a principios de primero de bachillerato cuando has de tomar una importante decisión: "¿Sobre qué haré mi trabajo de investigación?"

Cuando te planteas esta pregunta, has de tener en cuenta muchos factores, pero especialmente el hecho de que vas a trabajar sobre ese mismo tema durante casi un año. Debes escoger algo que te interese, que tengas curiosidad por saber hasta el último detalle y que, cuando sea el momento de trabajar día tras día en ese tema, no te suponga un esfuerzo, sino un rato de indagar e investigar para poder sacar el máximo provecho y elaborar tu proyecto.

Para poder llevarlo a cabo y obtener buenos resultados se ha de ser constante, trabajar de una manera autónoma, ir haciendo reuniones con el tutor que se te asigna y no dejarlo para el último momento, ya que los nervios y el estrés que te pueda causar te van a perjudicar seriamente.

En mi opinión, este trabajo ha sido una manera de aprender a redactar, saber contrastar informaciones con la ayuda de



libros e internet y seguir un hilo conductor, es decir, aprender a entrelazar conceptos para que no quede desestructurado.

Al acabar mi trabajo, me he dado cuenta de todo lo que me ha aportado, en ningún momento ha sido una carga para mí, más bien todo lo contrario. Aunque al principio no tenía muy claro lo que quería hacer, ya que tenía varias ideas, decidí, finalmente, decantarme por la inteligencia emocional, la capacidad de reconocer los sentimientos en los demás y de poder expresar los propios. Cuando empecé a buscar información que me di cuenta que debía centrarme en un tema más específico y no tan general. Al final me decanté por investigar más a fondo la relación de la inteligencia emocional en el ámbito laboral, más concretamente, en la empresa y los negocios. Este tema lo tocamos un poco por encima en una clase de empresa a principios de bachillerato y me resultó interesante.

Gracias a este trabajo me he dado cuenta de hasta qué punto pueden llegar a influir las emociones en el día a día y en cualquier ámbito de la vida.

Mi consejo es, como ya he dicho antes, escoger un tema que te atraiga y ser muy constante en todo el desarrollo del trabajo de investigación.

Paula Insensé, 2º Bachillerato C

Dones pioneres

Durant molts segles, les dones han tingut un paper secundari en la història de la humanitat, han estat eclipsades pel protagonisme en què vivien els homes. L'única raó per la qual existien era la realització de les tasques domèstiques i la cura dels nens. Eren considerades inferiors, tant físicament com intel·lectualment. "Una dona científica? Impossibile, no són prou intel·ligents, només serveixen per cuidar dels fills". Aquest era el pensament de la nostra societat fa poc més de cent anys, i fins i tot avui en dia, hi ha homes que segueixen tenint una mentalitat semblant.

Durant molt de temps, les dones han hagut de superar molts obstacles i crítiques sobre les seves habilitats o la seva intel·ligència. Tot i aquests impediments, han pogut demostrar les seves capacitats, tant artístiques com científicotecnològiques, i aconseguir allò que s'havien proposat. Algunes d'elles han aconseguit passar a la història gràcies a les seves invencions: Marie Curie, coneguda per la teoria de la radioactivitat i el descobriment del radi el poloni; o Mary Shelley, la famosa escriptora de la novel·la Frankenstein.



El nostre col·legi

D'altres només han sigut reconegudes per la seva bellesa o classe social, com és el cas de Nefertiti, una faraona i reina egípcia que va promoure molts canvis en el govern i religió d'Egipte.

Tot i la petita minoria coneguda de dones pioneres, moltes no han tingut la importància que es mereixien i han quedat perdudes en la història. La inferioritat del sexe femení respecte al masculí ha sigut, i segueixen sent, la principal causa d'aquesta falta de reconeixement. Actualment, als llibres de text només un 10% dels noms que hi apareixen pertanyen a dones. Aquest nombre demostra la poca importància donada al sexe femení durant la història. Al nostre col·legi, hem volgut canviar aquest percentatge.

Elles: dones que van canviar la història
 Elles: dones que van canviar la història és una enciclopèdia que recull les biografies de aquelles dones que van tenir



un paper molt important en el desenvolupament de moltes disciplines al llarg de la història. Aquest projecte ha estat emprès per quatre alumnes de segon de batxillerat del nostre col·legi: Diego Sánchez, Regina López, Lucía Prellezo i Kim Delgado. La finalitat del treball és la reivindicació i la visibilitat de moltes dones pioneres.

El grup s'ha organitzat de manera que cada membre realitza una feina específica: el Diego recerca la informació necessària, la Lucía fa els còmics dels personatges, la Regina crea els dibuixos i la Kim s'encarrega de l'animació i les històries d'Instagram. A més, han classificat les dones que intenten mostrar segons la seva ocupació o vocació: les filòsofes (taronja), les artistes (vermell), les activistes (groc), les científiques (verd), les escriptores (blau) i les dones històriques (lila).

El projecte va començar l'octubre de l'any passat, quan els alumnes van haver de pensar una idea pel seu Treball de Recerca. Al nostre col·legi, la igualtat de gènere és un tema molt tractat degut a la seva importància en l'actualitat. Per aquesta raó, els quatre alumnes encarregats d'aquest treball van decidir realitzar una espècie d'enciclopèdia per fer visible aquelles dones que han quedat eclipsades pels homes al llarg de la història pel simple fet de pertànyer al sexe femení. Després d'un any, treballant i buscant informació, han fet una exposició a l'Espai Jove de la Casa Sagnier i han aconseguit reivindicar la importància de més de 50 dones històriques.

L'excel·lent treball que han realitzat aquests alumnes ha demostrat la quantitat de dones pioneres que han existit al llarg de la història. Tot i així, la seva falta de reconeixement és un factor que hauria de canviar. Tant homes com dones mereixen rebre la mateixa importància pels seus descobriments. Donem-los a conèixer a tots per igual!

Judit Viladecans, 1r Batxillerat A



El nostre col·legi

A year on exchange

Have you ever thought about going for one year to another country to learn for example, English? Well, we have actually done it. Marta has gone to the other side of the Atlantic Ocean, to Canada, and Pablo has gone to the north of Europe, to the UK.

Marta

Last year I was in Victoria, Canada, close to Vancouver. It was a really great experience and I had the best time there. I stayed with a host family, and they were really nice. They are now like a second family for me. The first weeks I was a little bit homesick because I was really far away from home, I didn't know anyone, and sometimes it was kind of hard to understand people because I did not have a really high level of English. It was pretty easy to make new friends and there were also a lot of international students that were going through the same situation as me. But as time passed by, I made a lot of friends and I felt really comfortable there, and my English was improving. It was not that hard anymore to understand people. I started having so much fun and I really liked living there.

The Canadian schools are really different from the Spanish school, some of the main differences are: first, there you can choose all your subjects, so you take the subjects that you think will be better for your future. You only take 8 subjects a year which means you have four subjects per term.

While I was there I joined some sport teams, first I joined volleyball, after the season ended, I started basketball, and lastly I played tennis.

In conclusion, I think that going a year on an exchange is a really great experience where you learn a lot of things and meet people that make you grow up as a better person.

Marta Viladomiu, 4th ESO



Pablo

I spent the whole last year in England, close to Liverpool. I did enjoy it a lot, and I had a very good time there. I lived in a boarding school, sharing my room with a boy from Qatar. When I got there, I didn't know anyone, but it was really easy to make friends because some of them, the international students, were in the same position as me. The first weeks were a bit hard because I didn't understand most of the things and I felt a bit lost and homesick. However, as time passed I felt more and more comfortable and I enjoyed my experience more.

There were many differences in the school. For example, I could choose my subjects there, depending on what I liked and I wanted to do in the future. Also, I didn't play only one sport for the whole year. I played rugby in the first term, football on the second and cricket on the third. I don't recommend cricket, it is really boring.

Also, living with friends and a teacher at home is very different. Some things are better, but some things are worse but it is always really fun.

In conclusion, I recommend going away for a whole year. It is a one-time in life experience, and if you have the chance to do it, take it. You won't regret it.

All in All, we both think it is a recommendable experience and we don't regret our year there at all. The comeback to Spain was a bit hard because we had already got used to living there and we had to return to our old routine and lifestyle again. However, it is good to be with our family and friends again. We know we will manage to get back to how it was two years ago.

Pablo Ayo, 4th ESO



El nostre col·legi

Un dissabte qualsevol d'una alumna

que acostumen a ser a les vuit o nou del matí i acaben a les onze o dotze del migdia. Si no tinc partit, passo els matins sense fer res important: escoltant música, mirant la televisió, llegint...

Algunes vegades, si tinc exàmens finals o algun treball molt llarg, aprofito el matí per fer resums o esquemes o per avançar la feina. Dino cap allà a les tres de la tarda i després escolto música amb el tocadiscs. Depèn de les coses que hagi de fer, puc passar-me tota la tarda escoltant música o tocant el piano.

A les tardes estudio i faig deures, o faig exercicis del Baxillerat Dual si no els he pogut fer al llarg de la setmana. Si no tinc feina, acostumo a trobar-me amb les meves amigues per anar al cinema, anar a comprar, o simplement trobar-nos a casa d'algun amic. Abans d'anar a sopar, em dutxo i endreço l'habitació. Sopo per allà a les deu i quan acabo miro una pel·lícula o lleigeixo fins tard. En resum, aquest és un dissabte qualsevol a la meua vida.

Aina Creus 4º d' ESO

Els meus caps de setmana poden ser molt diferents. En alguns puc fer moltes coses, com anar a visitar a la família, veure'm amb les amigues, anar de viatge a algun lloc... I uns altres puc passar-me tot el dia tancada a casa sense aprofitar el temps. Depèn del que els meus pares i jo hàgim de fer el cap de setmana, decidim fer una cosa o una altra. Sempre que podem, anem al poble del meu pare a passar el cap de setmana o a visitar els meus avis, però això només passa quan no hem de fer res important a Barcelona, que no és gaire sovint. Generalment, passo els caps de setmana a la ciutat.

En un dissabte normal, acostumo a aixecar-me tard, cap allà a les onze, sempre i quan no tingui un partit de voleibol,

Un sábado cualquiera en la vida de un profesor

Un sábado en la vida de un profesor no suele ser tan dispar al de un alumno.

Ellos suelen asegurar que durante sus días libres dedican demasiado tiempo al estudio, a la preparación de exámenes, redacciones... pero, ¿conocen realmente el tiempo que fuera de las aulas seguimos dedicándoles?

Es cierto que un sábado cualquiera en el que mis alumnos no tengan entregas de trabajos o acaben de realizar pruebas evaluativas, alterno todo aquello que considero importante en mi vida, como la familia, los amigos, el deporte, etc. Madrugar y aprovechar las primeras horas del día saliendo a correr con amigos que comparten tus mismas aficiones, no tiene precio. Resulta muy gratificante escapar del estrés de la ciudad y poder respirar aire puro disfrutando de las vistas que nos ofrece la montaña de Collserola y, a la vez, cuidar tu cuerpo y mente. Mens sana in corpore sano, como ya aconsejaban los clásicos.

Más tarde llega la recompensa, que como dirían mis amigos corredores: "Lo mejor de correr es dejar de correr", y recuperas fuerzas con un buen desayuno junto a las personas con las que compartes tu vida.

El resto del día suele ser más improvisado. Te dedicas a las tareas del hogar, a la compra semanal, y buscas tiempo para ver a la familia ya que, al fin y al cabo, ellos son los que siempre estarán ahí. Las tardes suelen ocuparla los amigos y los planes que suelen surgir, siempre y cuando no haya que preparar alguna clase.

En cambio, todas estas palabras se transforman cuando llegan épocas de exámenes... Los madrugones no suelen ser para hacer deporte, sino para encender la lámpara del escritorio y centrarte en corregir. Pasar largas horas frente al ordenador y según el volumen de trabajo, tu casa termina reduciéndose a tu estudio. Sólo escapas para comer algo o cuando tu neuronas ya no aguantan más.

Ser profesor no es sólo un trabajo, es una vocación. Por esta razón, cuando llegan esos días, recuerdas que has escogido ayudar a los niños a crecer, a aprender y a formarse, y es precisamente esta la motivación que recompensa todo lo demás.

Daniel Martínez .Professor d' ESO



El nostre col·legi

El concurs de la castanyera

Els alumnes de 1r i 2n de Primària van participar en un concurs de la castanyera.

Aquest concurs consisteix a crear una il·lustració de la seva pròpia castanyera, és a dir, de com la tenen idealitzada. Aquest experiment buscava que els alumnes tinguessin total llibertat representant a la seva castanyera de la forma que volguessin. Realment tenim uns alumnes molt creatius i amb molta motivació.

Julia Sole 1º Batxillerat



Lúa iglesias 2b primaria



Alexandra font 2a primaria



Patricia gassó 1c primaria



Eduard de Quadras 1 Epri



Ana adao 2c primaria



Stay sofia plaser 1a primaria

El nostre col·legi

Excursió a Collserola

Sempre he vist el club excursionista com una petita família on l'edat no té importància i on qualsevol es pot relacionar tant amb nens més petits com amb pares.

La primera excursió del club va ser el 19 d'octubre i, un cop realitzada, es va fer l'acampada al col·legi. En un principi, la sortida era al Papiol, però es va canviar per una caminada per Collserola. Vam arribar al col·legi a primera hora del matí i vam pujar cap a la Carretera de les Aigües per començar l'excursió.

M'encanta la sensació d'estar caminant mentre parles amb la gent del teu voltant i alhora, tens a la teva disposició unes vistes de la naturalesa impressionants.

En aquest cas, es podia veure tota la ciutat de Barcelona als teus peus. Després de dinar, vam baixar cap al col·legi. Més tard, vam cantar l'hora dels adéus i vam pujar al pati de l'escola per instal·lar-nos.

Elena Barrio, 1r Batxillerat



La informàtica al Jesús-Maria

Actualment, l'ús de la tecnologia ha produït un impacte molt gran en l'educació que afecta de diverses maneres a l'aprenentatge dels alumnes. Des de l'aparició d'Internet, s'ha originat una revolució tecnològica a les aules. Gran part del que eren llibres, llibretes o llibres de text, cada vegada més, són ordinadors, tauletes tàctils, dispositius electrònics, etc.

Alguns dels principals avantatges d'aquest canvi són: l'augment de l'autonomia dels alumnes a l'hora d'aprendre i l'aprenentatge que fan sobre l'ús responsable de les noves tecnologies.

Instal·lacions a l'escola

L'escola compta amb diverses aules d'informàtica a disposició dels alumnes, cadascuna amb un nombre d'ordinadors suficient i connectats a Internet pel treball dels alumnes a classe. Els alumnes es desplacen a l'aula d'informàtica co-

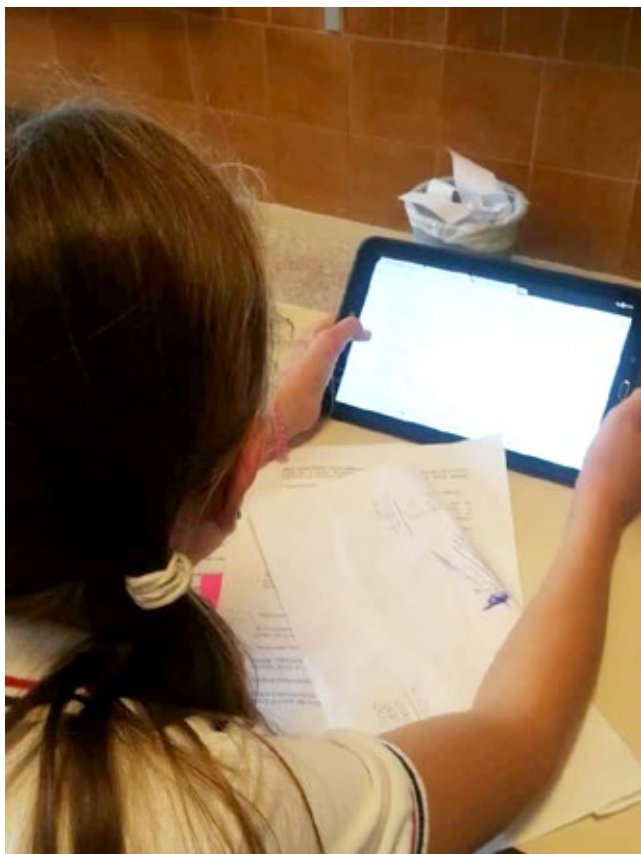


responen en l'horari de la classe.

Informàtica és una assignatura complementària a Ed. Infantil i Primària, i optativa, a la ESO. A més a més, també es desplacen a aquestes aules en altres assignatures que puguin fer servir els ordinadors. Allà, el professor compta també amb connexió a Internet i permet el control des del seu ordinador. A més a més, totes les aules compten amb una pissarra digital connectada a la xarxa Wi-Fi que proporciona el col·legi.

L'escola acompanya els adolescents en l'ús de la tecnolo-

El nostre col·legi



gia perquè aprenguin a utilitzar-la de manera segura, per aprofitar els seus beneficis i evitar els seus riscos, i perquè siguin crítics amb la informació que reben i desenvolupin una relació saludable amb les xarxes

La tecnologia als diferents cursos

Els alumnes més petits de P3, P4 i P5 tenen a la seva disposició tauletes tàctils que utilitzen per jugar a jocs que fomenten el seu aprenentatge. L'escola vol educar els alumnes des de petits en un ambient on puguin aprendre a fer un ús adequat de les noves tecnologies. Aprendre d'aquesta forma és una manera més ràpida i fàcil.

Les pissarres digitals instal·lades en les seves aules les fan servir per veure vídeos o pel·lícules en altres idiomes, o per jugar dinàmicament amb tota la classe.

L'alumnat de primària també compta amb dispositius electrònics que, depenent del curs, els utilitzen per fer unes activitats o unes altres. A cinquè i sisè de primària, per exemple, fan servir les tauletes tàctils o ordinadors per fer treballs a classe i buscar informació sobre l'assignatura.

En aquests cursos, les pissarres digitals de les aules són de suport per algunes assignatures, ja que n'hi ha algunes que no tenen llibre en paper perquè el projecten digitalment. També, es projecten exercicis per fer a classe, àudios del llibre de text, vídeos, pel·lícules...

Els alumnes de la ESO i Batxillerat han de portar a l'escola el seu propi dispositiu, ja sigui tauleta tàctil o ordinador portàtil. Els fan servir quan ho demanen els professors de les diverses assignatures. Normalment, els utilitzen per buscar qualsevol tipus d'informació i per fer treballs que, posteriorment, s'exposen amb l'ajuda de la pissarra digital.

En aquesta darrera etapa, es vol ensenyar als alumnes que, a banda de poder aprendre d'una manera diferent i més moderna, han de ser conscients dels perills que pot comportar navegar a les xarxes.

Elena Barrio, 1r Batxillerat A



El nostre col·legi

El programa Tei un projecte global

Aquest curs 2019-2020 hem començat a posar en marxa un projecte global que ens il·lusiona ja que dona resposta a algunes de les inquietuds que sempre hem tingut, tant els professors, com la direcció, com en converses amb els pares i també quan plantegem aquestes situacions als mateixos alumnes: quina és la millor manera de gestionar les situacions d'indefensió, de maltractament, d'assetjament que es puguin donar entre els nostres alumnes i, molt especialment, quins mecanismes tenim per poder detectar aquestes situacions de maltractament.

El programa TEI (Tutoria entre iguals) es va començar a treballar a partir de les propostes d'Andrés González Bellido, psicòleg i catedràtic, i es va començar a implantar a Barcelona el curs 2002-2003 en un centre públic. Actualment està implantat a més de 1200 centres escolars a tot Espanya, i està avalat per diverses universitats.

El programa TEI, en resum, pretén donar resposta a les diverses situacions de maltractaments i situacions d'indefensió que es produeixen en els alumnes de primària i secundària, tant si es tracta de situacions d'exclusió, com d'agressió o d'amenaces, i es parteix del principi que, perquè aquestes situacions es produeixin, cal que hi hagi, evidentment, un agressor i una víctima, però també alumnes que facin d'espectadors i, molt especialment, un entorn que ho permeti.

Per això aquest programa TEI busca que siguin els propis alumnes, en aquelles edats en què aquestes situacions es produeixen amb més claredat, els qui gestionin i puguin donar resposta als casos de maltractaments, detectant-los a temps i actuant immediatament.

El programa TEI es fonamenta en la creació d'uns grups d'alumnes TUTORIS (a 5è de primària i a 3r d'ESO) i uns alumnes TUTORITZATS (a 3r de primària i a 1r d'ESO).

El mecanisme és molt senzill: a cada alumne dels cursos superior se li ASSIGNA un alumne dels cursos inferiors. Aquestes parelles d'alumnes s'han de poder veure un parell de vegades al llarg de la setmana, a l'hora del pati de mig matí o, preferiblement, del pati del migdia. En aquestes trobades es pretén que s'obri un canal de confiança entre ells. Quan algun alumne que estigui patint una situació d'assetjament, l'alumne tutor es comunicarà amb l'alumne agressor i amb el seu tutor, de manera que es podrà començar a visualitzar el problema abans que la situació s'agreuï. En el cas que les gestions no donin resultat, els dos tutors (de l'agredit i de l'agressor) comunicaran els fets al Coordinador TEI, que tindrà la potestat, si veu que la situació de





PROGRAMA TEI



RECOMANACIONS (ADAPTADES) PER A FOMENTAR LA SALUT MENTAL DELS INFANTS EN ENTORNS EDUCATIUS: CONSELLS PER A FAMÍLIES I EDUCADORS/ES.

Associació de Psicòlegs Educatius d'EE.UU. (National Association of School Psychologists).

1. Crear un sentit de pertinença.

- Crear relacions sòlides i positives entre l'alumnat, el professorat i les famílies és important per a promoure el benestar.
- Sentir-se acceptat/da pels altres i confiar en els companys/es i si mateix, és fonamental per a una bona adaptació.

2. Promoure la resiliència.

- Les adversitats formen part de la vida i ser resilient és important per a superar els desafiaments i tenir una bona salut mental.
- Sentir que formen part de l'escola, ajudar els altres i enfrontar amb èxit situacions difícils poden contribuir a fomentar la resiliència.

3. Desenvolupar competències.

- Els infants necessiten saber que poden superar els desafiaments i aconseguir els objectius a través de les seves accions.
- Aconseguir un bon rendiment acadèmic, així com desenvolupar talents i interessos individuals, els ajuda a sentir-se competents i més capaços de gestionar l'estrès positivament.
- La competència social, és a dir tenir amics/jues i relacions properes, pot ajudar a millorar el benestar mental.

PROGRAMA TEI 1



PROGRAMA TEI



4. Assegurar un ambient positiu i segur.

- Sentir-se segur/a a l'escola és fonamental per a l'aprenentatge i per a la salut mental dels estudiants.
- Cal promoure conductes positives com el respecte i la responsabilitat, així com prevenir conductes negatives com la intimidació i l'assetjament. Per a això cal proporcionar regles de conducta comprensibles i pràctiques de disciplina justes.
- Cal ensenyar als infants a treballar junts per a enfrontar-se a les dificultats, caminant cap a una escola inclusiva.

5. Ensenyar i fomentar la presa de decisions.

- Convé treballar les habilitats socials, la resolució de problemes i la resolució de conflictes per a tenir una bona salut mental.
- Si l'alumnat té experiències reeixides, s'aconsegueix reforçar els comportaments positius i tendran a repetir-los.

6. Animar a ajudar els altres.

- Les conductes prosocials desenvolupen l'autoestima, fomenten la connexió i reforcen la responsabilitat personal.
- Ajudar els altres millora l'autoestima i enforteix la relació i la cohesió del grup classe.

7. Fomentar la bona salut física.

- Una bona salut física reforça una bona salut mental.
- Hàbits d'alimentació saludables, exercici regular i pautes de descans adequades, protegeixen als infants contra l'estrès de les situacions difícils.
- L'exercici també ajuda a reduir les emocions negatives, l'ansietat, la ira o la depressió.

PROGRAMA TEI 2

mediació no ha donat resultat, de recórrer a les Normes de convivència de l'escola.

En el fons, les activitats que es fan al voltant del programa TEI ens ajudaran a treballar les emocions i a millorar el clima de convivència de l'entorn escolar. També ajuda a

PROGRAMA TEI

8. Formar professorat, famílies i alumnat.

- Sobre els símptomes més habituals dels problemes de salut mental.
- La informació ajuda a trencar l'estigma que hi ha entorn de la salut mental i permet reconèixer quan han de demanar ajuda.
- Professionals de la salut mental infantil poden proporcionar informació útil sobre els símptomes de problemes com la depressió o el risc de suïcidi.

9. Accés als serveis de salut mental.

- Proporcionar serveis de salut mental per a estudiants que van des de la promoció del benestar fins a l'avaluació i intervenció primerenques, intervenció en crisi, assessorament o derivació a altres serveis.

10. Crear un equip de resposta en crisi.

- Estar preparada per a respondre a una crisi és important per a salvaguardar l'estat mental i físic dels estudiants.
- A més de la seguretat, s'ha de proporcionar serveis de prevenció, intervenció i post-intervenció en salut mental.

PROGRAMA TEI 3

trobar aquells alumnes que tenen altes competències emocionals i que són capaços de descobrir situacions de patiment i de gestionar-les, i també aquells alumnes que tenen necessitats específiques de suport educatiu.

En definitiva, aquest programa acaba fent que els alumnes es posicionin clarament davant les situacions de CONFLICTE, VIOLÈNCIA, DRETS, EXCLUSIÓ I DISCRIMINACIÓ.

Si voleu més informació sobre aquest programa, podeu consultar la seva pàgina web (<http://programatei.com/>) on trobareu també articles i vídeos que us poden interessar.

Jaume Closa, professor Jesús María

El nostre col·legi

Otra visión antes de empezar el proyecto



El TEI (Tutoría Entre Iguales) es un proyecto para ayudar a los niños a que no se peleen y se ayuden entre estudiantes. En mi clase no hay mucha compañeros que se peleen, pero a veces sí que puede haber alguna pequeña discusión. Antes de empezar el TEI, sí había alguna pelea: los niños se enfadaban más y nadie les podía ayudar. En cambio, a partir del comienzo del TEI, eso no será así.

Si alguien me molesta, le puedo comentar al tutor que me han asignado y así me ayudará a que esa persona deje de incomodarme. Si ese niño o niña todavía continúa, mi tutor podrá ir a buscar a la tutora del TEI. Y, por último, la tutora del TEI le dirá aquel niño que pare y lo castigará si hace falta.

Quando nos explicaron cómo funcionaba el TEI, también nos mencionaron temas relacionado con el acoso escolar que nos han hecho pensar y han conseguido que nos comportemos mejor que antes. Nos han explicado situaciones que podrían llegar a pasar y que nos han hecho reflexionar mucho.

Estoy muy emocionada porque tendré un nuevo tutor -que no será un adulto- y me podrá ayudar y aconsejar mucho. Asimismo, también será un nuevo amigo. Creo que cuando empiece el TEI no habrá ninguna pelea y habrá mejor relación entre los alumnos.

Anna (Han) Zhao, 3º de primaria A



El nostre col·legi

Encuentro de jóvenes en Madrid

Un grupo de alumnos de 1º de bachillerato hemos tenido la oportunidad, un año más, de poder asistir a un encuentro reúne a los jóvenes de los colegios Jesús María de toda España.

Hemos estado cuatro días en un pueblo llamado Collado Mediano, situado cerca de Madrid, donde conjuntamente con otros jóvenes hemos realizado diferentes actividades, por ejemplo, una gincana sobre el cambio climático para podernos concienciar de ello y otras relacionadas con el lema del encuentro: "Te sigo, te hablo, itu historia!"; de esta manera nos conocíamos mejor los unos a los otros. Además, vinieron algunas personas a contarnos sus historias de superación personal, las cuales impactaban. Por las noches, todos los jóvenes nos poníamos a cantar canciones con la guitarra.

En conclusión, gracias a este encuentro no solo nos llevamos unos días de diversión, sino también nuevas amistades.

Blanca Cardellach, 1º Bachillerato C



Grup d'amics

Grup d'amics és una agrupació que fem entre amics. L'organitza l'alumnat de batxillerat i la seva finalitat és fer més amics a l'escola i aprendre a conviure en grup. Fem l'activitat grup d'amics els dilluns de dues a tres de la tarda. Ho fem els nens i nenes de cinquè i sisè.

Per realitzar l'activitat, ens esperem en el pati i allà ens venen a buscar els monitors (alumnes de batxillerat). Un cop tots junts, anem a la sala verda i ens esperem una estoneta els companys que estan acabant de dinar. Acte seguit, ens ajuntem amb els grups que hem fet. A partir d'aquí, comencem a fer activitats.

Marta Fuentes, 5è Primària





L'aula d'acollida és un recurs obert, un espai acollidor que proporciona atenció emocional i curricular personalitzada i un aprenentatge intensiu de la llengua catalana, tant pels alumnes d'Educació Primària com pels de la ESO, sense perdre el contacte amb la resta de grup classe del curs al qual estan adscrits.

QUINS SÓN ELS AVANTATGES?

Mitjançant jocs, activitats TIC i projectes en petit grup i segons el nivell de llengua de cada alumne, els infants i joves aniran aprenent i dominant progressivament totes les habilitats lingüístiques de la llengua catalana: comprensió oral, comprensió lectora, expressió escrita i expressió oral.

El nostre col·legi

Aula d'acollida, un espai per a tots

Per tant, l'atenció individualitzada que reben els alumnes i la implicació en les activitats cooperatives els permetrà també socialitzar i anar deixant d'assistir a la mateixa en un temps proper (ja que la quantitat d'hores d'assistència dependrà de les necessitats de l'alumnat) aconseguint així una total adaptació a l'aula ordinària.

A més, l'aula d'acollida pretén ser un espai on totes les cultures i tradicions tinguin cabuda, ja que a l'escola trobem alumnes d'arreu del món: Anglaterra, Xina, Brasil, França, Iran, Colòmbia, Irlanda, Ucraïna...

Departament d'acollida de l'escola JM

Jubilació, la nova etapa



Vaig entrar a treballar al JM a l'any 1973, primer a educació Infantil, després a l'aula de reforç i a 1er i 2n de educació Primària. He gaudit molt de la meua professió de mestre, el poder compartir, ensenyar a llegir i escriure com ho fet important per poder comunicar-nos es un gust. crec que vaig escollir la millor professió del món. Ara fa un parell d'anys hem vaig jubilar, uff!!, és un moment molt important, dur, saps que passes a un altre estadi de la teua vida, on has de començar a organitzar el teu temps d'un altre manera.

Sort que jo tic molts hobbies, i puc dedicar part del temps. També a la família, als nets, als amics,... i ha fer un voluntariat. (faig catequesis de 1er comunió a l'escola JM).

Si hem preguntes que trobo faltar, et diré el contacte diari amb vosaltres, els alumnes, la vostra energia, la vostra alegria, amb vosaltres saps comença la jornada escolar però no com acaba. Es formidable!!

Trobo molt a faltar els meus companys de feina, les converses, les ajudes, el compartir experiències, el ser un equip que treballa pel be dels nois i noies que tenim a les nostres mans.

Nomes puc dir que de l'escola m'emporto coses molt positives i bones (tot el que no ha estat tan bo, ho he passat per la trituradora).

He après moltes coses tots aquests anys: de la congregació, dels companys docents i no docents. Nois i noies, esteu formant-vos en el millor centre escolar, on els valors de l'evangeli, de la vida estan presents en tot allò que es fa. Absorbiu tot el que us envolta.

Isabel Visus, professora del cole



El nostre col·legi

Batxillerats: Quina modalitat hem d'escollir?

El batxillerat forma part de l'educació secundària post obligatòria i es distribueix en dos cursos acadèmics. Es desenvolupa en diverses modalitats, de manera que pot oferir una preparació especialitzada als alumnes d'acord amb les seves perspectives i interessos de formació. Aquesta etapa és essencial pels estudiants que decideixen cursar el batxillerat degut a la seva importància per fer un grau superior.



El nostre col·legi vol oferir als seus alumnes la possibilitat d'escollir qualsevol de les modalitats bàsiques necessàries per aconseguir entrar a l'opció formativa, tant graus formatius com universitaris, que ells prefereixin. Per aquesta raó, a l'escola s'hi poden escollir cinc batxillerats diferents: el científic, el tecnològic, el social, l'humanístic i l'artístic. Les modalitats científicotecnològiques s'orienten a l'observació de l'entorn per aprofitar els seus recursos, i així, fer un món millor per les persones o les espècies que hi habiten. D'altra banda, els batxillerats social i humanístic s'associen a la interacció i el tracte amb les persones. En canvi, la modalitat artística s'enfoca a la representació de la natura i l'entorn. Encara que cada batxillerat té unes sortides diferents segons el que es vulgui fer en un futur, tant a la carrera com a la posició de treball, en la nostra societat existeixen alguns estereotips sobre l'elecció que haurien de fer els estudiants.

Moltes persones relacionen el fet de treure bones notes amb fer els batxillerats científicotecnològics. D'aquesta manera, aquells estudiants considerats "menys intel·ligents" degut a les notes, que no són tan bones com en el primer cas, són els que suposadament fan els batxillerats social, humanístic i artístic. L'expressió «Qui val val, i qui no al social» mostra a la perfecció aquest pensament que moltes persones, majoritàriament adolescents, tenen avui en dia. No obstant, la modalitat escollida dels estudiants



no hauria d'estar determinada per les notes, sinó per les preferències i qualitats de cadascú. Per tant, tot i que un alumne obtingui excel·lents durant els cursos de secundària, això no implica que hagi de fer un cert batxillerat. A més, el sistema educatiu basa les notes en només alguns tipus d'intel·ligència, no en els vuits que existeixen segons Howard Gardner. D'aquesta manera, un estudiant no hauria de ser considerat intel·ligent per les seves notes, ja que potser destaca en alguna altra de les intel·ligències que no es qualifiquen a l'escola.

Coneixent la importància del batxillerat pel futur dels seus alumnes, el nostre col·legi ofereix cinc modalitats diferents a tots els estudiants, sense tenir cap prejudici. A més, els professors i docents del centre ajuden als alumnes en la seva elecció i el posterior seguiment d'aquesta etapa per tal que aconseguen la formació que volen tenir més endavant o la seva posició de treball desitjada.

Judit Viladecans, 1r Batxillerat A



El nostre col·legi

Anualment, els alumnes tenim l'oportunitat de presentar-nos a diferents concursos a través de l'escola on fem de representants d'aquesta. Participem a tota mena de concursos. Aquí us deixem tres dels concursos més típics en els que l'escola participa: la prova Cangur, el Junior Achievement i (Re)Imagina't.

Per començar, la prova Cangur és un concurs de matemàtiques que s'organitza a més de 30 països i es sol fer cap al març. Pretén despertar interès per les matemàtiques en els més joves. Per això, no busquen solament conèixer fórmules, sinó que la lògica juga un paper molt important en la resolució d'aquests problemes matemàtics. Per aquest motiu, no es permet l'ús de la calculadora, ja que tots els exercicis proposats es poden fer amb el cap. A l'escola hi participen voluntàriament alumnes de 1r i 2n de batxillerat. Des del començament del curs fins a mitjans de març, els alumnes que volen participar es preparen durant mitja hora a la setmana resolent problemes d'altres anys d'aquesta mateixa prova. Participar en aquest concurs beneficia la capacitat de pensar d'un alumne i a més d'una manera divertida.

Seguidament, el concurs de Junior Achievement busca despertar l'esperit emprenedor dels alumnes a partir de la educació econòmica i financera. Hi participen els alumnes de 1r de batxillerat que estudien tecnologia industrial o economia de l'empresa. Es creen grups de quatre o cinc persones i l'objectiu és crear una empresa des de zero desenvolupant també tota la part no visible de l'empresa. Els alumnes han de pensar, produir i vendre un producte mitjançant el mateix procés que ho faria una empresa real. Durant gairebé tot el curs disposen d'una hora a la setmana on es parla dels estatuts d'una empresa, de finances, de màrqueting... A més, s'ha de fer un vídeo explicant i ensenyant el producte.

Posteriorment, aquest serà el vídeo que s'enviarà a Junior Achievement. Aquest concurs fomenta l'autonomia dels alumnes i la visió d'un projecte real, encara que sigui per un any.

Per últim, (Re)Imagina't és un concurs de l'observatori de les dones l'objectiu del qual és la lluita contra el sexisme. Es basa en crear curtmetratges que tractin de fer arribar un missatge quant a les diversitats de gènere. Hi participen alumnes de 3r d'ESO a l'assignatura de Visual i Plàstica. Per grups, han de pensar i desenvolupar una idea basant-se en un tema proposat. El tema d'aquest any és l'esport. S'han fet tot tipus de temes durant els anys, com per exemple el sexisme a les lletres de les cançons o a les pel·lícules. A partir d'aquest tema disposen d'un llarg temps per pensar la idea i enregistrar-la. (Re)Imagina't busca anuncis publicitaris originals i que transmetin clarament la finalitat del missatge.

Participar en aquesta mena de concursos crea un bon ambient entre alumnes i fa que s'ho passin bé, a més d'adquirir diferents qualitats útils en el seu futur.

Maria Christodouloupolos, 1r Batxillerat A

Concursos on l'escola participa



El nostre col·legi

Los Pajes visitan el cole

El pasado domingo 15 de diciembre vinieron a visitarnos los pajes de los Reyes Magos. Un año más, nos han enviado a sus ayudantes para llevarles las cartas. Los niños han tenido la oportunidad de darles sus cartas y poder hablar con ellos durante unos minutos.

Ver a los niños hablar con el paje de su rey favorito (que todos lo tenemos) y verles bajar del escenario del salón de actos con una inmensa expresión de felicidad en sus caras llena de satisfacción a todo el que lo ve.



Ha sido un día muy especial donde los más pequeños se han llenado de alegría e ilusión al ser recibidos por los pajes de Melchor, Gaspar y Baltasar. El evento ha llenado el salón de actos de familias y ha generado un ambiente navideño muy agradable.

Después de una mañana tan alegre como la de ese día, los niños esperan ansiosos a la llegada de la noche de Reyes para poder sentir la magia de nuevo.

Maria Christodouloupoulos, 1º Bachillerato A





Hoy entrevistamos a una monja de la congregación Jesús-María, Madre María del Claustro Bonet. Me sorprendió la pasión y la vida que se podía apreciar detrás de cada palabra y sonrisa. Hay personas que no importa la edad ni el estado en el que se encuentren que siempre consiguen regocijarte. La Madre María del Claustro Bonet, actualmente reside en la escuela JM junto con todas las demás monjas. Nació el 3 de junio del 1924 en Barcelona. Actualmente tiene 95 años, pero un ánimo de una mujer fuerte y valiente de 50 años. Estudio filosofía de letras en Barcelona hizo un curso de teatro y otro de directora de cine y desde el momento que fue consciente decidió que el camino que ella debía seguir era aquel conocido como la religión católica.

Su familia eran catorce hijos, pero ella tan solo conoció a siete. Era el inicio del siglo 19 y todas las enfermedades eran mortales para los niños. Su madre se llamaba Antonia y tenía una gran pasión por poder nombrar alguna hija igual que ella, Antonia. Cuando ella ya era mayor, tuvo otro hijo y le puso el nombre de Antonio y resulta que después se encontró que esperaba otro bebé y en una revisión vieron que eran gemelos. Al dar a luz se dieron cuenta que eran dos niñas, pero como ya había puesto el nombre de Antonio a uno de sus hijos, no quiso repetir de nombres y no tuvo la oportunidad de llamarla Antonia.

¿Hace cuánto eres miembro de la congregación Jesús-María?

Yo entré en la congregación JM aquí, en San Gervasio el día 22 de junio del año 1943. Recién había cumplido los 19 años, junto a mi hermana gemela. Acababa de hacer mi primer curso de universidad, en la universidad de Barcelona donde entonces solo existía una, en la plaza de la Universidad. Estudiaba Filosofía y Letras.

¿Porque crees en Dios? ¿Has dudado alguna vez de tu fe? ¿Cómo decidiste seguir este camino?

¿Como que porque creo en Dios?, si Dios nos ha hecho, porque no voy a creer en Dios. Yo creo que la pregunta sería, ¿porque no creer en Dios?

Hay una frase que es muy bonita que dice: "toda duda es maligna si no se saca, pero una duda es necesaria. Solamente hay dos personas que no tienen dudas, Dios que todo lo sabe, y un necio porque no tiene inteligencia". Toda duda es inicio de saber, quien no tiene dudas nunca sabrá. La catequesis se hace precisamente para esto, para resolver todas las dudas que tenemos. Todas. Lo importante es que cuando alguien tenga una duda acuda a aquella persona que te la pueda responder, si a mí me duele un zapato iré al zapatero, y si me duele una muela al dentista.

¿Ha cambiado mucho la iglesia desde que empezaste?

La iglesia no cambia nunca, lo que cambia son las circunstancias amoldando al mundo donde vive, donde está... La iglesia

El nostre col·legi entrevistés

Entrevista a una monja

no puede cambiar lo esencial pero las circunstancias sí. No sé cómo lo decidí exactamente, fue como un golpe. El día de mi quinceavo santo después de comulgar, sentí, que el Señor quería que yo me dedicara completamente a Él y nunca más he dudado de mi fe.

¿Alguna vez tu familia se interpuso en tu camino como religiosa?

Cuando yo era muy pequeña un día le pregunte a mi padre: "papá, si yo te pidiera para ser monja, ¿me dejarías?" el me miró muy serio y me dijo: "claro que sí hija". Pero fue una tontería de niña. En el momento que decidí seguir este camino, mi padre ya no existía, lo mataron en el año 36 y nosotras entramos en el noviciado del 43. Al terminar el bachillerato se lo dijimos a nuestra madre, pero su primer impulso fue decir que no. Éramos sus únicas niñas y ni se le ocurría pensar que pudiéramos ser monjas, pero al final entre la madre superiora y otra gente la pudimos convencer, con la condición de que esperaremos un año y fuéramos a la universidad, si al acabar el año queríamos seguir ese camino, entonces, ningún problema.

¿Hay alguna estancia del verano que estés instalada en la escuela? ¿Te gusta la tranquilidad de la escuela en verano?

Nunca supe que eran las vacaciones, porque nosotros en verano preparábamos las clases, teníamos grupos de alumnas... Actualmente ya estoy jubilada y mi vida es exactamente igual que la de invierno todo el verano instalada en el colegio. Únicamente cambia el entorno que tenemos en el colegio. Nos da mucha alegría oír los niños cuando van al recreo, participar en las fiestas que nos invitan... y en verano esto no lo tenemos. En verano preparamos las cosas para el curso siguiente.

¿Qué te hubiera gustado hacer y no hiciste por alguna razón desconocida? ¿qué haces tú día a día?

Muchas cosas, a mí me gusta mucho el teatro, el cine, pero sobre todo me gusta muchísimo el dibujo artístico. Primero de todo, cumplir con la voluntad de Dios, que lo tengo reglamentado en mi vida, ir a misa, practicar la parte que está dedicada al señor, la parte que está dedicada a la comunidad, la parte del descanso y por último la parte del trabajo.

Una de las cosas que afirma que le gusta más es ver a los niños salir al jardín, como juegan y disfrutan de la vida. Goza de verlos y revive la juventud y los recuerdos de cuando ella era más pequeña.

Entrevistada: Madre María del Claustro Bonet
Entrevistadora: Júlia Solé

El nostre col·legi entrevistes

El nostre Magic Pablo

L'exalumne Pablo Barán (Magic Pablo), de 22 anys, s'acomiada del seu espectacle ZAS! al Teatreneu de Gràcia després de tres llargues temporades d'èxit a les cartelleres de Madrid i Barcelona.

- A quina edat vas començar?

Em vaig iniciar en el món de la màgia als vuit anys, quan un dia vaig descobrir a casa meua una antiga caixa de "Màgia Borrás". Des d'aleshores, cada dia al arribar de l'escola, feia



els deures i després em posava a practicar nous jocs. També llegia llibres, visitava botigues de màgia, acudia a espectacles, etc. Tan sols un any després vaig fer el meu primer espectacle en una residència d'ancians.

- I després d'això, com vas anar creixent?

Gràcies al boca orella entre familiars i amics, em van anar sorgint oportunitats de treball en esdeveniments privats com comunions, casaments o festes infantils. Un moment important va ser l'oportunitat que em va oferir l'escola d'actuar en el Saló d'Actes, amb l'objectiu de recaptar fons per fins benèfics. També vaig participar al Dia de la Família fent un taller de globoflèxia pels nens i nenes.

El nostre col·legi entrevistes

- Has cursat estudis relacionats amb el món de l'espectacle?

No. Jo soc autodidacta en el món de la màgia, i tot el que he après ha estat a partir d'hores i hores d'assaig. No obstant, des de petit he tingut clar que em volia dedicar al món de l'espectacle, per això he volgut orientar els meus estudis cap a una vessant artística i creativa. A l'escola vaig decidir cursar el batxillerat social-artístic, que era el que més s'apropava a la meua personalitat i als meus objectius. Després, vaig iniciar el grau de Comunicació Audiovisual, però no em va convèncer i vaig decidir provar amb Disseny, que acabo aquest any.

- Quan i com dones el salt als escenaris?

Poc després d'acabar l'escola, un cop vaig complir els 18 anys, el Teatreneu em va obrir les portes. Allà vaig poder actuar dins el cartell de Màgia Kids juntament amb altres mags. Als 19 vaig decidir fer el meu propi espectacle, ZAS!, una producció amb un gran treball al darrera i que ha comptat amb la col·laboració de grans professionals de direcció, coreografia, escenografia, il·luminació i vestuari. A més del Teatreneu, vaig estar una temporada a la Gran Via de Madrid.

- Què trobarem a "ZAS!"?

"ZAS" és un espectacle dirigit a tota la família, amb un llenguatge i una posada en escena molt pensat per a nens i que innova per combinar la màgia i la dansa. Trobareu molta música, color i, per descomptat, màgia, ja que durant l'hora d'espectacle transcorren més de 30 sorprenents jocs. L'objectiu és explicar una història que trasllada l'espectador per diferents llocs del món per trobar en Zas, que no us revelaré qui és. L'espectacle disposa de sorprenents efectes visuals i vestuaris ambientats en diferents cultures.

- Quin joc de màgia del teu espectacle funciona millor amb el públic?

És difícil triar-ne només un! Tant petits com grans es queden sorpresos amb tots els jocs, tant els més simples com els més complexos. Durant l'espectacle, veureu tot tipus d'il·lusions: objectes que volen, persones que apareixen i desapareixen, que són tallades per la meitat... però també jocs tradicionals amb plomes, mocadors, barrets o cartes gegants. I el millor és que tot el públic participarà per trobar en Zas sense moure's del seient, movent les banderes que se'ls lliura abans de començar la funció.

- On i quan es pot veure?

Al Teatreneu (c/ Terol 26 Vila de Gràcia 08012 Barcelona), a partir de l'1 de desembre fins el 19 de gener. Podeu trobar més informació sobre les dates i horaris a través de les webs de Teatreneu i Atrápalo.



- Com et plantejes el teu futur professional?

La meua intenció és continuar fent el que més m'agrada, dedicar-me professionalment a la màgia, i poder créixer cada cop més gràcies a les oportunitats que se'm presentin. La major recompensa al meu treball és veure la il·lusió dels nens, però també l'agraïment que em mostren els pares per fer-los creure una mica més en la màgia. El que més m'agrada és poder-los conèixer després de l'espectacle i fer-me una foto amb ells al photocall. És allà quan t'adones que l'afecte que reps és el que et fa continuar lluitant pels teus somnis.

l'Exalumne Pablo Barán



El nostre col·legi entrevistest

Entrevista a Edmon Cartró



Hem volgut fer-li una petita entrevista a l'Edmon Cartró, professor de la ESO i a més a més, qui porta el projecte de la Sala Rock.

• Bon dia Edmon

Bon dia!

• Som-hi doncs, quan va començar el projecte Sala Rock?

El projecte va començar fa uns 11 anys, cap a l'any 2008, quan va arribar un professor que es deia Joan Carles a l'escola i va posar en marxa aquesta idea bastant simple que consistia a comprar una bateria electrònica i un parell d'altaveus, agafar algun altre material que ell tenia i començar aquest projecte sense nom on alumnes a partir de 3r d'ESO s'hi podien sumar. Més endavant se li va posar el nom de Sala Rock. L'objectiu inicial era donar un espai on els alumnes tocaven instruments i podien fer bases amb amics. No estava tutelat, sinó que s'oferia simplement l'espai i els nens anaven i hi assajaven.

Al cap de 3-4 anys, el Joan Carles va marxar a viure a Andorra i em vaig quedar jo amb el projecte. Vaig decidir que en lloc de començar a 3r d'ESO, seria una bona idea que comencés a 1r d'ESO. Al principi va ser difícil, jo estava sol amb tot el projecte després d'haver estat uns anys amb el Joan Carles. A més a més, el meu nivell de música en aquell moment no era tant elevat com per portar bases, ajudar, gravar... Però de mica en mica, jo he anat aprenent i creixent com a músic i el projecte ha anat creixent amb mi. Des de fa uns anys fem audicions i entren a Sala Rock alumnes amb ganes i amb un mínim de nivell per participar.

• En aquell moment et vas imaginar que aquest projecte triomfaria tant entre els alumnes?

Quan vam començar, jo ja portava al cap la idea de fer més gran aquell projecte. No m'imaginava haver-me implicat tant com ho he acabat fent, posant tantes hores però també rebent tantes satisfaccions.

Jo venia d'una escola que aquest projecte existia. Vaig començar a tocar la guitarra precisament perquè a aquella escola on jo estava vaig tenir l'oportunitat, hi havia una guitarra elèctrica i uns amplificadors i tenia un lloc on assajar i aprendre poc a poc. Quan vaig venir a l'escola, jo tenia la idea de crear alguna cosa així, però en aquell moment hi havia altres projectes. Quan va començar poc a poc va anar creixent i creixent però, resumint, no. La veritat és que mai m'hauria pensat que se'm aniria tant de les mans, i que es convertiria en una cosa tan gran i coneguda a l'escola.

• Com et sents quan veus els teus alumnes, ja siguin de la ESO o de Batxillerat pujats a un escenari gaudint i tocant, i tot gràcies a tu?

No tot és gràcies a mi. Jo sóc el que motivo perquè ells a casa practiquin, facin classes, aprenguin més... Jo l'únic que faig és la part de la motivació, fer que els nens posin ganes. Quan veig un grup a un escenari tinc moltes sensacions. Primer hi ha el patiment que ho facin bé, però després hi ha la sensació de satisfacció. Jo he estat a dalt d'un escenari i és de les millors coses que m'han passat a la vida, poder tocar davant d'un públic... Veure que alumnes tant joves poden estar en escenaris com per exemple Luz de Gas, a mi m'emociona molt.

Veure'ls sentir la música casi tant com jo em fa súper feliç. Aquests moments són els que realment paguen tota la quantitat d'hores que jo hi dedico al projecte.

• Et sents orgullós quan veus que d'aquest projecte han sortit persones que s'estan dedicant a la música com per exemple, el Cesc?

La paraula orgullós no, més aviat la paraula és feliç. Jo no estic fabricant músics perquè triomfin, estic motivant a persones que els hi agrada la música a tenir aquesta experiència a Sala Rock, i si a més els hi serveix després per continuar en el món de la música i triomfar, em sento molt feliç. Veig que alumnes que he tingut a classe i a Sala Rock han triomfat en allò que els hi agrada. M'agrada molt veure al Cesc sortir a la televisió o anar a algun concert seu, em fa sentir-me molt content.

• Et fa pena quan algú que porta molts anys a Sala Rock decideix deixar-ho?

Bé, és llei de vida. La gent que porta molts anys, hi ha un moment que es converteixen en exalumnes, i tampoc jo puc pretendre que els músics que estan aquí estiguin per tota la vida. Simplement això serveix per quan estan a l'escola, que tinguin aquest extra de música. Una vegada acaben l'etapa escolar és lògic que es busquin la vida fora, passin a una altra etapa, on coneixeran a altres músics i jo el que vull és que 'volin' i que si realment els hi agrada la música, continuïn amb ella fora de Sala Rock. Si volen quedar-se i continuar, per mi és perfecte, hi ha exalumnes que han tutelat altres grups i realment em fa molt feliç veure'ls. Però com ja he dit, és llei de vida. Quan veig alumnes que han estat a un grup des de 1r d'ESO fins a 2n de Batxillerat i veig que no poden continuar, fa pena i els trobes a faltar.

• Com veus el projecte d'aquí a uns anys?

La veritat, no ho sé. Tot depèn de l'energia que jo tingui. Aquest és un projecte en el que cada vegada m'estic trobant amb més i no sé quants anys més pot durar si em segueixo trobant amb tant i sol. Requereix moltes hores de composició, assajos, enregistraments... Vaig fent any sí any no, anys que fem més cançons i anys que menys...

El nostre col·legi entrevistest

Estaria bé que aquest projecte continués i hi hagués més gent implicada ajudant-me a coordinar i a portar grups. Actualment hi ha un professor, el Tano, que s'està començant a involucrar, però és el seu primer any a l'escola i, per tant, no pot dedicar la mateixa quantitat d'hores que jo, que porto molts anys aquí. La veritat és que d'aquí uns anys m'agradaria que hi hagués més gent, i també portar el projecte una mica fora de l'escola. Ja comencem a ser lleugerament reconeguts en el barri, i m'agradaria acabar de fomentar això

i participar en concerts de bandes pel barri etc. L'objectiu principal és que els alumnes puguin actuar en directe després d'haver estat fent una feina durant temps.

- Moltes gràcies Edmon!

Entrevista realizada por Maria Christodouloupoulos 1r Batx



Entrevista a Carlota Esteban

Carlota Esteban es una exalumna de nuestro colegio Jesús-María y actual profesora incorporada recientemente. Se graduó en esta casa hace 6 años y ahora está dando clases en el mismo sitio

donde aprendió y creció. En esta entrevista, habla sobre su incorporación al centro y sobre su reencuentro con el mismo desde una visión diferente, como profesora.

- ¿Cuánto hace que estás dando clases en el colegio?

He empezado a dar clases en el colegio este mismo año.

- ¿Desde pequeña querías ser profesora o es algo que pensaste más tarde?

Supe desde bien pequeña que quería ser profesora. Recuerdo corregir los álbumes que me llevaba a casa en Navidad y fingir que daba clases a mis muñecas. Considero que ser profesora es una de las profesiones más vocacionales que existen y, sin duda, he sentido esa vocación desde muy joven.

- ¿Por qué te decidiste por dedicarte a esto? ¿Qué es lo que más te gusta de este trabajo?

Decidí dedicarme a la enseñanza porque cuando estoy dentro de clase me siento feliz. Puede sonar a tópico, pero poder ayudar a los niños y ver como avanzan, maduran y crecen como personas me reconforta muchísimo.

- ¿Alguna vez pensaste que acabarías dando clases en el que fue tu colegio?

Si soy sincera, ha sido mi sueño desde pequeña. Cuando era alumna, veía el colegio como mi segunda casa, donde aprendía y a la vez era muy feliz. Cuando veía mis profesores dando clase, pensaba que ojalá algún día pudiese estar yo en su lugar. Ahora, he tenido la gran suerte, no solo de

cumplir lo que siempre he soñado, sino de poder hacerlo en un lugar que es como un hogar para mí.

- ¿Cómo ves tu futuro en el colegio? ¿Te gustaría seguir dando clases aquí durante muchos años?

Me encantaría seguir formando parte de este colegio muchísimos años. Es el colegio que me ha visto crecer, el que ha hecho que yo me convierta hoy en día en lo que soy, y el que me ha enseñado tantísimo. Espero poder seguir transmitiendo los valores que yo aprendí aquí a mis alumnos durante mucho tiempo.

- ¿Cómo te sientes cuando estás con los niños? ¿Cómo es tu contacto con ellos?

Es una sensación muy difícil de describir. Como todas las profesiones, tiene sus cosas buenas y otras que no lo son tanto. Al trabajar con niños, el horario no solo es de 9h a 17h, sino que muchas veces no puedes evitar llevarte las preocupaciones a casa. Pasamos muchísimo tiempo con ellos, y acabas estableciendo un vínculo precioso.

- ¿Sientes nostalgia al pensar que hace relativamente poco estabas estudiando en el mismo sitio donde actualmente trabajas?

Es una mezcla entre nostalgia y alegría. Tener como compañeros a los que han sido mis profesores es impactante y también es maravilloso poder conocer otra parte de ellos que no conocía cuando era su alumna. Me encanta poder dar clase en las aulas donde yo estaba sentada no hace tantos años, y poder recorrer los pasillos con una visión totalmente diferente.

Entrevista realizada por Elena Barrio 1º Bachillerato

Projectes solidaris

El Gran Recapte

Els passats 22 i 23 de novembre es va celebrar el Gran Recapte d'Aliments, una campanya de recollida d'aliments bàsics per ajudar a les persones més necessitades del nostre entorn.

En aquesta iniciativa participa tot el conjunt del país. L'any passat, es van aconseguir a tot l'estat uns 151 milions de quilos i, concretament a Catalunya, 4 milions de quilos. Des de fa uns anys, el col·legi també s'apunta a la iniciativa i demana la implicació de les famílies i dels alumnes del centre.

Aquest any vaig decidir participar per segona vegada consecutiva amb les meves amigues, ja que anys enrere ho feia amb els meus pares. Vaig prendre la decisió de fer-ho perquè sóc conscient que hi ha moltes persones que necessiten la nostra ajuda pel simple fet que ells no tenen recursos per cobrir les seves necessitats bàsiques. A més a més, crec que tothom ha d'aportar un granet de sorra en aquest projecte. Hem de pensar que si s'invertissin els papers, a nosaltres mateixos també ens agradaria que ens ajudessin a tirar endavant.

Personalment, em va agradar molt participar en aquesta campanya i cada vegada que alguna persona ens donava alguna cosa, per poc que fos, sentia una alegria i una satisfacció molt gran.

Finalment, recomano a tothom participar-hi d'aquesta enriquidora experiència.

Marta Bladé, 1r BATXILLERAT





Els passats 22 i 23 de novembre es va celebrar la ja tradicional jornada del Gran Recapte, organitzada pel Banc dels Aliments, que enguany ha arribat a las desena edició.

El Gran Recapte d'Aliments és una campanya de recollida d'aliments bàsics per aconseguir que les persones més necessitades del nostre entorn rebin ajuda alimentària. La campanya la duen a terme simultàniament els quatre Bancs d'Aliments de Catalunya. Es calcula que actualment, un 20% de la població viu en situació de pobresa. Aquestes persones requereixen la nostra solidaritat i capacitat organitzativa per no esdevenir persones marginades.

Des de l'escola, com cada any, s'organitza la recollida als supermercats de la cadena Plus Fresc situats al carrer Teodora Lamadrid i Via Augusta. S'organitzen torns de dues hores amb dues famílies per torn, per tal que no es faci gens pesat. Sempre hi ha una persona coordinadora que sap resoldre en tot moment qualsevol incidència que pugui esdevenir.

La millor tàctica per maximitzar els donatius és posar els més menuts a la porta per donar bosses de l'organització que la gent fa servir quan entra al súper per omplir-les amb els aliments de primera necessitat, com l'arròs, l'oli, la llet, la llet per a bebès, galetes, pasta, etc...Els voluntaris es posen a les caixes per rebre els donatius, i així anar omplint les banyeres de l'organització. Aquestes banyeres es codifiquen per tal que el Banc dels Aliments tinguin la traçabilitat garantida.

La gent en general és solidària, qui més qui menys compra



Projectes solidaris



un bric de llet o un paquet de pasta, tot i que també hi ha gent que omple carros sencers, i fins hi tot hi ha un home al Plus Fresc de Via Augusta que cada any s'emporta els nens per tot el súper i són ells qui li omplen el carro. S'ho passen d'allò més bé, però no acaba aquí; després se'n va a fer el mateix a altres súper!

És molt gratificant, com a mínim un cop a la vida, apuntar-se com a voluntari. És una activitat en família on els nens prenen consciència del món que els envolta. Són dues hores que es fan curtes. Al final del torn hi ha molts nens que els hi costa marxar de tant bé que s'ho passen. I tot el que sigui ajudar, benvingut.

Aquest any hem col·laborat un total de 48 famílies i s'han aconseguit 32 banyeres, 20 a Via Augusta i 12 a Teodora Lamadrid.

Laura Lozano, mare d'exalumne.

Projectes solidaris

La Marató de TV3 per les malalties minoritàries

El mes de novembre, la fundació de la Marató de TV3 va fer una xerrada a alguns alumnes de l'escola per informar i conscienciar sobre la seva campanya de 2019: el tractament de les malalties minoritàries. És el segon any consecutiu en què l'escola ha participat en aquest projecte organitzant una cursa solidària i destinant els seus beneficis a la fundació. Els diners que es van aconseguir recaptar a la cursa es van emprar pel tractament i la recerca d'aquestes malalties perquè, encara que siguin menys abundants, afecten de la mateixa manera que qualsevol altra malaltia.

Minories que fan una majoria

Les malalties minoritàries són malalties poc freqüents que afecten a cinc persones de cada 10.000 habitants. Aquestes malalties són molt diferents entre si, però totes acostumen a ser greus, cròniques, progressives i poden causar discapacitats.

Actualment, n'hi ha detectades unes 7.000 malalties minoritàries que poden afectar de formes molt diferents la salut de les persones. Poden provocar problemes de mobilitat, en el sistema nerviós o immunològic, en el metabolisme o en l'equilibri hormonal, entre d'altres. Un exemple d'aquest tipus de malaltia és la malaltia de Morquio, una afectació genètica que provoca una deficiència en el creixement i algunes malformacions.

Com que la majoria són discapacitats, afecten molt la qualitat de vida de les persones afectades i també la de les seves famílies. Són persones amb problemes en molts àmbits socials. Per això, és molt important que els pacients expliquin les seves històries per fer-les visibles i normalitzar-les.

Aproximadament, un 80% de les malalties minoritàries són d'origen genètic i moltes també són hereditàries, ja que la seva causa és una alteració d'un gen normalment heretat dels progenitors.

Com que són tan desconegudes, poc freqüents i nombroses, de vegades es triga molt de temps en diagnosticar-les correctament. Les persones afectades triguen cinc anys de mitjana en rebre un diagnòstic correcte de la malaltia minoritària que pateixen. L'objectiu dels investigadors d'aquestes malalties i de les xarxes d'hospitals és que aquesta mitjana de cinc anys es redueixi i aquestes malalties es puguin diagnosticar en un màxim d'un any.

Un 40% de les malalties minoritàries no tenen tractament. Causen la mort de molts nens menors d'un any i de persones que no arriben als 30. Per tant, un tractament adequat pot millorar la qualitat i l'esperança de vida de les persones



afectades. Per això, és tan important ajudar en la investigació i la recerca de cures.

S'han fet grans avenços per tractar i curar moltes d'aquestes malalties minoritàries. Per aquesta raó, és molt important poder detectar-les el més aviat possible i, així, aplicar de seguida el tractament adequat. En els darrers anys, s'han desenvolupat algunes tècniques per detectar aquestes malalties abans del seu desenvolupament.

Encara queda molt a fer, però, gràcies a la investigació, els experts afirmen que en els propers anys millorarà el tractament i la cura de més malalties d'aquest tipus. Cal remarcar, en aquest sentit, que es necessita la col·laboració i la conscienciació de tothom perquè es facin donacions que es destinin a la investigació de la cura d'aquestes malalties que encara que semblin minoritàries, afecten a molta gent.

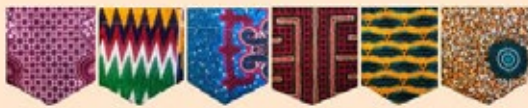
Elena Barrio, 1r Batxillerat



La Marató 

Giellos, Ghana'n

BOLSILLOS LLENOS DE AMOR



#zocobarcelona

18, 19 y 20 octubre
Viernes de 15:00h a 20:00h
Sábado y domingo de 11:00h a 20:00h

Torre AMAT – Sarrià
Duquesa d'Orleans 9



Hola! Somos María, Olivia, Ignacio, Alberto e Inés. Hemos creado un proyecto llamado Ell@s Ghana'n para ayudar a un orfanato en Doda, un pequeño pueblo de Ghana, África.

Este verano estuvimos colaborando y conviviendo con los niños y el año que viene volveremos de nuevo con más fuerza que nunca.

En el craftmarket de Accra,



Projectes solidaris

Ell@s Ghana'n

compramos muchos metros de tela originales del país y hemos confeccionado camisetas, sudaderas y bolsas, junto con unas diademas hechas por una chica local.

Con el dinero recaudado, queremos ayudar una vez allí a comprar todo tipo de medicamentos y alimentos, construir baños, comprar camas para cada uno, arreglar la zona sanitaria, etc. Queremos poder formar parte de la ayuda que necesitan.

Muchas gracias y esperamos que también queráis ayudar participando en este solidario proyecto.

María, Olivia, Ignacio, Alberto e Inés, exalumnas.



Donación de libros

Desde el Rotary Club de Barcelona Pedralbes nos han estado muy agradecidos por la donación de 272 libros. Todo esto dentro del proyecto HAPPY READING!!, que lidera el mismo Club.

Total= 272 libros donados
por la escuela Jesús María Sant Gervasi, 260 títulos.

- Revistas: 21
- Cómic: 9
- Libros iniciación: 2
- Libros Ilustrados: 7



Projectes solidaris

Recogida de ropa

EL PORQUÉ DE LA RECOGIDA DE ROPA

“Mamá necesito un abrigo nuevo”, “mamá me haría ilusión un chándal de ...”, “Papá, ¿Me comprarías unas bambas de tacos, ...? ”, la respuesta afirmativa no suele tardar mucho en llegar. ¿Os habéis preguntado alguna vez qué sentiríamos nosotros si no tuviéramos con qué vestirnos? ¿Con qué calzarnos? ¿Dónde llevar nuestras libretas para ir al colegio? ...

Muy a menudo no valoramos los recursos que nuestro “modus vivendi” nos aporta casi de forma natural e, incluso, en exceso. Nuestro entorno y nuestra vida de “intentar llegar a la excelencia” no ayuda a ver nuestros privilegios.

Pero sí, realmente hay muchas personas que carecen de ropa, que carecen de calzado, que no tienen cartera para transportar sus libros escolares, ... ilo he visto, es realmente triste! Un frío penetrante y los niños con chancletas de playa, manos moradas congeladas, abrigos rotos, ... Hace dos días estuve de nuevo en el Atlas marroquí. Lluvias, vientos, primeras nieves, Un frío congelador. El corazón se te congela, pero no por el frío, por las imágenes que se te clavan: Miradas llorosas de niños, sonrisas heladas, labios cortados, manos quebradizas, y sobre todo, pies descalzos.

Pero esta dura realidad no sólo está en países como Marrue-



cos, también existe en Barcelona, pero ni lo vemos. Como ya es tradicional, vuestro Colegio, Jesús María de St. Gervasi, se ha ofrecido a colaborar con la “Recogida de ropa y calzado” contando con la ayuda de todos vosotros. La asociación ITRAN y la Asociación INTRESS se beneficiarán de vuestra aportación distribuyendo esta ropa de abrigo durante la “Campaña del frío del Atlas” y entre los hijos de las madres que han sufrido violencia de género y que acoge INTRESS en Barcelona.

Conseguir dar una esperanza a estas gentes tan necesitadas es nuestro objetivo. Descongelar nuestros corazones al pro-



**¿VAS A HACER YA
CAMBIO DE ARMARIO?
Te lo ponemos más fácil....**

**RECOGIDA DE ROPA
CON FINES SOLIDARIOS**



Itran
Asociación de amigos
del pueblo Marroquí

**6, 7 y 8 de noviembre
entrega de ropa
de 8.45 a 9.15h
de 16.45 a 17.30h
(escuelita entrada cole)**





Projectes solidaris



bar una chaqueta y ver los ojos agradecidos del pequeño. Unos simples guantes, un simple gorro, unos calcetines, ... itodo se agradece!. Abrid el armario y buscad aquello que, aunque esté nuevo, va pequeño, no se utiliza,... ropa, mantas, carteras escolares, cochecitos de bebé,... pero no deís aquello que no os pondríais vosotros porque está roto. Las personas que lo reciben son pobres, pero como todos se merecen una dignidad.

Imaginaros que con vuestra participación muchas gentes podrán sentir calor y esperanza. Este pensamiento os llenará de ilusión.

Mercedes Creus, madre exalumna.



NECESITAMOS TU AYUDA PARA LOGRAR ALIMENTAR A 200 NIÑOS CADA MES... PIENSA QUE TU PEQUEÑA AYUDA ES ALLÍ UNA GRAN AYUDA.

COLABORA: FUNDACIÓN LORETO SULLÁ

Número de cuenta de la Fundación 0081 0105 12 0001337141

e-mail: loretopetit@hotmail.com



Antics alumnes

Encuentros con la Ópera



Este otoño en la Asociación hemos arrancado con una nueva actividad que ha sido acogida con gran entusiasmo por parte de los asistentes. La relación de unos de los miembros de la Junta con la soprano Cinzia Monari, nos hizo pensar que podríamos organizar un precioso proyecto, que se engendró antes del verano y que después se ha podido llevar a buen puerto. Cinzia Monari es cantante profesional de ópera, graduada en el Conservatorio de Florencia y perfeccionada en la "Academia de alta especialización para voces de Puccini" en Torre del Lago Puccini, con muchos años de experiencia en el campo de la ópera, tanto en la enseñanza como en la actividad de conciertos.

El ciclo de encuentros está creado con el objetivo de cautivar tanto a un público que desconoce el mundo de la ópera pero siente la "curiosidad" de apasionarse, como a los amantes de la ópera que desean saber un poco más estudiando los libretos de las óperas, el contexto en el que fueron escritas y, por supuesto, conocer aspectos propios del autor. En las sesiones se escuchan las arias y se analizan tanto en la narrativa como sus partes musicales y las técnicas vocales, así como en la psicología de los personajes. Para ello, los encuentros están respaldados por música grabada y en vivo. La propia soprano nos deleita con algunas arias cantadas por ella misma, hecho que causa una gran emoción a todos los asistentes, ya que es im-



presionante tener tan cerca y poder apreciar la maravillosa voz de una cantante profesional de tal envergadura. Ese es uno de los momentos de los encuentros en los que nos quedamos sin palabras y la emo-

ción se palpa, sin duda, en el ambiente.

Los encuentros fueron organizados por sugerencia de Cinzia, articulados en 4 citas mensuales, en los que en cada uno de ellos se estudia una ópera.

Las óperas elegidas han sido seleccionadas en base al programa de la temporada 2019/2020 del Teatro del Liceo; óperas además de las más importantes y representadas en todo el mundo:

TURANDOT, CAVALLERIA RUSTICA y PAGLIACCI, AIDA, BARBIERE DI SIVIGLIA.

Organizado de tal modo, acabada cada sesión los asistentes al curso pueden disfrutar de la ópera analizada directamente en el Teatro de la Ópera del Liceo, sabiendo un poco más, seguramente, de lo que sabía antes, y poder entrar de lleno en la historia que se narra, en los personajes y en la música que lo acompaña.

De momento, hemos realizado los 2 primeros encuentros, y estamos esperando con ilusión el próximo encuentro el 17 de diciembre para dejarnos cautivar de nuevo con todo lo que nos enseña Cinzia Monari y por supuesto cómo nos deleitará de nuevo con su preciosa voz.

Estamos convencidos que debido al éxito de esta actividad la repetiremos en próximas temporadas. Por supuesto, ¡estáis todos invitados a participar! La actividad está abierta a todo el mundo, sea o no sea exalumno.

Silvia Yague, mamá de Elena Pieralli 2bachillerato

*Antonio 4º ESO
Riccardo 3º PRI*

Este curso es una manera divertida e interesante para conocer y profundizar el mundo de la ópera. La profesora, la soprano Cinzia Monari, con su profesionalidad, energía y, por supuesto, con su gran voz, hace de estos encuentros una experiencia única. Lo que más me gusta es que ella es una artista y todo es explicado y compartido con experiencia y conocimiento, pero también con pasión. Con ella es como "vivir" la ópera desde el escenario.

Cristina Quaranta



Los encuentros con la ópera están siendo una experiencia muy gratificante.

Una iniciativa cultural promovida por la Asociación de antiguas Alumnas.

Durante la exposición de la ópera que corresponde, la soprano Cintia nos contagia sus conocimientos y pasión por este gran arte, con interpretaciones en directo, que emocionan e incluso estremecen.

Son unos momentos que se disfrutan enormemente y una cita mensual que se espera con gran ilusión.

Muchas Gracias a la organización por llevar a cabo iniciativas culturales de gran nivel.

Mar Sensat, madre de Mara Sensat 2 Bachillerato

Los encuentros con la ópera están siendo una experiencia muy gratificante, agradable, enriquecedora y sobretodo VIBRANTE, ya que, con una soprano como Cintia cantando en vivo y en directísimo, siento ese VIVRATTO DE EMOCIÓN, de contagio por la alegría de disfrute de la música. Gracias por esperar, con muchas ganas e ilusión, ese nuestro encuentro mensual.

Gracias a Silvia, Cintia y a la organización de Jesús-María. Atentamente,

Enriqueta Moya-Angeler Sánchez

Antics alumnes



Descubrir que el tema principal de Star Wars está inspirado en el intermezzo de Manon Lescaut de Puccini, aprender a identificar vibratos o sorprenderse al escuchar en directo a nuestra "maestra" cantando el aria de Liú de Turandot , ... son algunos de los placeres que un martes al mes disfrutamos furtivamente en una acogedora salita del colegio. ¡Y esto solamente acaba de empezar!

María Antonia Soley madre Adriana Díaz Soley ,2 bachillerato

Martes 12 de noviembre. Salgo entusiasmada de la segunda sesión de "Encuentros con la ópera" en el colegio Jesus María. En el programa de hoy "Caballería Rusticana y Pagliacci" y en el anterior "Turandot". Fantástico.

Silvia Yagüe y Cinzia han coformado un programa didáctico, ligero y ameno que se hace muy corto, con ganas de más.

Es una manera deliciosa de aproximarse a las óperas que se van representando en el Gran Teatro del Liceo y que han sido aplaudidas por el gran público.

Gracias a las dos.

Xeler Sánchez

2020 NOVEDAD

Club de Lectura

**SESIÓN INFORMATIVA
4 DE DICIEMBRE
A LAS 18:00 H
EN EL COLEGIO**

ACTIVIDAD REALIZADA POR MEY ZAMORA

La nueva actividad: Club de lectura

La asociación ha pensado de nuevo en ti!!!

De la mano de Mey Zamora autora del libro de la vida de Isa Solá: "Lo que no se da se pierde" hemos organizado esta nueva actividad:

"Club de Lectura"

Con cita mensual, y a partir del próximo enero hasta mayo. Mey Zamora nos guiará en la lectura y análisis de los títulos que la propia escritora propondrá al grupo.

La actividad se desarrollará cada miércoles de final de mes a las 18.00h en el colegio.

Si quieres saber más te invitamos a la sesión informativa el próximo miércoles 4 de diciembre a las 18.00h en el colegio. Te esperamos !!!!

Aula de pares

Desconecta y conecta

os esperamos!

24 Jueves octubre 21 h.

AULA de PARES

Marc Masip
Desconecta para volver a conectar

Seguramente el tema de las pantallas sea una fuente de conflictos en nuestros hogares.
¿No estáis hartos?
Bien, vamos a resolver muchas dudas, daremos pautas y sobre todo reflexionaremos sobre lo que está pasando...

¿Debo prohibir?
Sí y NO

¿Debo educar?
Claro, pero ¿cómo?

¿A qué edad le debo dar un smartphone?
¡Te la diré! Difícil cumplir. Si ya lo has hecho, reconduciremos.

¿Quién tiene la culpa?
La culpa, nadie. La RESPONSABILIDAD, los adultos.

¿Existe adicción?
Olvio.

¿Causas y consecuencias? ¿Señales de riesgo?
Culantas cosas, ¿verdad?

Pues en la conferencia lo resolveremos TODO.

Marc Masip
Psicólogo y experto en adicción a las Nuevas Tecnologías

Marc Masip es psicólogo y experto en adicción a las Nuevas Tecnologías, además del director del Instituto psicológico Desconnect@, con un programa pionero nacido en 2012 para aprender a hacer un buen uso de las nuevas tecnologías sin deteriorar nuestras relaciones personales y sin crearlas dependencias o adicciones. Imparte conferencias en escuelas e institutos de ESO y bachillerato, en España y en el extranjero.

Además, organiza campamentos y tiene una unidad especial para escotarizar a jóvenes que por su adicción no pueden asistir a una formación reglada.

www.programadesconecta.com

AULA de PARES

Jueves 24 octubre 21 h.

Marc Masip
Desconecta para volver a conectar

JESÚS + MARIA
AMPA SANT GERVASI

El pasado 24 de octubre tuvimos el placer de contar con la asistencia en el Aula de Pares de MARC MASIP, psicólogo y experto en adicción a las Nuevas Tecnologías y director del instituto psicológico Desconnect@.

Lo primero que resaltaría de la conferencia es la gran asistencia que hubo, la sala verde estaba a tope de padres que vinieron a escuchar a este experto en la realidad digital actual. Entramos expectantes y, muchos de nosotros, salimos muy asustados y convencidos de que algo en nuestras casas tenía que cambiar.

Analizó el mundo de los VIDEOJUEGOS, cuyo abuso da lugar a dependencia y luego a adicción, y nos avisó de la importancia de educar, limitar y no tener miedo a prohibir su uso. Y habló de los MÓVILES.

La primera reflexión fue la responsabilidad que tenemos los padres en dar ejemplo; si nos ven todo el día enganchados al móvil, normal que ellos quieran hacerlo también.

Nos alertó de posibles señales de riesgo en niños: no se comunican con la familia, tienen bajo rendimiento escolar, cambios de humor cuando se le restringe el uso de las NT, desorden higiénico, desorden alimentario, baja autoestima, problemas de sueño, no saber comunicarse cara a cara, etc. Tan alarmante como real, por desgracia.



Y nos dio herramientas para actuar:

- Cuanto más tarde demos el móvil mejor. (El habla de los 16 años para el primer móvil, ya que antes está científicamente demostrado que no están preparados para tener un móvil a nivel de madurez.)
- Negociar horarios y realizar un contrato tecnológico
- Móviles fuera de las habitaciones, ordenadores en zonas comunes de la casa
- Fomentar alternativas incompatibles con el uso del móvil
- Consciencia del valor y coste de tener un móvil
- Filtrar contenidos
- No tener miedo a prohibir

Gracias, Marc, por tantas dosis de realidad y muchas gracias, una vez más, AMPA, por darnos la oportunidad de aprender juntos.

Elena Ferrer (madre de Pablo y Mónica García, 5º PRI)

Primeros auxilios

AULA de PARES

14 junio 15.30h.

Luis Renter
Primeros auxilios: cuando la prevención falla

coffee break

JESÚS + MARIA
ANPA SANT GERVASI

coffee break

14 junio 15.30h.

AULA de PARES

Primeros auxilios: cuando la prevención falla

¿Por qué?
En nuestro día a día, nuestros hijos y nosotros mismos estamos expuestos a diversos riesgos, algunos potencialmente graves. La prevención de accidentes y enfermedades es fundamental, pero cuando ésta es insuficiente, una serie de aptitudes y acciones iniciales pueden ser muy importantes en la evolución posterior. Estas son los primeros auxilios que pueden ser ofrecidos por cualquiera en cualquier lugar.

¿Qué hacer?
Una serie de acciones que intentarán preservar la vida, minimizar el daño y promover la recuperación.

Un buen comienzo para tener unas ciertas nociones es aprender con esta guía práctica:
<https://enfamilia.aeped.es/noticias/primeros-auxilios-para-padres-guia-practica>

Luis Renter Valdovinos
Médico intensivista pediátrico; director e instructor en Soporte Vital Avanzado Pediátrico y en Asistencia Inicial al Trauma Pediátrico.

Tras mi formación como pediatra entre 2002 y 2006 en el Hospital Vall d'Hebron de Barcelona me especialicé como intensivista pediátrico en el mismo trabajando durante 8 años en su UCI pediátrica para posteriormente realizar la misma labor en el Hospital Parc Taulí de Sabadell. Ahora alterno este trabajo con la dirección de la unidad de transporte pediátrico y neonatal del SEM, del hospital maternoinfantil Vall d'Hebron.

Participo en la formación de muchos otros profesionales en Soporte Vital Avanzado Pediátrico y en Asistencia Inicial al Trauma Pediátrico siendo además director de muchos de estos cursos y miembro del Comité de Reanimación Cardiopulmonar Pediátrica de la Societat Catalana de Pediatria.

JESÚS + MARIA ANPA

Cuando la prevención falla

Coffee Break con Luis Renter, médico intensivista pediátrico, director e instructor en Soporte Vital Avanzado Pediátrico y en Asistencia Inicial al Trauma Pediátrico y padre de 2 niños, alumnos del colegio.

Nuestros hijos y nosotros mismos estamos expuestos a diversos riesgos, algunos potencialmente graves. Por eso, las aptitudes y acciones iniciales son clave para preservar la vida, minimizar el daño y promover la recuperación. Bajo este enfoque, el doctor Renter nos ha hablado de la importancia de la secuencia de actuación básica: proteger, avisar y socorrer, y nos ha explicado qué debemos hacer en caso de lesión, atragantamiento, quemadura, etc., o incluso cómo realizar una reanimación cardiopulmonar, principios básicos del manual que todo padre debería llevar, si no en el bolsillo, sí en el móvil o en la cabeza.

Si os perdisteis la charla, aquí tenéis el enlace de una guía práctica básica sobre primeros auxilios:

<https://enfamilia.aeped.es/noticias/primeros-auxilios-para-padres-guia-practica>

Primeros auxilios para padres: guía práctica | EnFamilia

Los accidentes son la principal causa de muerte de los niños. Saber qué hacer en una situación de urgencia les puede salvar la vida. Con la edición de la "Guía práctica de primeros auxilios para padres", presentada en el Hospital Niño Jesús de Madrid, se informa a los padres sobre cómo actuar. A través de sus páginas amenas y sencillas, los padres pueden saber qué hacer si un ... enfamilia.aeped.es

Ditas Puigmartí, mamá de Kiko Ferrerós, 1º Btx. A, Yago Ferrerós, 1º Btx. B



Pastoral

La red de jóvenes Jesús-María

Desde el sector de Pastoral Juvenil y vocacional se fue viendo la necesidad de crear una estructura flexible, pero lo suficientemente sólida para sostener y dar identidad a los jóvenes que han crecido o se acercan a Jesús-María buscando vinculación y caminos de crecimiento.

Esta red nació hace poco tiempo, pero no nace de la nada sino que surge de recoger todo el trabajo y esfuerzo realizado en la pastoral juvenil a lo largo de los años en Jesús-María. Durante un tiempo se ha ido pensando qué se puede ofrecer a los jóvenes para que tengan experiencias que les ayuden en su camino de crecimiento personal y espiritual. Para poder dar respuesta a estas inquietudes se ha creado una estructura de funcionamiento muy sencilla.

Por un lado, está un equipo formado por los responsables del sector de pastoral juvenil y vocacional y los coordinadores de la red juvenil Jesús-María elegidos por los mismos jóvenes.

Por otro lado, están los enlaces de pastoral que son dos o tres jóvenes de cada ciudad representando a las distintas obras de Jesús-María en esa ciudad.

Y por último, existe un referente en cada ciudad que es una persona adulta (religiosa o laica) que está en conexión con los jóvenes de esa ciudad para coordinar y ayudarles en las distintas actividades. En esta red de jóvenes pueden estar todos aquellos jóvenes que se sientan llamados a compartir con otros jóvenes desde la fe y desde su vinculación con Jesús-María.

Desde el curso pasado, hay un encuentro a nivel nacional donde se reúnen todos los enlaces de las distintas ciudades y comparten búsquedas, inquietudes... La anterior



edición se realizó en el Colegio Fernando el Católico de Valencia. Este año se ha celebrado el segundo encuentro en Barcelona, en el colegio de San Gervasio.

El sábado por la mañana se dedicó un tiempo a formación, para ahondar en cuál es el objetivo de la red y qué se ofrece a los jóvenes que se acercan a Jesús-María. Tres son los objetivos que están presentes en todo lo que realiza la pastoral juvenil, se les ha llamado las tres C: Crecimiento personal, Contacto con Dios (crecimiento en el camino de la fe, allí donde esté cada uno/a) y Compromiso con el mundo (actitud solidaria y búsqueda de la justicia a la luz del Evangelio).

El sábado por la tarde visitaron el Colegio Jesús-María San Andrés, donde el profesorado del colegio les acogió con mucho cariño y con detalles. Desde el colegio presentaron la historia de Jesús-María en Barcelona y las diferentes presencias que en este momento hay en esta ciudad.

En el colegio de San Andrés ha nacido un grupo joven de la Familia Jesús-María y ellos compartieron con los enlaces Jesús-María, cómo ha nacido este grupo, lo que buscan y todo lo que van viviendo. Fue un momento entrañable, donde se hizo presente con fuerza cómo el carisma va creciendo en los jóvenes y en la Familia Jesús-María.

Por la noche los jóvenes de Barcelona prepararon un paseo por el centro de la ciudad, pudiendo disfrutar de una visita muy agradable.

El domingo por la mañana se recogió todo lo vivido. Los enlaces de cada ciudad se reunieron para planificar los pasos a dar en este curso en su ciudad. Los enlaces de nuestro colegio son: Carlota Esteban, Andrea Fernández y Tano Herrero. Se terminó el encuentro con una Eucaristía.

M^a Amor Sánchez, Profesora y religiosa

Camp de treball Almanjáyar

Aquest estiu quatre amigues de classe i jo vam tenir l'oportunitat de fer un voluntariat a Granada, concretament a un barri situat al nord bastant problemàtic i conflictiu (segons ens havien dit), Almanjáyar.

No vam anar nosaltres soles, sinó que també estàvem amb altres noies que també estudiaven a Jesús-María, però a altres llocs d'Espanya: cinc noies de Madrid i quatre de Murcia. Vam sortir el 5 de juliol pel matí i quan vam aterrar vam instal·lar-nos a l'escola major, lloc on vam dormir els 10 dies. Allà, vam conèixer a un noi de la nostra edat que es deia Adama. Era un noi de quinze anys de Costa d'Ivori que feia tres anys havia vingut tot sol en pastera deixant enrere casa

seva, els seus amics, la seva mare...Tot això, per assegurar-se un futur a Europa.

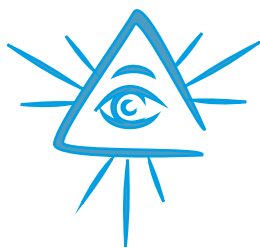
En un dels dies en el que ens tocava fer una activitat de reflexió, l'Adama ens va explicar a totes la seva història i veure'l allà explicant-ho rient, fent broma i somrient davant d'aquella situació ens va fer veure des d'una altra perspectiva tot. Aquell dia el recordo com el més emotiu de tots.

Els primers dies allà vam dedicar-nos a fer activitats per conèixer-nos entre totes. Cada matí anàvem caminant des del lloc on ens trobàvem fins a ALFA. ALFA vol dir "Almanjáyar en família" i és allà on vam fer el voluntariat.

Aquest és un lloc que està obert tots els dies de l'any i té l'objectiu de fer de llar per aquells nens que desgraciadament tenen situacions molt difícils a casa seva.

És un lloc on els nens poden anar a fer els deures, a rebre

Pastoral



Un suport tant acadèmic com emocional i on poden oblidar-se per una estona de la seva realitat.

Un cop allà, a totes ens van dividir en diferents grups, ja que els nens estan dividits per nivells segons la seva edat, sent el nivell 1 el més petit amb nens de 3 a 6 anys i el nivell 4 el més gran amb nens de 11 a 14 anys més o menys.

Un cop aquests nens es fan grans no es desvinculen de l'associació, sinó que es converteixen en joves premonitors d'aquells nens més petits i és amb ells amb qui vam estar tots els dies; els ajudàvem i els hi fèiem de guia a molts d'ells.

En el meu cas, vaig estar a nivell 1 perquè un dia abans d'anar a visitar el lloc una nena que pertanyia a aquell nivell em va agafar molt d'afecte i no se'n anava del meu costat. El que diferencia cada nivell principalment són les activitats que fan. Amb els més petits es fan més dinàmiques de joc

perquè aprenguin valors i educació, i el més grans poden fer des de coses lúdiques i recreatives fins a moments de reflexió on cada nen explica els seus problemes: maltractament domèstic, separació, violència... Temes bastant comuns.

Un dia a la setmana se'n va a la piscina municipal i cada dimecres tots el monitors i els nens ens anàvem d'excursió. Els divendres es fa una gimcana amb guerra d'aigua, proves i al final es fa una barbacoa on no només venen els d'ALFA, sinó també la gent del barri, gent gran, els pares dels nens, els seus germans, etc.

A la tarda i els caps de setmana, sempre fèiem plans amb els joves. Un dia vam anar al centre de Granada a prendre unes pizzes, vam veure pel·lis junts, van venir ells un dia a l'escola major i vam estar hores parlant i rient, etc.

Va ser una experiència increïble. Sabia, pel que m'havien explicat, que seria una experiència que em marcaria, però no esperava que tot el que hi vaig viure allà superés el que em podria haver imaginat. Van ser deu dies on vaig ser feliç sabent que, per poc que feia, per un somriure que donava, per estar escoltant cinc minuts a un nen, podia alegrar el dia a una persona. La gent és el millor que m'emporto d'ALFA. Persones increïbles que des del primer dia ens van acollir molt millor del que ho haguéssim fet nosaltres.

Recomano a tothom que pugui que hi vagi. Tot l'amor que em van arribar a donar nens tan petits i persones que pateixen tant, no els hi podré tornar mai. Van ser unes jornades increïbles.

Bea Estian, 2º Batx.



Pastoral

Afrique : tant apprécié, tant partagé: tout reçu

Dire l'Afrique, c'est parler de diversité. J'ai eu la chance et la joie de vivre et de travailler, la plupart de ma vie religieuse là-bas, dans trois pays : la Guinée Equatoriale, le Cameroun et le soudan du Sud, où j'allais souvent depuis mon travail à Rome.

En Guinée, j'ai travaillé dans des écoles, publiques et à Jésus-Marie à Ebibeyin et Nsok Nsomo. avec plusieurs sœurs que j'ai rencontrées à la communauté de l'infirmerie à Sant Gervasi. J'ai eu la chance de partager les années en Guinée avec Isa Solà, sœur et amie.

Au Cameroun, j'appartenais au groupe qui a commencé le Collège Jésus-Marie à Yaoundé, au jour d'hui avec 1800 élèves de 12 à 18 ans. Il a été bâti, avec des dons des institutions et écoles d'Espagne... les campagnes de solidarité scolaire ont été indispensables !

Au Sud Sudan, je suis descendue aux enfers de notre monde, la faim, les réfugiés et déplacés a grande échelle, des réalités de souffrance qui surpassent tout image, quand on rencontre des personnes réelles qui las subissent.

Je me sens enrichie par tant des gens ! surtout des femmes et des enfants, par une nature spectaculaire, mais j'ai aussi partagé des souffrances et j'ai vu les conséquences du mal ; la persécution politique, la corruption, la maltraitance des femmes, le travail épuisant, la solitude, l'angoisse et l'impuissance face à l'extrême pauvreté et aux atrocités, l'insécurité et la peur face à la guerre, la désolation des victimes...

Tout le vécu a marqué ma façon de voir, de comprendre, de ressentir...

J'ai constaté travail et la valeur de l'éducation, comment elle est capable de changer la vie des gens. J'ai appris la valeur des choses qui nous semblent évidentes (eau, lumière, nourriture, médicaments.) et aussi à les remercier. J'ai constaté que des rapports en égalité et confiance quand on a des cultures et



origines différentes sont possibles. Il est possible de partager des projets, de les réaliser ensemble, de vivre dans des communautés mixtes, interculturels, avec d'autres congrégations, en nous enrichissant les uns les autres.

Dieu s'est e montré à chaque pas ; dans chaque expérience et chaque rencontre. Je suis témoin qu'Il manifeste son amour par moyen de chaque personne, situation, de mille façons, et veut nous conduire toujours vers la fraternité et la solidarité, pour que nous soyons la famille humaine qu'Il rêve.

Yudith Pereira, religiosa Jesús María



Mi experiencia en el cotelengo



Cuando pienso en las mejores experiencias que me ha ofrecido Jesús María, en seguida me viene a la cabeza el voluntariado, en especial, el Cottolengo. La primera vez que me apunté en tercero de la ESO estaba un poco nerviosa, nunca había tratado con gente discapacitada y me habían dicho que, para algunas personas, el Cottolengo era una experiencia dura.

Con ganas ofrecer algo de nuestro tiempo a los demás, un grupo de alumnos nos dirigimos hacia allí. Íbamos con la intención de ayudar sin recibir nada a cambio, pero volvimos a casa con mucho aprendizaje, con una gran sonrisa en la cara y con muchas ganas de volver.

El Cottolengo es el hogar de muchas personas, todos ellos padecen algún tipo de limitación física o intelectual. Alguno de los residentes han vivido una situación de abandono familiar, otros no tienen los recursos económicos para pagar una residencia convencional. Cada persona guarda una historia diferente. Alguien que nunca ha estado en el Cottolengo, con este contexto, es fácil que tenga una visión triste so-

bre este lugar y sienta pena por sus residentes. Pero este pensamiento no puede ser más equivocado. El Cottolengo no es tan solo una residencia, es una familia. Todos los que hemos estado coincidimos en que se respira un ambiente de hermandad y alegría. Una de las cosas que más me sorprendió fue el hecho de que, a pesar de sus limitaciones, todos ellos participan activamente en diferentes tareas. Se ayudan continuamente unos a otros. Por ejemplo, aquellos que tienen más movilidad física muchas veces les dan de comer a sus compañeros. Esto les hace sentirse útiles, especialmente en un mundo donde a las personas con discapacidad se les cuestiona continuamente sus capacidades. Otra cosa a destacar es la felicidad de todos ellos. Algunos te cuentan cosas divertidas, otros te miran y te sonríen. A pesar de su situación, ellos son felices y agradecen lo que tienen. Las religiosas que trabajan cada día con los residentes son dignas de admiración. Mantienen con ellos una relación muy bonita y cariñosa. Se conocen a la perfección y muchas veces se gastan bromas entre ellos. Además, siempre tienen historias muy interesantes para contar a los voluntarios.

Participar como voluntaria en el Cottolengo abrió mi visión del mundo y me enseñó una nueva realidad. Todos los residentes con los que he tenido la suerte de tratar me han enseñado lecciones muy importantes sobre la vida. Quiero agradecer a Eva Tortras y Pepe Arnó que siempre nos acompañan con mucha alegría al Cottolengo y hacen posible que los alumnos del cole podamos vivir esta experiencia. Si estáis pensando en apuntaros, no dudéis en venir un día a probar! (Aunque si venís a probar seguro que repetís). Solo haciendo voluntariado uno se da cuenta que un pequeño acto, por muy pequeño que sea, puede hacer feliz a una persona.

Mireia Martino, 1º Bachillerato B



Domund 2019

El colegio como todos los años ha participado en esta campaña de Iglesia que ha tenido como lema: bautizados y enviados. El papa Francisco ha querido que este mes de octubre fuera todo él un mes misionero especial, recordando que todos somos cristianos por el bautismo y que estamos llamado a vivir la misión en nuestros lugares.

Se ha trabajado de forma distinta según los niveles, pero en todos ha habido un vídeo que ha motivado la campaña y sobre el que se ha reflexionado. En infantil: "Lo que da el misionero". En el Primer ciclo de Primaria: "Pablito el pequeño". Segundo Ciclo de Primaria: "Atrévete-Infancia Misionera 2018". Tercer Ciclo de Primaria: "Inmunes". En Secundaria y Bachillerato: "Inmunes" y "Cadena de Bondades".

También algunos cursos tuvieron una charla sobre distintas realidades. El primer Ciclo de Primaria con Clara Moreno, exalumna del colegio, y una compañera de la facultad les hablaron de su experiencia este verano en Ghana. En el segundo Ciclo de Primaria charló la profesora Alba Roig acerca de su voluntariado en África.

En el Tercer Ciclo de Primaria comentó Yudiht Pereira lo que ellos tienen y pueden compartir con otros.

En 1º Bachillerato las alumnas que este verano han estado en el Almanjayar (Granada), compartieron lo que vivieron en este barrio marginal, porque misión es todo lo que realizamos sea en el contexto que sea.

En 2º Bachillerato Yudiht Pereira conversó sobre la fe en relación con el desarrollo.

La Eucaristía de la Comunidad educativa que se tuvo el domingo 20 de octubre, la colecta se destinó a los fines de la campaña.

Maria Amor Sanchez, profesora y religiosa



L'AMPA...

Ampa

PRESIDENT

Oriol Solé

VICEPRESIDENTA

Ditas Puigmartí

SECRETÀRIA

Natalia Arveras

TRESORERA

Alba Soler

VOCALS

Susana Anano

Pol Carré

Samuel Leiton

Olivia Esteve M.

Elisabeth Iranzo

Alessandro Pieralli

Raquel Prevosti

Xavi Reinal

LA JUNTA DE L'AMPA... QUI SOM?

Atenció a delegats, pares i mares de l'Ampa i coordinació de serveis

Ana Quiroga

ampa@ampajmsanger.com

ENTRE D'ALTRES COSES, FEM...

Tota la JUNTA AMPA

Aquest és un llistat d'alguns dels temes que, dia rere dia, questionem des de la Junta de l'AMPA

Reunió mensual amb direcció Comunicació entre AMPAS JM, assistència d'7e...

Control mensual del servei de menjador

1 junta + 1 delegat

Propostes d'extraescolars

Reciclatge de llibres

Curs 2018-2019:

169 famílies

Inversió en llibres de lectura obligatòria

Reciclatge de roba

Curs 2018-2019:

30 famílies, 95 peces

Revista AMPA

2 edicions anuals

Col·laboren alumnes de Batxillerat (TR) i professors

Aula de pares

4 xerrades anuals

Missa familiar mensual

En col·laboració amb la pastoral JM

Aportació anual a millores en infraestructura

Curs 2018-2019: 6.500 euros en renovació de material esportiu

Servei de guarderia gratuït

Curs 2018-2019: 250 nens



DATES MISSES D'AMPA

20 d'octubre - Eucaristia Ampa

17 de novembre - Eucaristia Ampa

24 desembre - Misa del pollet

26 de gener - Eucaristia Ampa

23 de febrer - Eucaristia Ampa

15 març - Eucaristia Ampa

5 d'abril - Eucaristia de Rams

10 de maig - Eucaristia Ampa

22 de maig - Graduació batxillerat i Coral

7 de juny - Eucaristia de la família

ALTRES ACTIVITATS

10 de juny - Día de la Família

17 d'abril - Confirmació

25 i 26 d'abril Comunionis

20 de maig - Comiat 2n de Batxillerat

AGENDA



Pedagogía

¿Qué es el TDA?

La gran mayoría de las personas que conocen el TDA creen que si lo padeces solamente tienes dificultades para concentrarte, pero no es tan simple.

El TDA es un trastorno del déficit de atención que no solo dificulta el hecho de concentrarse, sino que conlleva otros inconvenientes como el desorden, la pérdida de la noción del tiempo, la inquietud, etc. También está ligado a la ansiedad y algunas personas con este déficit lo padecen y a causa de ello también son personas tímidas, inseguras o miedosas.

Por experiencia propia, puedo asegurar que esta alteración es algo difícil de llevar sin medicación debidamente prescrita o sin ayuda psicológica.

Yo no supe que pasaba por este trastorno hasta 3º de primaria, curso en el que empecé a tratarlo, junto con la dislexia. Inicialmente tomaba unas pastillas para la concentración y me desplazaba a un centro donde me enseñaban métodos para dominar el TDA y la dislexia. Estuve yendo a este centro cerca de cuatro años, hasta que me dijeron que ya no necesitaba ir. Asimismo, las pastillas las sigo tomando a día de hoy.

En el colegio, siempre me han apoyado y me han ofrecido la ayuda que he necesitado a lo largo de mis estudios y en todo momento. En cuanto a los compañeros de clase, alguna vez me he sentido inferior a ellos ya fuese por las notas de los exámenes o por la facilidad que tenían ellos por entender, puesto que dicha facilidad yo no la tenía.

En ocasiones, el hecho de tener un examen adaptado y mis compañeros no, me hacía pensar que de alguna forma me restaba méritos con mis resultados académicos y que para ellos esta prueba era mucho más fácil.



Después de unos años sintiéndome inferior por tener TDA, me di cuenta de que mis compañeros no eran superiores a mí por yo padecerlo, así que empecé a superar mis obstáculos y me demostré a mí misma que podía igual que ellos.

El TDA puede parecer un gran obstáculo en el día a día de una persona que lo sufre, pero una vez aprendes a vivir con él y a domesticarlo te das cuenta que convivir con este trastorno es muy fácil.

Silvia Jané, 1º Bachillerato A

Tu necesidad, nuestra prioridad.
Nuestra experiencia, tu tranquilidad.

Organizamos incentivos de viajes para empresas y todo tipo de eventos relacionados con reuniones y congresos.



Les vuit intel·ligències múltiples

Howard Gardner, un professor de la universitat de Harvard, va defensar l'any 1983 que tots som diferents i que cada persona té més facilitats en unes coses que en altres.

La teoria de les intel·ligències múltiples, defensa que tots destaquem d'alguna manera en especial en algunes àrees particulars. No som iguals ni tenim les mateixes habilitats. Hi ha moltes diferències i moltes intel·ligències que es poden adaptar i aplicar a cada persona.

Fins ara, Howard Gardner i el seu equip de la Universitat de Harvard han identificat vuit tipus d'intel·ligències diferents: verbal-lingüística, lògic-matemàtica, visual-espacial, musical, corporal-cinestèsica, intrapersonal, interpersonal i naturalista.

- **Lingüística (o verbal-lingüística):** Habilitat per a utilitzar amb un domini avançat el llenguatge oral i escrit, així com per respondre-hi. Per exemple, els polítics o oradors de prestigi.
- **Lògic-matemàtica:** Habilitat per al raonament complex, la relació causa-efecte, l'abstracció i la resolució de problemes. Per exemple, un campió d'escacs o científics.
- **Visual-espacial:** Capacitat de percebre el món i poder crear imatges mentals a partir de l'experiència visual. Per exemple, fotografia, vídeo, creativitat 3D, etc.
- **Corporal (o cinestèsica):** Habilitat d'utilitzar el cos per aprendre i per expressar idees i sentiments. Inclou el domini d'habilitats físiques com l'equilibri, la força, la flexibilitat i la velocitat. Exemple: Dansa o gimnàstica.
- **Musical (o rítmica):** Habilitat de saber utilitzar i respondre als diferents elements musicals (ritme, timbre i to). Per exemple, els músics.



- **Intrapersonal (o individual):** Habilitat de comprendre's a un mateix i utilitzar aquest coneixement per operar de manera efectiva en la vida. Per exemple, els psicòlegs i filòsofs.
- **Interpersonal (o social):** Habilitat d'interactuar i comprendre les persones i les seves relacions. Per exemple, les persones solidàries, membres d'ONGs, campanyes d'ajuda a refugiats, etc.
- **Naturalista:** Habilitat per al pensament científic, per observar la natura, identificar patrons i utilitzar-la de manera productiva. Per exemple, científics centrats en el naturalisme i la defensa de la natura.

Les intel·ligències múltiples es van desenvolupant al llarg de la vida. Les que sovint es desenvolupen abans són: interpersonal, intrapersonal i espacial. La lògic-matemàtica i la lingüística es desenvolupen al llarg de la vida. Hi ha intel·ligències com la musical i la naturalista que, segons la persona o el caràcter, no arriben a desenvolupar-se gaire.

*Júlia Solé, 1r Batxillerat
Amb la col·laboració de les psicòlogues de l'escola*



Música

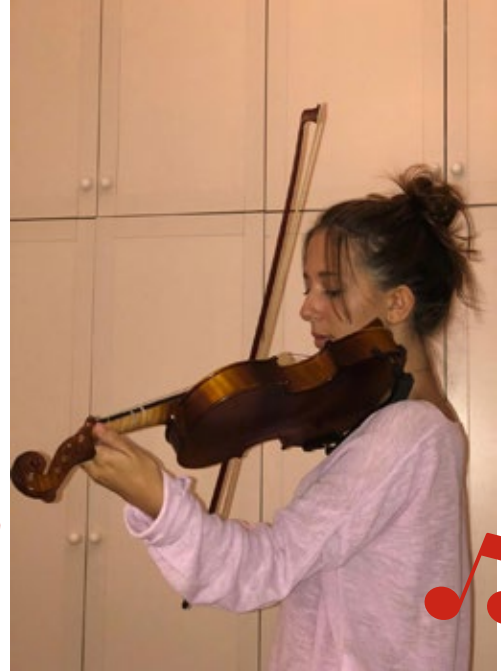
El violín, un instrumento poco común

El violín, un instrumento poco común

No hace mucho, me di cuenta de que lo que realmente me gustaba era la música. Tenía un piano en casa, y aprendí sola a tocarlo. Pasaba horas y horas en mi habitación intentando sacar provecho de lo poco que sabía, hasta que un día supe que tenía que probar cosas nuevas. Me llamaba mucho la atención el chelo; sin embargo, no tardé en darme cuenta de que, ir con un chelo de un lado a otro, no era muy práctico, así que me decanté por el violín, ya que también me parecía un instrumento muy interesante.

Empecé en septiembre de 2018 cuando tenía 14 años. Es poco común empezar a tocar un instrumento tan complejo a esa edad, ya que, normalmente, se empieza en la niñez debido a que requiere muchos años de estudio, porque se considera uno de los instrumentos más difíciles de tocar y aprender; pero bueno, más vale tarde que nunca.

La clave para aprender a tocarlo es la paciencia. Quizás sea algo que tienes que tener más en cuenta que con otros instrumentos. Para tocar el violín se necesita mucha práctica y constancia. Son muchas las cosas que tienes que tener en cuenta, como por ejemplo, no desesperarse, porque hay una cosa que tienen los instrumentos de la familia del violín (violín, viola, violonchelo y contrabajo) que la mayoría de instrumentos no tienen y es que las dos manos hacen cosas totalmente diferentes.



La izquierda, además de sujetar el violín, tiene que presionar sobre las cuerdas para poder tocar la melodía, mientras que la mano derecha sujeta el arco y tiene que pasar por encima de las cuerdas sin desafinar. Pero no todo son inconvenientes, el violín tiene muchas ventajas, como, por ejemplo, el ayudar al desarrollo de un buen oído musical, su expresividad, el poder controlar la presión de las cuerdas, la duración de las notas, etc.

A día de hoy, un año después de haber empezado, no me arrepiento nada de la decisión que tomé. Sé que me va a llevar años mejorar la técnica, pero eso no quita nada. De hecho, creo que tocar el violín hace que me concentre más, ya que, pensar en la función de cada brazo al tocarlo y leer las partituras a la vez, ha mejorado mi rendimiento.

Patricia Baronet, 4º ESO C

Vespa - Infinitum

A finales del curso pasado, la banda de Sala Rock en la que yo he tocado durante cuatro años llamada Infinitum, decidió separarse por diferentes motivos. Han sido cuatro años que me han marcado mucho y que los voy a recordar siempre, en los que no hemos parado de tocar, de ensayar, de participar en concursos y de pasar muchas horas juntos. Para mí ha sido como tener una familia a mi lado constantemente, que me ha apoyado y con la que, juntos, hemos ido creando una historia y un camino.

Para quien no lo sabe, Sala Rock es un proyecto del colegio que permite a los niños a partir de primero de ESO crear grupos musicales con los que se componen o se versionan canciones. Eso es lo que todos sabíamos al formar parte de este proyecto pero no sabíamos que indirectamente estábamos creando un lazo entre nosotros.

A partir de la división de Infinitum, algunos miembros del grupo empezamos a plantearnos que queríamos continuar con la música y empezamos a buscar miembros y ideas para crear una banda nueva. Ese mismo año, también decidieron separarse otro grupo que también habían estado juntos unos cuantos años y eran conocidos como Vespa.



Gracias a la división de dos grupos que siempre habíamos participado en los mismos concursos, se ha formado un nuevo grupo. A todos nos ha alegrado la noticia de poder continuar

Música

haciendo música y de habernos juntado con personas que en realidad, se sienten exactamente igual que nosotros al haber dejado un grupo después de tantos años. Dentro de este nuevo grupo también se han creado nuevas amistades.

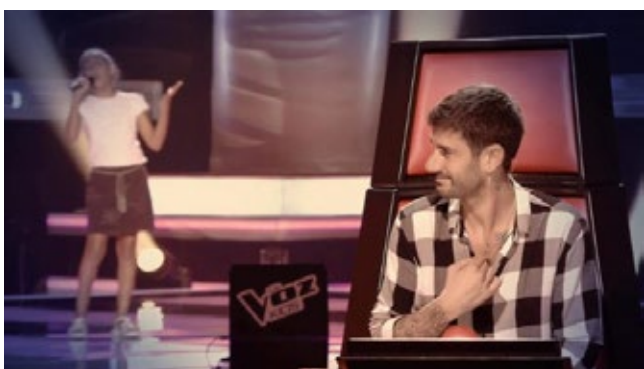
Edmon, el profesor que lleva todo este proyecto de la Sala Rock, fue quien hizo que nos juntáramos, y nos está apoyando mucho.

La idea surgió a raíz de un concierto que hicimos en Luz de Gas el pasado junio, en el que algunos miembros de Infinitum y algunos de Vespa hicimos un mini concierto improvisado. Tocamos dos canciones y salió tan bien que, durante el verano, surgió la idea de unirse y con el comienzo del curso eso se materializó.

Está siendo un nuevo comienzo para todos y, de ahora en adelante, tenemos pensado esforzarnos y disfrutar al máximo haciendo algo que nos gusta y nos une.



Mar Rodríguez, 1º Bachillerato B



“Tots els nervis me’n van passar quan vaig començar a cantar”

Si em pregunten què és el millor que m’ha passat a la vida respondré: participar en el programa de la Voz Kids. Jo tan sols tenia 10 anys quan va començar tot això. Era un dia de primavera quan la meva professora de cant ens va informar als meus pares i a mi sobre l’inici dels càstings del conegut programa de televisió. A partir d’aquell moment vaig començar a realitzar una sèrie de càstings: des d’una entrevista per ordinador, a un segon càsting ja a Barcelona amb la productora. Finalment vaig anar a Madrid, on vam fer més càstings.

Quan va començar la teva vinculació amb la música?

Canto des que tenia un any, pràcticament podríem dir que vaig aprendre abans a cantar que a parlar. A més, faig classes per formar-me en aquesta disciplina des dels cinc anys. També he donat classes de violí i ara estic començant amb el piano.

I va arribar el dia en què vas trepitjar l’escenari, amb la Rosario, Melendi i Orozco com a jutges...

Després de quasi un any de proves repartides entre Barcelona i Madrid, va arribar el gran dia. Vaig arribar amb la cançó “Al·leluia” de Leonard Cohen, molt treballada.



El sábado día 16 de Noviembre actuó en el “Palau Resona” de “Palau de Plegamans”.

Jesús Maria a la Voz Kids

Per què vas triar aquesta cançó, “Al·leluia”?

La cançó d’“Al·leluia” és una cançó molt especial per a mi. M’ha ajudat a superar moments complicats. Però el més valuós d’aquesta cançó és el missatge que ens vol donar l’artista: el tema, ja que parla de la pau en el món i de temes religiosos.

Com vas viure la posada en escena?

Mai havia estat tan nerviosa. Tenia la boca seca i el cor accelerat. Però tot em va passar quan vaig començar a cantar. Recordo que quan la cançó estava a punt d’acabar, vaig adonar-me’n que cap “coach” s’havia donat la volta, així que vaig decidir improvisar un final. Vaig tancar els ulls i, en obrir-los, vaig veure que Melendi s’havia girat! Era un somni fet realitat.

Quin tipus de música t’agrada escoltar?

A casa escoltem música de la dècada dels 70, 80 i 90. No tinc un cantant o grup preferit. M’agrada: l’Sting, la Billie Eilish, els Beatles, l’Amy Winehouse, la Madonna, i molts altres. I respecte a l’estil m’agrada el pop, el country, el jazz, el reggae i l’electrònica.

Jo crec que la música és imprescindible a la vida de l’ésser humà i que sigui de l’estil que sigui ens pot ajudar a superar moments de la vida en què ho passem veritablement malament.

Com valores l’experiència?

Participar en aquest programa de talents ha sigut una expe-

Música

riència increïble. Vaig fer un munt d'amics que em quedaran per a tota la vida i vaig aprendre moltíssimes coses. Allà dins vaig gaudir veient com es grava un programa televisiu, com és estar dins d'un plató, els llocs de maquillatge de vestuari, la gent que col·labora: psicòlegs (teníem psicòlegs per controlar els nervis) els vocals (professors particulars que teníem, i que ens ajudaven amb les cançons) presentadors (el Jesús Vázquez i la Tània) càmeres, tècnics de so, persones encarregades de les coreografies, els músics... I sens dubte algun, el tracte del Melendi amb nosaltres.

No ho oblidaré mai!

Georgina Safont, 2n ESO B



La nostra Orquesta

La música en educació secundària serveix per a analitzar el món sonor que ens rodeja, ofereix una experiència pedagògica que és una mescla de sensibilitat estètica, competències musicals i creativitat. Perquè la Música contribueixi a desenvolupar la percepció, l'expressió emocional, ajudi a desenvolupar en els estudiants una actitud oberta, crítica i reflexiva, i intervengui activament en la seva formació emocional i intel·lectual, tenim que introduir en l'aula el nostre context sonor.

En Jesús María treballam tots els aspectes que tenen a veure amb la música i el seu entorn. És important que els nostres alumnes puguin experimentar en primera persona l'exercici musical, és a dir, l'interpretació musical. Poner en pràctica tots els coneixements que han anat adquirint en l'etapa d'educació primària i després els que se van adquirint en la secundària.

Aquests són alguns aspectes que més treballam i són els que es troben estretament lligats a aquesta disciplina: concentració, coordinació, psicomotricitat, cooperació, empatia, entre d'altres.

Aquest és el quart any que realitzam el projecte "Orquestra Orff" en el qual els alumnes de l'ESO tenen l'oportunitat de desenvolupar tot tipus de habilitats i destreses. L'orquestra està formada per la totalitat dels alumnes de 1r i 2n de l'ESO, cada grup de classe té la seva pròpia orquestra. En principi s'organitzen dos concerts al any: el concert de Nadal i el concert del Dia de la Família.

Aquest projecte és tan sols el començament per al desenvolupament de la música com a matèria interdisciplinària i de foment de les habilitats artístiques.

Tania Ortiz, Profesora ESO

Die Musik in der Sekundarschule dient der Analyse der Klangwelt, die uns umgibt, bietet eine pädagogische Erfahrung, die eine Mischung aus ästhetischer Sensibilität, musikalischer Kompetenz und Kreativität ist. Damit die Musik zur Entwicklung von Wahrnehmung und emotionalem Ausdruck beiträgt, den Schülern hilft, eine offene, kritische und reflektierende Haltung zu entwickeln und aktiv in ihre emotionale und intellektuelle Formation einzugreifen, müssen wir unseren Klangkontext in das Klassenzimmer einbringen. In Jesús María arbeiten wir an allen Aspekten, die mit Musik und ihrer Umgebung zu tun haben. Es ist wichtig, dass unsere Schüler die musikalische Übung, d. h. die musikalische Darbietung, in erster Person erleben können. Das gesamte Wissen, das sie in der Grundschule und dann in der Sekundarschule erworben haben, in die Praxis umzusetzen. Das sind einige der Aspekte, mit denen wir am meisten arbeiten und die eng mit dieser Disziplin verbunden sind: Konzentration, Koordination, Psychomotorik, Kooperation, Empathie, unter anderem. Dies ist das vierte Jahr, in dem wir das Projekt "Orquestra Orff" durchführen, in dem ESO-Schüler die Möglichkeit haben, alle Arten von Fähigkeiten und Fertigkeiten zu entwickeln. Das Orchester besteht aus der Gesamtheit der Schüler der 1. und 2. Klasse der ESO, jede Klassengruppe hat ihr eigenes Orchester. Im Prinzip werden jedes Jahr zwei Konzerte organisiert: das Weihnachtskonzert und das Familientagskonzert. Dieses Projekt ist erst der Anfang für die Entwicklung der Musik als interdisziplinäres Fach und die Förderung der künstlerischen Fähigkeiten.

Tania Ortiz, Profesora ESO



Música



Música

Els nostres grups

Aquí teniu els grups del projecte Sala Rock 2019-2020:

WHITE SHADOWS

Álvaro Ruiz (Baix) 2ESO B
Montse Gil (Teclat) 2ESO B
Helena Griso (Veu) 2ESO B
Inés Feixó (Veu) 2ESO A

INSIDE & OUT

Miriam Ribera (Bateria) 3ESO A
Maria Bladé (Baix) 3ESO A
Abril Roig (Guitarra) 3ESO B
Maria Manen (Guitarra) 3ESO B
Candela Sala (Teclat) 3ESO C
Adriana Maldonado (Veu) 1ESOA
Miriam Abadías (Veu) 3ESO B

RISING STARS

Pablo Rodrigo (Bateria) 1BATX C
Miriam Abadías (Baix) 3ESO B
Edmon Cartró (Guitarra)
Natalia Flaquer (Guitarra) 1BATX A
Sandra Flaquer (Teclat) 3ESO B
Sofia Badimón (Veu) 1BATX C

DREAMERS

Olga Colom (Bateria) 4ESO A
Laura Nafria (Guitarra) 4ESO A
Katrina Montsalve (Guitarra) 4ESO A
Aina Creus (Teclat) 4ESO B
Samantha Esparza (Veu) 4ESO B

BLUE MIND

Ignacio Huerga (Bateria) 2ESO B
María Graells (Guitarra) 2ESO C
Cristina Serra (Guitarra) 2ESO C
Paula Prats (Teclat) 2ESO C
Chioma Obiagwu (Veu) 2ESO C
Adriana Casamada (Veu) 2ESO C

UNDERWATER

Miriam Ribera (Bateria) 2ESO B
Max Martin (Baix) 1ESO C
Álvaro Serra (Guitarra) 1ESO C
Clara Manoukian (Guitarra) 1ESO B
Blanca Andreu (Teclat) 1ESO B
Blanca Nafria (Veu) 1ESO B
Sandra Sánchez (Veu) 1ESO B
Andrea Vasco (Veu) 1ESO B
Beatrice Harrison (Veu) 1ESO B



GOLDEN NOTE

Ignacio Huerga (Bateria) 2ESO B
 Helena Griso (Baix) 2ESO B
 Gloria Medir (Guitarra) 2ESO C
 Martina Cerutti (Teclat) 2ESO B
 Montse Gil (Veu) 2ESO B
 Paulina Cervio (Veu) 2ESO A
 Rita Cervera (Veu) 2ESO A
 Laura Alonso (Veu) 2ESO A



OVER THE WORLD

Ignacio Huerga (Bateria) 2ESO B
 Max Martin-Borregon (Baix) 1ESO C
 Isabella Cruz (Guitarra) 1ESO
 Ignacio Fonte (Teclat) 1ESO C
 Ainhoa Larrea (Veu) 1ESO
 Ana Cardellach (Veu) 1ESO
 Blanca Llargués (Veu) 1ESO



ONE VOICE

Pablo Rodrigo (Bateria) 1BATX C
 Cristina Serra (Guitarra) 2ESO C
 Laura Nafria (Guitarra) 4ESO A
 Aina Creus (Teclat) 4ESO B
 Georgina Safont (Veu) 2ESO B
 Alejandra Serra (Veu) 2ESO A



OVERLOAD

Pablo Rodrigo (Bateria) 1BATX C
 Edmon Cartró (Baix)
 Patrick Duffy (Guitarra) Exalumne
 Mireia Martino (Teclat) 1BATX B
 Gerard Bassas (Veu) 1BATX B



VESPA-INFÍNITUM

Edu Cibrán (Bateria) Exalumne
 Pepe Menárguez (Baix) Exalumne
 Maria Christodouloupoulos (Guitarra) 1BATX A
 Ignacio Flaquer (Guitarra) Exalumne
 Ana Carrasco (Teclat) Exalumne
 Mar Rodríguez (Veu) 1BATX B
 Evie Harrison (Veu) 3ESO A



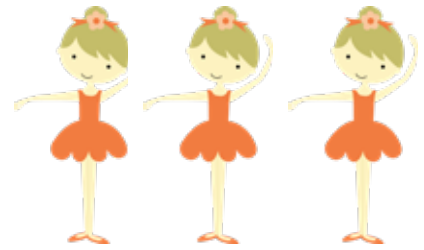
MOMENTUM

Olga Colom (Bateria) 4ESO A
 Laura Teixidó (Baix)
 Edmon Cartró (Guitarra)
 Martina Cerutti (Teclat) 2ESO B
 Montse Gil (Veu) 2ESO B
 Rita Cervera (Veu) 2ESO A



Esports

Mi evolución en la danza



Me llamo Catiana Jiménez y me dedico a la danza desde los seis años.

Lo que empezó como un hobby espero que, el día de mañana, sea mi profesión. Mis comienzos fueron en baile español, continué con jazz, contemporáneo y, finalmente, la danza clásica. En la actualidad, y desde 2016, curso una formación profesional que conlleva 5 horas diarias de ensayo y una actuación en el mes de junio en el Palau de la Música Catalana y el Gran Teatre del Liceu.

Mucha gente me pregunta cómo consigo compaginar satisfactoriamente los estudios con tantísimas horas de ballet; yo siempre respondo lo mismo: "cuando tienes claro cuál es tu pasión y sabes lo que realmente te hace feliz, siempre hay tiempo para todo". Los estudios son necesarios y jamás hay que dejarlos de lado. La danza me aporta una disciplina y una constancia que creo que también me ayuda a saber cuáles son mis responsabilidades y a cumplirlas de la mejor manera posible.



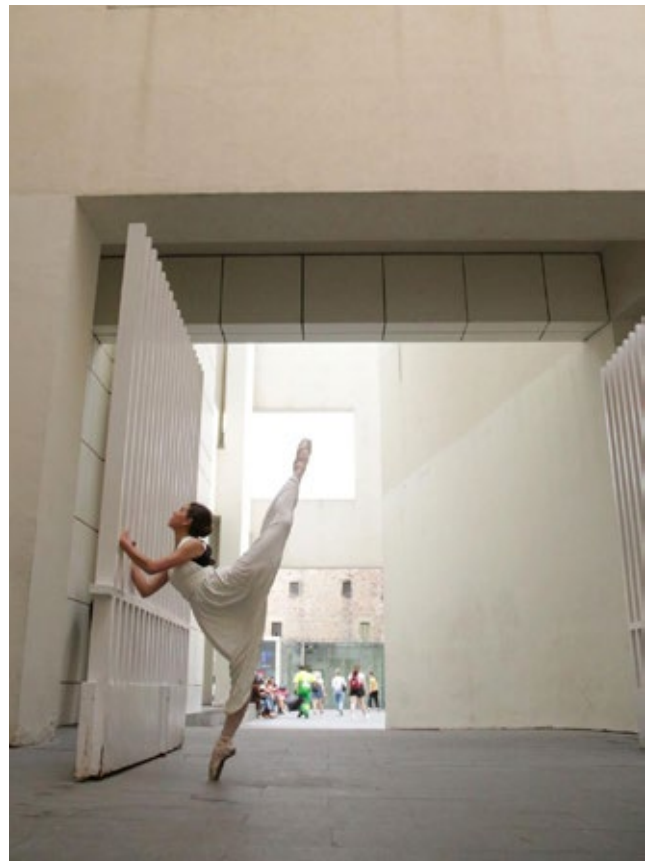
para alcanzar cualquier sueño, ya sea a nivel académico, profesional o incluso personal, la fuerza de voluntad y el esfuerzo son el motor que lo hace posible. El día que dejemos de hacer lo que nos hace feliz o veamos solo lo negativo, estaremos perdidos. Por eso, jamás dejaré de subirme a los escenarios, a pesar de que eso implique sacrificio para alcanzar los resultados académicos que hasta ahora he conseguido y espero conseguir hasta finalizar esta etapa.

Catiana Jiménez, 1º Bachillerato C



En el colegio siempre he encontrado una gran ayuda, ya que se me ofrece la oportunidad de convalidar algunas asignaturas como educación física o alguna materia de modalidad, para así tener más horas de estudio y evitar que los trabajos se me acumulen. Es una gran suerte y estoy muy agradecida por ello, ya que, de no ser así, seguramente me sería imposible poder llevarlo todo al día.

La danza, a pesar de transmitir una imagen de fragilidad, es un trabajo durísimo en el que se convive con el dolor y la frustración. Amo lo que hago y creo sinceramente que



Bàsquet en el colegio

Nosotras jugamos a bàsquet en el Club esportiu Jesús María Sant Gervasi. Desde hace tres años jugamos en el equipo femenino (este año somos infantiles). Nos apuntamos gracias a varias amigas que nos lo recomendaron. Nosotras junto con algunas niñas más formamos el equipo femenino, que antes era mixto.

Es un deporte de equipo en el que aprendes a convivir, a hacer nuevas amistades, a respetar, etc.

El bàsquet consiste en que cinco jugadores/as, distribuidos en una cancha, se pasen un balón y encesten en una de las dos canastas. También es un deporte de mucho contacto y puede provocar muchas lesiones, particularmente capsulitis y lesiones de tobillo, pero merece la pena.

A nosotras nos gusta el bàsquet porque tenemos muchas amigas en el equipo; nos ha enseñado valores tanto a nivel personal como a nivel de grupo y las entrenadoras han sido todas muy buenas. Pero lo mejor de todo es cuando algo no te sale bien y te esfuerzas hasta que lo consigues, te superas cada día más.

Personalmente, el bàsquet es uno de los mejores deportes.

Carlota Ibáñez, Inés Marcos, 1º ESO B



En els cursos des de P3 fins a 2n de Primària, els alumnes reben classes de natació un o dos cops per setmana a la piscina del DiR. D'aquesta manera, els estudiants aprenen i perfeccionen la seva forma de nedar i els estils que hi ha: crol, braça, esquena i papallona. A més, realitzen jocs amb el material que els hi proporcionen (flotadors, matalassos, xurros d'escuma...) i practiquen els diferents tipus de salts. Cinc alumnes de primer de Primària ens han explicat la seva opinió d'aquestes classes:

"M'agrada jugar amb matalassos i nedar amb els meus amics."
Patricia Gassó

"A vegades em caic de planxa, però m'ho passo molt bé, sobretot quan ens tirem pel tobogan."
Joan Riera

"Aprenem a saltar de bomba, de cap i de "palillo" i és molt divertit".
Catalina Abadía

"Ens dividim en grups i fem jocs per aprendre a nedar en crol i en braça."
Èlia Ribé

"És molt divertit quan fem carreres i juguem amb pilotes, xurros i taules."
Inma Cañellas

classes de natació



Esports

Mens sana in corpore sano



Des de temps immemorials, l'esport ha jugat un paper molt important en la societat. Com diu l'expressió "mens sana in corpore sano", fer exercici és positiu tant pel cos com per la ment. L'activitat física acumulada al llarg del dia i integrada en la rutina diària és una eina de promoció de la salut i prevenció i control de les malalties. Caminar, anar amb bicicleta, fer activitats quotidianes d'una manera activa, practicar algun esport, fer gimnàstica o simplement jugar aporta molts beneficis a la nostra qualitat de vida. Primerament, a nivell general, la realització de qualsevol tipus d'exercici físic augmenta l'esperança de vida, ja que millora la resposta immunitària. A més, és una manera de socialitzar i relacionar-se amb els altres, perquè existeixen molts tipus d'esport que són per equips, o senzillament es necessita més d'una persona per poder-hi jugar. En conseqüència, provoca un sentiment d'energia i alegria que posteriorment és beneficiós per a la relaxació del cos i de la ment.

En segon lloc, físicament, la pràctica d'esport influeix molt positivament en els òrgans i sistemes del cos; especialment l'aparell locomotor, el circulatori i el sistema nerviós. Així doncs, enforteix els músculs i els ossos, i manté les artèries flexibles i sanes. A més, redueix el risc de patir malalties cardíaques i respiratòries, degut a la disminució de la freqüència cardíaca i l'augment del consum d'oxigen.

D'altra banda, a nivell psicològic i personal, l'exercici físic augmenta l'autoestima. Aquest produeix una sensació d'alliberament i relaxació, ambdós molt positius per l'estudi i la conciliació del son. Així mateix, redueix l'estrès quotidià causat pels exàmens o els treballs de gran importància. D'aquesta manera, l'activitat física només genera emocions positives, com l'efecte antidepressiu. Tot i això, el benefi-

QUINS BENEFICIS ENS APORTA L'ESPORT?

- Millora la circulació, respiració, digestió i accelera el metabolisme
- Augmenta el flux d'oxigen al cervell, millorant així la memòria, la concentració i l'estat d'alerta.
- Fomenta posar-se reptes, la superació i la força de voluntat.
- Ajuda a canalitzar i eliminar la tensió i l'estrès del cos. Ens ajuda a tenir el cos i la ment en calma
- Proporciona sensació de benestar (hormones endòfines)
- Afavoreix la creació de bons hàbits i estimula el rendiment acadèmic
- Fomenta el treball en equip i les relacions amb l'entorn

Rosy Leverman
Mircea Martino

ci personal més important de fer esport és la fomentació d'il·lusió i motivació per assolir nous reptes.

Respecte als efectes positius a nivell social, l'esport augmenta l'autonomia d'un mateix. A més, fomenta la convivència amb les persones que ens envolten i estimula l'afany de treball en grup. Per aquesta raó, l'exercici físic és un mitjà d'inserció, socialització i accés a la ciutadania. Així mateix, també ajuda a tenir un millor rendiment escolar i sociabilitat.

En definitiva, la pràctica d'esport és necessària en la nostra rutina diària per tots els beneficis que ens aporta, tant físics com psicològics i socials. Així doncs, "mens sana in corpore sano" hauria de ser el nostre objectiu per tenir una bona qualitat de vida. Tothom a fer esport!

Judit Viladecans, 1r Batxillerat A

Ioga per a professors

La salut és molt important, tant pels alumnes com pels professors. Des de l'any passat, l'Andrea Fernández, professora de l'ESO, fa classes de ioga a alguns docents del centre. Aquí us deixem el punt de vista de dos d'ells.

La salut de les persones ha de consistir a sentir benestar en la seva anatomia i fisiologia de manera que els hi permeti realitzar la seva activitat diària amb harmonia entre la seva vida afectiva i la seva ment, que s'integrin perfectament en la societat en què es desenvolupen i en el medi ambient que els envolta. És per aquest motiu, que la pràctica del ioga s'hauria d'entendre com un hàbit de vida saludable on el cos i la ment s'uneixen per convertir-se en un de sol.

Està demostrat que les tècniques utilitzades en el ioga permeten aconseguir bons resultats a l'hora de prevenir patologies com ara l'artritis i l'artrosi, el miocardi, el lumbago, l'asma i la bronquitis o el restrenyiment. Tanmateix, pot millorar la qualitat de la salut mental, ja que aconsegueix reduir l'ansietat i diversos desordres psíquics i afavoreix l'harmonia psicològica, cosa que permet resoldre els nostres conflictes interns. La possibilitat de fer una pràctica de ioga a l'escola a l'hora lliure del migdia proporciona als professors que en practiquem un alliberament de les càrregues del matí i una apertura positiva i renovada per les activitats i classes de la tarda. Tenint present la importància que té el ioga en la salut de les persones, els professors estem molt agraïts a l'Andrea

Fernández, per la seva professionalitat en aquest camp i l'harmonia que ens regala en les seves classes d'aquesta disciplina d'origen hindú.

Marta Andreu, professora

Ara fa un any i mig que faig ioga. Quan tenia uns quants anys menys sentia la paraula 'ioga' i em posava nerviós. Gent respirant, quieta, avorriment, ambient 'hierbitas'...Tot això em venia al cap. Un cop ho proves veus que bàsicament són estiraments. És aprendre a respirar mentre fas uns exercicis. És ser conscient que tens un cos que cal reeducar posturalment.

En definitiva, et relaxes i aprens a estirar aquells músculs que no saps ni que existien. Molt recomanable. Però cal anar sense prejudicis o no ho faràs!

Txus Quesada, professor



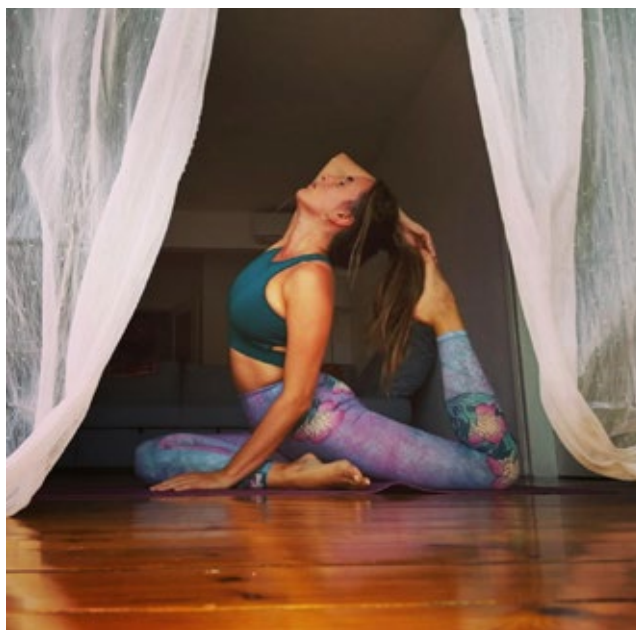
Mis primeros pasos en la senda del Yoga

Tenia diecisiete años y una mirada cómplice me llevó a iniciarme en el, por entonces desconocido para mí, mundo del yoga. Empecé practicándolo sin saber muy bien de qué se trataba, como puede practicarse un deporte cualquiera, con el mero objetivo de mantenerme en forma, de ganar flexibilidad. Estaba apuntada al gimnasio y, casualmente, en la franja horaria a la que acudía ofrecían clase de yoga. Lejos de parecerme algo aburrido y más bien propio de la tercera edad, como bromeaban mis amigas por aquel entonces, empezó a gustarme por el progreso físico que en seguida empecé a notar.

Luego vinieron los cambios a nivel personal, más sutiles, que me llevaron a una toma de consciencia corporal que nunca antes había experimentado. Me fui adentrando en la práctica hasta el punto de integrarla tanto en mí, que deseaba que llegara el momento de empezarla, de salir de clase con ese sentimiento de paz y de amor hacia mí misma y hacia esa energía que, por una hora, era capaz de generar; olvidando los agobios del día a día propios de una adolescente un tanto insegura, que invierte gran parte de su tiempo en sacarse un buen bachillerato, y que se siente, en parte, víctima de esas relaciones tóxicas que de vez en cuando nos brinda la vida para nuestro aprendizaje.

Recuerdo cómo la respiración empezó a tener un papel fundamental en mi vida y cómo aprendí a gestionar mis conflictos desde un lugar de calma, a relativizar las situaciones. Sabía que la práctica me ayudaba a eso, por eso empecé a entenderla de otra manera: medicina integral para cuerpo y alma.

Desde entonces, el aprendizaje y la evolución han sido constantes. Hace un año decidí sacarme el título para poder ejercer como profesora de yoga y, actualmente, puedo decir que me llena de alegría poder compartir esta disciplina con algunos de mis compañeros en el descanso del mediodía; nuestro momento de (des)conexión y relax.



Para mí, el yoga es un viaje hacia dentro, justo al punto donde medio mundo parece haberse perdido nadando en la superficialidad de una vida de constantes necesidades externas. Puedo decir que he corregido lesiones físicas y, por el camino, he encontrado bienestar interior, además de personas bonitas, y de tener la oportunidad de conocer de cerca una disciplina milenaria y medicinal llena de magia. Por último, para todo aquel que le resuene, no podía terminar este artículo sin aportar una breve recomendación literaria a propósito del tema: El secreto del yoga de Gueshe Michael Roach, una joya hecha cuento.

Andrea Fernández, profesora

Esports

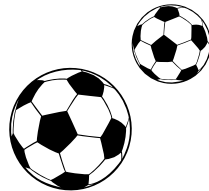
Crónicas de mamis futboleras 2019

El día amanecía plomizo e incluso la lluvia hizo acto de presencia en los primeros compases de la mañana y en los partidos de los padres.

La llegada de las primeras Mamis al cole provocó la llegada de los primeros rayos de sol. La mañana prometía, el movimiento en el patio cada vez era mayor, el runrún en el terreno de juego presagiaba que algo grande iba a suceder.

Las madres saltaban al terreno de juego y los cimientos del cole temblaban, el partido iba a comenzar...

El calentamiento brillaba por su ausencia, la pelota no rodaba



ba pero hablaban de táctica, de jugadas ensayadas, de los córners, seguía sin correr la pelota, pero continuaban hablando....Está claro quien organiza y manda en nuestras casas somos nosotras (jejeje)..Vítore de batalla cual "haka neozelandesa", corrillos en cada uno de los campos y el árbitro anunciaba el principio del partido.

Constantes idas y venidas, chutes prodigiosos, saques de

XIII TORNEO FÚTBOL SALA PADRES Y MADRES DOMINGO 20 DE OCTUBRE a las 9h.

¡APUNTADOS, CONTAMOS con VOSOTROS y VOSOTRAS!

RESPONSABLES de CURSOS

P3 a P5 - SAMUEL LEITON sleiton@gmail.com - 687 743 200

1ª primaria - BORJA GASSÓ FORTEZA fgasso@fotmail.com - 609 926 027

2ª primaria - JORGE LABRADOR lalsalfer@gmail.com - 630 071 887

3ª primaria - XAVIER CASTILLO xavi72@hotmail.com - 616 645 120

4ª primaria - ABRAHAM HERRERA abraham.herrera@danone.com - 645 678 605

5ª primaria - OSCAR FÓNEZ ofonez@hotmail.com - 686 871 033

6ª primaria - PEDRO GÓMEZ PÉREZ pgomez@heriberica.com - 629 468 938

1º ESO - ANDRÉS VASCO andresvasco33@gmail.com - 659 295 006

2º ESO - VÍCTOR VALL-LAMORA victor.vall@opabcs.com - 657 866 818

3º y 4º ESO - OSCAR SALA oskaps@yahoo.es - 625 062 724

Backillería - GUILLE BARONET gbaronet@hotmail.com - 670 318 912

FECHA LÍMITE 17 de OCTUBRE

Y al finalizar... ENTREGA de TROFEOS y APERITIVO!

banda "asombrosos" pero el gol no llegaba....Dos palos del equipo blanco daban cierta sensación de peligro, pero las mamis vestidas de negro resistían los envites del rival con una defensa sólida. Primera parte con protagonismo para las porterías de cada uno de los equipos, una grada entregada al espectáculo con niñas, niños y papis aplaudiendo a las Madres. La segunda parte comenzaba con síntomas parecidos, mucho juego en el medio campo, algún forcejeo demostraba que el fútbol es fútbol y que a las mamás futboleras no nos gusta perder ni a las canicas. Con algún disparo lejano e intensidad en las defensas el partido presagiaba que el marcador no se movería y así fue. Se firman unas tablas como si fuera una partida de ajedrez con 6 reinas por equipo mas las reinas del banquillo que sumaban decena por equipo; no había peones en esta partida.

Firmamos un maravilloso empate, jaleado por los espectadores, mamis contentas y los peques que corrían por el campo también. Querían acabar el partido con empate, pero un partido de tales magnitudes necesitaba un ganador (además sólo había una copa, el presu da para lo que da!!) Llegarían los penaltis....

En un primer lanzamiento, las lanzadoras no fallan y aciertan, grandes goles de los dos equipos. El segundo lanzamiento de las de blanco fue gol pero las de negro fallaron con acierto de la portera.

El tercer lanzamiento lo paró la portera del equipo negro pero fallaron el último lanzamiento.....Victoria 2-1 para las de blanco, pero quien realmente ganó fueron las ganas, la convivencia, el fútbol y el sentido del humor.

FELICIDADES MAMIS FUTBOLERAS!!!



María Hierro García , mama de Patricia Gasso Hierro 1º EPRI C



Pares futboleros

De nou hem pogut gaudir un altre cop d'una genial jornada d'esport a l'escola. En aquesta ocasió, les mares i pares hem jugat a futbol de manera intensa i ben divertida mentre els altres membres de la família, que també han vingut durant el campionat, han pogut veure els seus progenitors passant-ho molt i molt bé a la vegada que també han pogut passar una bona estona amb els seus germans i amics. Enguany, ja portem XIII edicions i després de tots els partits es va alçar victoriós de la lligueta de pares l'equip anomenat "JM Legends", els quals els veiem a la foto recollint la

copa. L'equip de les mares, anomenat "Blanques", també recull la seva anhelada copa amb molta alegria, com es veu a la foto.

Per acabar, agraim a tots la vostra participació i us esperem al campionat del 2020.

Xavi Reinal, pare de Hugo i Héctor Reinal 2º ESO

Runners JM: correm pels altres

Des de fa molts anys, el nostre col·legi vol promoure que els joves facin esport i no hi ha millor manera que mitjançant la solidaritat. Córrer, és una de les possibles opcions ja que no requereix cap tipus de material per desenvolupar-la, és a dir, es pot realitzar a qualsevol hora, en qualsevol indret i fins i tot sense un entrenament previ.

La quantitat d'hores en les quals els adolescents passem quietes (asseguts) està augmentant de manera progressiva. Per aquest motiu, l'any passat en la nostra escola es va organitzar una cursa solidària en contra del càncer amb la qual hi van participar gairebé unes 900 persones amb la intenció de fomentar l'esport i l'activitat física. Amb el mateix objectiu, aquest any en el mes de desembre s'ha tornat a repetir també per a una causa benèfica: les malalties minoritàries.

Patricia: "Durant el trajecte d'una cursa hi ha molt de temps per reflexionar, i cada any que participo en la de La Lluna Plena de Sitges (contra el càncer infantil), m'imagino que és comparable amb tot el procés de tractament del càncer. És a dir, des de que la malaltia és detectada, més endavant totes les MUSICACIONS i quimioteràpies que es duen a terme i que es poden relacionar amb els moments més crítics de la cursa, els quals només penses en parar però has de seguir lluitant com ells ho van fer fins al final. Aquest és un exemple de molts, però l'he escollit perquè va ser la primera cursa solidària a on hi vaig participar i gràcies a això he seguit implicant-m'hi en la pràctica de l'esport i col·laborant en moltes més curses. El càncer em toca de prop i a moltes persones també, i córrer-la és una sensació molt especial."

Kiki: "La sensació de benestar en què acabes la cursa és el que més em satisfà a mi. Veus com tothom acaba amb un somriure d'orella a orella i una forta abraçada. Realment és impressionant veure aquest ambient tan agradable. Te n'adones del que pots arribar a fer (que abans no creies possible) i els obstacles i les dificultats que pots arribar a superar. Però no hi ha res millor que una bona compan-

ya durant el transcurs d'aquesta, una persona que t'animi, t'ajudi a aixecar-te quan et caiguis i que et doni forces per continuar-la."

No importa qui siguis, d'on vinguis o quines siguin les teves limitacions ja que el més important en totes les curses és el fet de superar-se a si mateix i posar el seu gra de sorra per a una finalitat conjunta. La posició d'arribada de cadascun dels corredors no influeix en la marca, tant el primer com l'últim tenen el mateix valor perquè el més important és la implicació i la participació.

I amb això, també considerem que la pràctica de l'esport és fonamental per a la nostra salut. Per tant, us animem a tots a participar a curses amb nosaltres!

Patricia Argüelles i Kiki Xie



Dojo Sant Gervasi



ESCUELA DE ARTES MARCIALES TRADICIONALES

Mi padre inauguró el Dojo Sant Gervasi hace ya casi 45 años. Con mucho trabajo y dedicación consiguió que nuestro Dojo fuera un referente en el mundo de las artes marciales tradicionales en Barcelona y lugar de iniciación de muchos de los que ahora ya sois padres o madres aquí en Sant Gervasi. Desde hace muchos años impartimos clases de Karate, Judo y otras actividades tanto para niños como para adultos; siempre relacionadas con la defensa personal y el trabajo y fomento de los valores que estas transmiten.



de todos los beneficios a nivel físico y de salud que aporta la práctica continuada de este tipo de actividades: elasticidad, coordinación, motricidad, lateralidad, etc. La verdad es que es difícil centrarse en unos pocos aspectos positivos cuando hablamos de un tipo de actividad tan integral que incide en aspectos tanto físicos como formativos.

¿Es bueno empezar a entrenar desde pequeño?

En nuestro Dojo generalmente aceptamos a niños a partir de los 5 años. La experiencia nos dice que antes de esa edad es difícil que puedan seguir y entender correctamente una clase de artes marciales para niños y muchas veces puede ser hasta contraproducente empezar a practicar antes de esa edad ya que pueden cogerle manía o un cierto recelo que luego ya un poco más mayores les pueda generar rechazo a la actividad.

Creo que empezar a aprender artes marciales desde pequeños puede aportar grandes ventajas y aspectos positivos a la formación del alumno pero tampoco diría que haya una edad ideal para empezar a hacerlo. ¿A los 6, 8, 10, 12 años? Al final depende de cada alumno y del momento de madurez que tenga en el momento de empezar y de lo mucho o poco que pueda ayudarle la práctica de las artes marciales a su desarrollo físico y personal.

¿Qué significa para ti este deporte?

Bueno, con un maestro así ya podéis imaginar qué significan para mí las artes marciales: obviamente, son mucho más que un deporte. Echando la mirada hacia atrás estoy seguro de que muchos de los hitos que he podido conseguir en mi vida han sido, en parte, gracias al Karate, y no solamente en el plano deportivo, también en aspectos como la confianza en mí mismo, en cómo gestionar o afrontar según qué situaciones o cómo lidiar con algunos de los problemas que van surgiendo a medida que te haces mayor.

¿Qué opinas sobre la poca visibilidad que se le da a las artes marciales frente a otros deportes más mayoritarios?

Obviamente, no contamos con la repercusión de otras actividades como el fútbol o el básquet, aunque sinceramente tampoco es algo que me moleste; pese a ser actividades extra escolares nunca las he puesto en el mismo saco. También hay que decir que, poco a poco, tanto el Karate como el Judo se van haciendo un hueco en el panorama deportivo nacional y cada vez son más conocidos por el "gran público". El Judo, por ejemplo, es deporte olímpico desde hace muchos años y cuenta con grandísimos competidores nacionales que son referentes a nivel internacional. El Karate será olímpico por primera vez en Tokio2020 y, actualmente, la mejor karateka de toda la historia es española y en categoría masculina el segundo también es nacional. Hace años que se está haciendo un muy buen trabajo a nivel deportivo y contamos con grandísimos campeones, aunque muchas veces nos cueste verlos en la tele!

Por otro lado y como te comentaba al principio, que tenga más o menos visibilidad tampoco es algo que a mí personalmente me quite el sueño; mis objetivos y motivaciones no están tanto en esos puntos y sí más en que los alumnos vengan contentos y con ganas a entrenar al Dojo y en continuar de forma fiel el camino que empezó mi padre hace tantos años. He crecido aquí en este barrio y me gusta que me conozcan por mi trabajo y por mi pasión, que es el Karate y la enseñanza de las artes marciales tradicionales.

¿Qué crees que aporta a la vida de las personas que lo practican?

Pues la verdad es que una de las cosas que más valoro del Karate o del Judo es que a cada uno le pueden aportar aspectos y valores muy diferentes. Quizá tu hijo es más introvertido y reservado y la práctica de las artes marciales le ayuden a ganar confianza en sí mismo y a relacionarse de una forma más segura con los demás, también puede que tu hija sea súper movida e inquieta y el entreno en el Dojo le ayude a concentrarse y a mejorar su auto control o a focalizar la atención en un objetivo. Sin hablar claro está

Esports



Tenemos la suerte de tener entre los alumnos de nuestro Dojo a muchos alumnos de la escuela Jesús-María Sant Gervasi. Nos sentimos especialmente orgullosos de la confianza que depositan cada año padres y madres que nos confían a sus hijos e hijas para iniciarles en el mundo de las artes marciales tradicionales. Estamos muy cerca de la escuela. ¡Si queréis saber más sobre nuestro trabajo y actividades no dudéis en visitarnos!

Lluís Escalona B.
www.dojosantgervasi.es





DOJO
SAN GERVASI

ESCOLA D'ARTS MARCIALS

Escola de valors



KARATE
KRAV MAGA
BR.JIUJITSU
JUDO
KUNG FU
FITNESS



2 classes i matricula gratis

Buscarons, 18 · 08022 Barcelona · T. 93 211 22 66 · dojosantgervasi@outlook.com

www.dojosantgervasi.es

Esports

Futbol per parelles

Fa uns anys, vivíem a una societat molt marcada i molt dividida per les diferències entre les persones. Amb els anys, aquestes divisions van ser adoptades també a l'esport, sobretot les distincions entre sexes. L'Educació Física a l'escola ajuda a fomentar la relació i la unitat dels alumnes com a equip sense tenir en compte les nostres diferències. Busquem un esport per a tots on tothom es senti inclòs i tothom pugui participar i gaudir, independentment de la seva condició física i de la seva habilitat esportiva.

Amb la finalitat de deixar enrere aquestes diferències, a l'escola hem aprofitat un esport tant important i amb tanta influència com és el futbol. Ja deu fer uns anys que el Sergi Muñoz, un dels professors d'Educació Física de la ESO i de Batxillerat, va introduir a les classes una variant del futbol que tots coneixem i la va anomenar 'futbol per parelles'. La base del joc és la mateixa: hi ha dos equips i dues porteries, i l'objectiu principal és fer entrar la pilota a la porteria de l'equip contrari. El que canvia en el nostre joc, com ja ho diu el propi nom, és que els jugadors es mouen pel camp de dos en dos, és a dir, en parelles. Generalment intentem que



aquestes parelles estiguin formades per un noi i una noia, encara que no sempre hi podrà ser ja que poden haver-hi classes on el nombre de nois i de noies estigui en desequilibri. Per tant, a partir d'aquí un ja es pot fer la idea del joc. Amb aquesta variació és treballen molts valors. El principal és l'autoacceptació de cadascú. Com ja hem mencionat abans, l'objectiu és aconseguir que tothom es senti integrat en un joc on, com a la majoria dels esports, la tècnica personal juga un paper important. El fet d'anar en parelles implica una cooperació extra entre els dos membres de la parella on s'ajuden mútuament i on cadascú pot aportar diferents virtuts complementant els punts febles de l'altre. A més, al ser en parelles, els alumnes s'ho prenen més com un joc on l'objectiu és que tots puguem gaudir realitzant activitat física i no com una competició on l'únic objectiu és guanyar.

En conclusió, el col·legi participa en la lluita contra les desigualtats i fomenta esports com el futbol per parelles per a què els alumnes s'integrin i gaudeixin aprofitant els beneficis de l'activitat física.

Maria Christodouloupoulos i Sergio Hernández, 1 Batx A

Esports i extraescolars JM

Avui en dia a l'escola podem trobar-hi diversos equips d'esport o extraescolars, tant dintre de la mateixa, com vinculacions que hagi creat l'escola.

En primer lloc, destaquem el futbol, un dels esports que destaca més a l'escola. Aquest es divideix en dos grups: escolar i federat. Els equips federats podem trobar-hi esportistes de 1r ESO fins universitaris o més grans. Cal destacar que no només hi ha equips masculins, sinó de també femenins! A l'escola ens agrada que tothom es senti acollit, i amb la confiança de fer el que més li agradi.

En segon lloc, podem trobar la gimnàstica artística on es divideix en quatre grups. Es tracta un esport que a mi personalment em va ensenyar i em va inculcar molts valors, no només de l'esport, sinó de la vida quotidiana.

També podem trobar-hi el bàsquet, un esport on actualment trobem els esportistes més petits, com P4, fins esportistes de secundària. Al bàsquet també podem trobar equips femenins i masculins.

Darrerament trobem el voleibol i el tennis, on aquest darrer s'imparteixen classes amb grups grans i després classes

Esports

amb grups reduïts que solen ser quatre o cinc persones independentment de l'edat; es classifiquen per nivells.

Per últim, trobem la dansa. Aquest esport no es practica dintre del recinte escolar, sinó que l'escola Jesús- María es coordina amb l'escola Menchu Durán i, per aquest acord, pots accedir-hi a rebre classes. La dansa està molt centrada en esportistes més petits, somniadors que anhelan la idea d'algun dia estar en un escenari demostrant i transmetent el mateix que la dansa els hi transmet a ells.

Després tenim dos extraescolars com el teatre i la música. La música s'ofereix a unes hores determinades i es divideix en parvulari i primària. Els alumnes que fan primària disposen de classes de piano o guitarra. El teatre és un projecte nou que s'ha llançat aquest any, que pel que es veu ha estat un èxit.

Per finalitzar, l'escola ofereix anglès i francès. Aquest últim encara no està en marxa, ja que no hi ha suficients alumnes inscrits, però igualment l'escola ho ofereix.

Per totes aquelles famílies que necessiteu un cop de mà perquè el horaris dels vostres fills no encaixen del tot amb els vostres, l'escola també ofereix l'activitat d'acollida. S'inicia al matí i pot ser una hora, o mitja hora abans de començar la jornada escolar; també les permanències que són a la tarda.

Solé, Júlia, 1r BATXILLERAT



Gestión de actividades formativas

activa
extraescolares

Gestión integral de actividades
(Artística-culturales, deportivas, formativas, lúdicas)

Implantación de programas de refuerzo

Gestión de monitores y profesores

Formación de adultos

Aprendizaje cooperativo y desarrollo emocional, intelectual y social de cada alumno

activa
idiomas

Implantación de planes plurilingües

Escuelas de idiomas y prep. de títulos oficiales

Programas de auxiliares de conversación nativos

Formación y certificación de formadores

Inmersiones lingüísticas

PIPE Plan Integral de Plurilingüismo Educativo

PIE Plurilingüismo e Innovación

bibe Bases Integradoras del Bilingüismo Español

Aprendizaje constructivo

activa
vacaciones

Ludotecas (Semana Santa, Navidad...)

Tardes activas de junio y septiembre

Campamentos urbanos de verano

Programas de intercambio

Cursos de idiomas en el extranjero

Servicios disponibles también en otros IDIOMAS

Competencias sociales y de comunicación intercultural

activa
materiales

Libros de informática para Educación Primaria (en castellano y en inglés)

Click&Play English

Aprende Informática LINUX

Click&Play

LINUX

Metodología práctica

RESPONSABILIDAD / CALIDAD / CONFIANZA



902 36 34 21

www.activa.org

info@activa.org

Delegaciones en Barcelona, Burgos, Gijón, La Coruña, León, Logroño, Madrid, Murcia, Pamplona, Salamanca, Santander, Soria, Valencia, Valladolid y Zaragoza

ActividadesFormativas
@ActivaRedes
plurilinguismoeducativo.com



Viatges

Viaje a Japón

My family and I have always liked to travel, we have been to many different places, with different customs, traditions and ways to think. In my personal opinion I think traveling is one of the most enriching things you can do, both spiritually and culturally.

One of the best experiences I have had in my whole life has been my trip to Japan with my family. We all loved that place, and that's right, it was such a beautiful place and it was also so different to the place we live: First of all the people, they are much more respectful than us in all the aspects. Also the food, it was much more healthy, instead of eating pastries for breakfast they had algae and rice, besides they never had dessert after lunch or dinner, in fact, japanese people say that they live longer because when they eat they don't get full when eating, they eat an 80% of their capacity. And one of the most respectful things that have Japan is the harmony in their lives.

Our trip to Japan divided in two different parts: Tokyo and Kyoto.

First we went to Tokyo, a huge city, we stayed at a gorgeous hotel. when we woke up every day we had a plan to do, prepared by my father that was the one that had more ilusion to go to the trip. When we didn't want to stay at tokyo we

took the train, pass the day in somewhere else and come back. When our stay in Tokyo had finished we went, also by train to Kyoto. It was so different to Tokyo, it was not like a big city, it was more like a place of peace, rivers, sakura and temples were the most abundant thing to do there, and it was perfect.

Marc Torrents, 3º ESO



Viatge a Roma

Probablement, no sóc de les persones que hagin viatjat més perquè la idea d'estar en un avió no m'apassiona, però els viatges que he fet m'han agradat molt. He estat a Sídney, que em va semblar impressionant, a Nova York, que és una ciutat molt diferent, i l'últim viatge que he fet ha sigut a Roma.

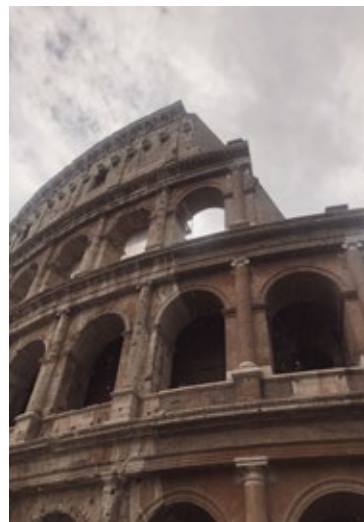
Vam anar les meves germanes, la meva mare i jo per celebrar els 18 anys de la meva germana. Vam estar tres dies a aquella ciutat i em vaig enamorar dels seus carrers, les seves places, la seva gent... Volíem veure el màxim possible i teníem pocs dies per fer-ho.

El primer dia, vam començar molt aviat per poder passejar per tota la ciutat. Vam veure la Fontana di Trevi, el Panteó, la Piazza Navona, etc.

Encara que hagués pogut veure aquells monuments i places per internet, cap fotografia era comparable amb la realitat. Tot el que veia superava completament el que hauria pogut imaginar. A la tarda, vam anar a passejar pel Trastevere, un barri molt tranquil i meravellós de la ciutat amb cases baixes que deixen

passar la llum del sol per sobre d'elles i així il·luminar aquells carrers estrets plens de vida.

El segon dia, vam anar a veure la part on es troben el Coliseu



i l'Arc de Triomf i, encara que aquell dia va ploure, es podia veure igualment la bellesa d'aquells monuments. Així mateix, com que la meva germana i jo volíem tastar el famós gelat italià i no volíem marxar d'allà sense fer-ho, aquella mateixa tarda, vam anar a complir aquest objectiu. Aquell gelat ha sigut el millor que he tastat mai.

Quan va arribar l'últim

Viatges

dia, no m'ho podia creure; havia estat molt de temps imaginant com seria viatjar a Roma i ja s'havia acabat aquella experiència. Van ser només tres dies, però molt ben aprofitats, plens de rialles i de bons moments en família que van ser molt especials. Tot el que vaig veure de Roma, les seves antiguitats, els seus carrers i tot el que forma part de la ciutat italiana, em va fer prometre que algun dia tornaria a aquella meravellosa ciutat.

Encara que no hagi viatjat molt, cada viatge que he fet m'ha fet veure que només el fet d'anar a una altra ciutat o país, sigui on sigui, és un privilegi que tenim. Cada viatge és una experiència nova que s'ha de viure al màxim i recordar tota la vida. És una aventura on ens hem d'acompanyar i envoltar de gent que ens faci gaudir i riure en tot moment, perquè cap oportunitat d'agafar un avió i volar cap a un altre país no s'ha de desaproveitar.

Elena Barrio, 1º Batxillerat A



Viaje a Granada

El viaje es la escuela de la vida. El hecho de viajar, además de hacernos descubrir otros lugares diferentes que quizás no hayamos visitado nunca, nos permite aprender cosas nuevas, otras culturas, otros idiomas y, sobre todo, nos brinda la oportunidad de conocer a gente nueva.

La última vez que viajé con mis padres, mi hermano pequeño y mi hermana mayor fuimos a Granada durante un fin de semana. Solo fue un fin de semana pero pudimos disfrutar cada momento.

El primer día caminamos por las pequeñas calles de Granada. Calles con encanto y armonía. Atravesamos unas grandes e impresionantes avenidas, todas llenas de tiendas y gente que no hacía más que comprar. Nosotros, en cambio, vimos a la multitud y fuimos a buscar la máxima calma y tranquilidad. Quisimos ir a los lugares más profundos de Granada para conocer así su verdadera esencia. Más tarde,



Viatges

después de cenar en un restaurante, volvimos al hotel caminando para conocer también la ciudad de noche, una maravilla con todas esas pequeñas luces que iluminaban todas y cada una de sus calles.

Al día siguiente, fuimos, sin falta, a la Alhambra, un lugar que nos conmovió por completo, no solo por su historia, sino también por su belleza. Después de visitar la Alhambra durante toda la mañana, fuimos a comer. Luego, por la tarde, fuimos a visitar el barrio de los gitanos, un lugar que sigue manteniendo sus costumbres y tradiciones. Allí pudimos conocer una gran variedad de gente y todos siempre con una gran simpatía. Después de caminar durante horas, volvimos al hotel donde descansamos para nuestro último día.

Al día siguiente, tratamos de aprovechar al máximo cada momento. Pudimos visitar otras pequeñas calles de Granada y pequeñas capillas que se ocultaban a lo largo de esas calles. Después de haber comido, tuvimos que hacer las maletas para ir hacia el aeropuerto.

Esta pequeña estancia en Granada fue sinceramente uno de mis viajes favoritos. Nos sirvió, principalmente, para compartir y disfrutar momentos en familia. Este viaje ha sido una gran experiencia que sin duda volveré a repetir.

Patricia Foucras, 2º Bachillerato

Le voyage est l'école de la vie. Le fait de voyager, en plus de nous faire découvrir d'autres endroits magnifiques qu'on n'a peut être jamais visité, ça nous permet en plus d'apprendre des nouvelles choses, d'autres cultures, d'autres langues et de rencontrer des nouveaux gens.

La dernière fois que j'ai voyagé avec mes parents, mon petit frère et ma grande sœur on est allés à Granada pour un week-end. Un seul week-end mais on a pu profiter au maximum de chaque instant.

Le premier jour on s'est promenés dans les petites rues de Granada. Des rues avec plein de charme et harmonie. On est passé par des grandes avenues qui étaient aussi merveilleuses mais elles étaient pleines de magasins et de gens qui ne faisaient qu'acheter, comme d'habitude. Nous, par contre, on a évité de rencontrer tout ces personnes. On a cherché le calme et la tranquillité. On a voulu trouver les endroits de la Granada plus profonde pour connaître vraiment son essence. Plus tard, après avoir dîner dans un restaurant, on est revenue à l'hôtel en marchant pour aussi connaître la ville dans la nuit, une merveille avec toutes ces petites lumières qui éclairaient chaque rue.



Le jour suivant, on est allés sans doute à l'Alhambra, un endroit qui nous a complètement émus non seulement grâce à son histoire sinon aussi pour sa beauté. Après avoir visité l'Alhambra pendant tout le matin, on est allés déjeuner. Ensuite, l'après-midi on est allés visiter le quartier des gitans, un endroit tellement beaux qui continue à garder ses coutumes et traditions. Avec ça, on a pu connaître des différents endroits avec chaque un sa manière de vie. Après avoir marché pendant des heures, on est revenus à l'hôtel où on c'est bien reposé pour notre dernier jour.

Le lendemain, on a essayé de profiter au maximum chaque instant. On a pu visiter au moins d'autres petites rues de Granada et des petites chapelles très charmantes qui se cachaient au prêt de ces rues. Après le déjeuner, on a dû faire nos valises pour partir à l'aéroport.

Ce petit séjour à Granada a été vraiment superbe. Il nous a servi surtout à partager de bons moments en famille. Ce voyage a été une très belle expérience que certainement je referai.

Patricia Foucras, 2º Bachillerato





40 años de excursiones

Este año 2019, el Club excursionista Jesús María San Gervasio cumple 40 años de historia. Este club es de los pocos clubs excursionistas de colegios que se han mantenido a lo largo del tiempo y, gracias a la dedicación del "Consell de Muntanya" y al apoyo del colegio, puede durar muchos años más y con el mismo éxito.

Mi afición al Club excursionista

Empecé a ir de excursiones con el club excursionista hace muchos años, cuando mi hijo Josep iba a 4º de Primaria, actualmente está en la Universidad. Él nos hizo coger afición a las excursiones del Club a toda la familia; en tres años conseguimos 3 "Edelweiss", pin que premia a quien ha ido a todas las excursiones durante un curso. Esto nos hizo conocer bien el Club y, por eso, cuando el anterior presidente, Josep Maria Tusell, ya no tenía hijos en el Colegio me invitó a tomar el relevo. A mí, personalmente, la palabra Presidente, en el club excursionista, no acaba de gustarme, prefiero decir que ejerzo la figura de Coordinador, ya que todo lo que hago es coordinar las funciones de todos los miembros del "Consell de Muntanya", grupo de padres que organizamos las excursiones mensuales, con su preparación previa y la organización durante la excursión; también tenemos coordinación con los Caps de Castell de l'Areny, organizadores de las míticas Colonias de verano del colegio.

Como he dicho antes, mi afición a la montaña en formato excursión se inició con el club excursionista, pero me consta que muchos integrantes del club son grandes excursionistas. Con mi familia, fuera de las preparaciones de las excursiones del club, en alguna ocasión, en verano, hacemos alguna salida por la Cerdanya, pero poco. El pico más alto que he subido ha sido el Puigmal desde Francia.

Lo especial que tiene el club y lo que más me gusta es la interacción que hay entre todos los integrantes del Club excursionista, desde los niños de educación infantil y primaria hasta los padres de exalumnos de más de 70 años, sin tener en cuenta el gran rango de edad que hay entre ellos. Durante las excursiones, no importa de qué año se es, todos nos ayudamos, hablamos, reímos etc., y, gracias a esto, las excursiones son más divertidas y se pasan volando.

Para mí, la naturaleza es espectacular en todas sus versiones y la naturaleza plasmada en las montañas es verdaderamente fantástica. Además, respirar aire sano y caminar es buenísimo para la salud, las charlas que se tienen mientras andas etc., en fin, el club excursionista aporta solo cosas positivas y lo recomiendo al cien por cien.

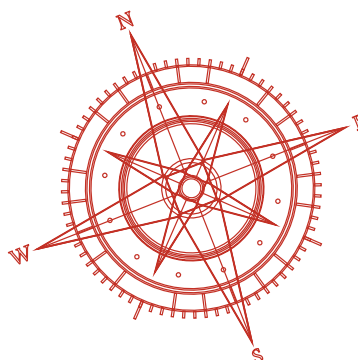
En mi opinión, lo más importante que aporta el club a las personas que participan en esta actividad es el respeto a la naturaleza y darse cuenta que respetarla nos aporta muchos beneficios. También nos aporta nuevas amistades, aprendizaje sobre el respeto mutuo, compañerismo en estado puro, etc.



Cantamos un "hasta luego"

L' hora dels adéus es la cançió que cantem al final de cada excursió. Quan vam a cantar-la, entrelaçem les mans uns amb altres formant un cercle i la cantem movent-nos d'un costat a l'altre. Per a mi, és la celebració del èxit de l'excursió, la confirmació de que som un grup i el desig de reencontrar-nos a la propera excursió. Aquesta cançió simbolitza que nos dicim "adiós" perquè se acaba una jornada, però no estem dient adéus, sinó tot el contrari, estem dient que volem tornar a veure-nos a les properes excursions, nos estem dient "hasta luego".

*Ignasi Nadal papa de : Albert Nadal 1º Bachillerato C
Marta Nadal 4º ESO*



Club excursionista

Mi primer verano en Castell de l'Areny

Castell de l'Areny fueron los diez mejores días del verano. Este verano ha sido el primer año que he ido y, me lo pasé tan bien que, cuando llegué a casa, echaba de menos aquellas actividades tan divertidas: la acampada, el túnel del terror, el día al revés, la piscina, los deportes, los juegos de noche, las tardes en la plaza jugando y con música, etc. También echaba de menos a los monitores, que nos hacían reír cada día y nos dejaron hacer muchas cosas que, a lo mejor, en otras colonias no nos habrían dejado.

En Castell nos organizan en patrullas, que son grupos de niños y niñas con dos o tres monitores. Mi patrulla era muy buena; me tocó con gente del colegio que no conocía pero me acabaron cayendo muy bien. A veces, con la patrulla hacíamos "pañoras", una especie de pruebas que si querías las hacías y, si no, no. A mí una vez me tocó bailar en el comedor delante de la gente y me reí mucho porque acabaron bailando todos conmigo. También jugábamos a un juego mítico de Castell, el juego de la goma, con los de la patrulla durante los diez días.

Si este año ha sido mi primer año y, sin conocer de antes a ningún monitor ni a los otros niños y niñas, me lo he pasado tan bien, no me imagino cómo serán los años siguientes.

A los niños y niñas que nunca han ido a Castell y no saben si ir o si no, se lo recomiendo muchísimo, porque volverán



a sus casas echándolo mucho de menos y queriendo volver. Tengo muchas ganas de que se acerque el verano para poder ver los carteles de Castell colgados por los pasillos del colegio y, muchas más ganas, de que llegue el día de empezar esos diez días otra vez.

Pablo Fúnez, 5º Primaria A



El cierre de mi etapa en Castell

Después de 13 años como niña, premonitora, monitora y "cap", sin faltar ni una sola vez a esta cita ineludible, se me hace raro y triste a la vez, pensar que estoy cerrando una etapa. De alguna manera, esta experiencia ha llegado a formar parte de mí, y estoy segura que muchos compartirán este sentimiento.

Las colonias de Castell de l'Areny no son únicamente esos 10 días de julio; sino un año entero de trabajo, de ideas nuevas, de formación, de reuniones, de equipo y, sobre todo, de una larga espera (tanto para niños como monitores), que culmina en esos intensos días de desconexión rodeados de amigos.

Lo que hace de estas colonias algo muy especial y diferente es el equipo de personas que hay detrás: el Club Excursionista, el colegio, los monitores y, por supuesto, los niños, los principales protagonistas de toda la historia.

Somos realmente afortunados por tener como punto de encuentro un pequeño y entrañable pueblo situado en un entorno único de bosques y montañas del Berguedà. Equipado



con todo lo que necesitamos para vivir esos 10 días a lo grande; todo menos cobertura y, ¡qué bien nos viene desconectar para poder conectar con lo que nos rodea y expresar al máximo lo que se vive ahí!

Sin duda, el verdadero tesoro de Castell es su equipo de monitores: un grupo auténtico, formado por alumnos y exalumnos de diferentes generaciones con ganas de trabajar duro, año tras año, para conseguir unas colonias mejores. Un grupo de chicos y chicas con un vínculo especial, que se implica y se compromete, que no se conforma, predisposto y con empeño por hacer las cosas bien. En resumen, un grupo muy potente del cual he tenido la suerte de formar parte.

Castell me ha permitido disfrutar tanto de niña como de monitora, convivir y madurar; crecer haciendo algo que me llena, aprender de cada etapa y ser consciente y saborear el fruto de un buen trabajo en equipo. Ha sido una etapa que recordaré siempre con mucho cariño y que, de alguna manera, seguro me acompañará en futuros proyectos.

Solo me queda dar las gracias por todo lo que he vivido y desear que Castell siga brillando muchos años más gracias a todos los que forman parte de él; que se siga transmitiendo la ilusión de generación en generación.

Ana Gutiérrez, exalumna



Club excursionista

Una gran familia

Este año ha sido mi octavo año en Castell y mi primer año como premonitora. Castell de l'Areny se ha convertido en una parte esencial de mi verano. Son diez días mágicos llenos de risas y emociones inolvidables que año tras año se superan porque cada año es mejor que el anterior. Castell es para vivirlo y disfrutarlo al máximo, porque pasa volando y, cuando te das cuenta, ya estás de vuelta y echándolo de menos.

Castell es esencia, es magia y es estar rodeada de gente impresionante que me hace sentir como en casa. Durante todo el curso pasado estuve pensando en cómo iban a ser esos diez días siendo premonitora ya que, llevaba muchos años esperando que llegara el momento de poder serlo. Sabía que iba a ser un gran cambio, porque se tiene más libertad, pero también más responsabilidad. A pesar de cómo me pude imaginar que podía ser, este verano, Castell ha superado todas mis expectativas.

Mi primer año fue en tercero de primaria y fui porque me apuntaron mis padres debido a que mis tres hermanas mayores iban, pero yo no quería ir. Me lo pasé muy bien y por ello no me arrepiento de haber ido. Desde ese año, he vuelto a ir



todos los años siguientes. Ha habido años mejores que otros pero, sin duda, este verano ha sido el mejor hasta ahora.

El paso de niña a premonitora ha supuesto un cambio de mi visión de Castell en todos los aspectos. En cuanto a la relación con los niños, no pensaba que sería tan buena. Conocí a niños y niñas que no conocía, que podía llegar a ver por el colegio pero no les saludaba, y les cogí un cariño especial porque, al fin y al cabo, estábamos siempre con ellos. Ahora, cuando me los cruzo por el colegio me saludan emocionados y contentos cosa que, cuando era una niña más como ellos, no pasaba. También ha cambiado mi relación con los otros premonitores y monitores. Cuando era niña me llevaba muy bien, pero solo con algunos, con los que eran amigos de mis hermanas mayores. En cambio, este año les he conocido a todos por igual, he aprendido a conocerlos de una forma distinta. Somos amigos y familia a la vez, aunque seamos todos completamente diferentes, y sin tener en cuenta que somos de edades distintas, pero todos tenemos una cosa en común: nos encanta Castell. Se crea un ambiente de confianza, desaparece la vergüenza y parece que nos conociéramos de toda la vida.

Por todo esto y mucho más como las tardes con música en la plaza, la coca con chocolate de los domingos, las noches de reuniones en la sala de jefes, la motivación y animación en los deportes, las tardes haciendo talleres, los juegos de lluvia en el porche y las gincanas. Es por lo que lo echo de menos cada vez que se acaba y por lo que tengo ganas, cada año, de que llegue el siguiente.

Elena Barrio, 1º Bachillerato A

No son solo unas colonias

La casa de colonias Flor de Neu se ha convertido, desde hace ya muchos años, en una tradición del colegio Jesús-María. Cada verano, se escogen diez días para ir al campamento, diez días que todos esperamos mientras transcurre el curso. Este año ha sido mi quinto yendo a Castell y, de hecho, mi último como niño. Es decir, que es posible que el verano que viene sea parte del grupo de premonitores. En cualquier caso, lo espero con mucha ilusión, ya que al pensar en las colonias, solo me pueden venir buenos recuerdos a la cabeza. Recuerdo las ganas que tenía de llegar el día antes de empezar mi primer año, ya que muchos de mis compañeros ya habían ido cursos anteriores y, todos, se pasaban el curso lamentándose de que quedara tanto para volver a ir. Ahora

puedo ver que fue un claro acierto apuntarme.

La gracia que tiene la dinámica de Castell es que, a medida que pasan los días, te acostumbras a la rutina que supone vivir allí. Puede que levantarse cada día a las 8h parezca un poco cansado, pero enseguida se empiezan a hacer actividades y te olvidas de lo pronto que te has despertado. Además, hay muchos ratos de tiempo libre durante el día en los que se puede descansar. A parte, se tiene la oportunidad de poder conocer a fondo a muchísima gente que llevas viendo años por los pasillos del colegio, pero que, probablemente, nunca has saludado. En Castell se fomenta relacionarse con los demás y no cerrarse con los que ya son tus amigos.

Todo esto es lo que me gusta de Castell y lo que me hace



apuntarme cada año. En Castell desconectas y entras en un entorno totalmente diferente, un entorno que transmite confianza a todos los que van. Hablando desde mi propia con-



Antes de hacer la acampada, hicimos una excursión muy divertida. En la acampada jugamos a muchos juegos; algunos de ellos fueron la araña peluda, el mata conejos y el pillapilla. Después de cenar, nos dividimos en grupos e hicimos una gincana en la que

teníamos que buscar a un monitor con una pista que te daba otro u otra monitora y, cuando lo encontrabas, tenías que hacer un reto con el grupo. Cuando acabamos la gincana



Quedamos todos en el colegio muy prontito. Una vez allí, me encontré con amigos y amigas de mi clase y de otros cursos. Había personas de todas las edades.

Para empezar la excursión, tomamos un autocar hasta Anglès, el pueblo donde se iniciaba la ruta programada por el

Club excursionista

vertido en una época esencial del año que espero con ansia, ya que, como creo que he dado a entender, no son para nada solo unas colonias.



Es por eso que quiero ser premonitor, y continuar formando parte de lo que es este mágico entorno. Además, yo creo que este año, al irme concienciando de lo que supone ser premonitor, lo he valorado muchísimo más que en años anteriores.

Nico Vila-Sanjuán, 4º ESO C

Acampada en el cole



nos fuimos a las tiendas, nos pusimos el pijama y nos dormimos. ¡Fue muy divertido!, ¡me lo pasé muy bien!

Por la mañana, cuando acabamos de desayunar, jugamos a otro juego y, cuando todo estaba recogido, nos vinieron a buscar los padres.

Ricardo Pieralli, 3º Primaria

Camino de Santiago

club. Al llegar, nos pusieron nuestro primer sello en el librito "Credencial del Peregrino", ya que hicimos parte de una etapa del Camino de Santiago.

Caminamos mucho entre pueblos y montañas. El paisaje era fantástico y tuvimos mucha suerte, ya que nos hizo un muy buen día. En total, ¡Caminamos 15km! Tras acabar la excursión, el Club Excursionista entregó pañuelos a los participantes que habían llegado a unos kilómetros concretos; además, tuvieron que bailar el 'mambo'. ¡Fue muy divertido! Ya para finalizar, cantamos todos juntos cogidos de la mano la famosa canción: "L'hora dels adéus".

Nos lo pasamos en grande todos y cada uno de los padres y niños. Os animo a apuntaros a las próximas salidas porque hay un ambiente muy sano y te pones en forma.



Julia Font, 4º Primaria A

Calaix de sastre

Pel·lícules

Coco
Resumen

Había una vez una familia que odiaba la música desde que el tatarabuelo Ernesto había dejado sola a la tatarabuela Imelda y a su hija Coco por su carrera como músico. Un día, nació un niño llamado Miguel, a quien le encantaba la música. Una tarde, fue a la plaza donde vivía y encontró un papel de un concurso de talentos. Miguel se enfrentó a su familia y les dijo que le encantaba la música y tocar la guitarra. Entonces, su abuela cogió la guitarra y la rompió. Como Miguel necesitaba un instrumento para el concurso y su tatarabuelo Ernesto tenía una guitarra, pensó que no le importaría que la cogiera. Cogió una foto en la que salían Imelda y Ernesto con la guitarra y se fue al cementerio a buscarla. De repente, Miguel apareció en el país de los Muertos, y como quería tocar música sin que su familia se lo impidiera, fue a buscar su tatarabuelo Ernesto.

Gabriel Reynaud, 6º Primaria B



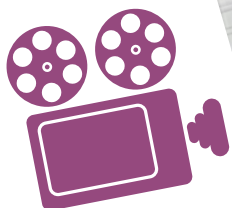
Mia y el león blanco



Mia y el león blanco
 Mia y el león blanco es de una niña que está en una granja y se hacen amigos juntos. Cuando la niña cumple 13 años el león ya es un poco agresivo pero se cogen cariño. El león no hacía daño a la niña pero a su hermano sí así que sus padres, le dicen que lo lleve a la sala y pasa una gran aventura y lo salva. Demuestra que los niños también pueden salvar el mundo.
 Carla Martí
 4º Primaria B



Amor en obras



Genero: Comedia Romántica
 Una chica, por su trabajo y a su novio en una semana, se apunta a un concurso de casa en obra. Allí, tras ganar comienza la aventura por reformar y allí descubre el amor.
 Fabiana Cruz
 4º Primaria B



Calaix de sastre

Libros

Wonder

My favorite book is Wonder by R.J.Palacio. The best of this book is not just the plot but the way it makes you feel and realise how lucky we are. It makes you conscious that everyone can go through difficult times.

The book, in my opinion, is incredible and hard to put into words since it had me on a roller coaster of emotions, from humor to sadness.

The book is about Auggie, a ten year old who has been homeschooled until the beginning of his fifth grade year, when he finally starts school. Auggie was born with facial abnormalities and all he wants is to be treated in school as an ordinary kid, but his new classmates can't get past his different face. The book talks about his first year of school.

I liked the book because it taught me a lesson, it brought me into a strong story of being different, trying to fit in, and accepting everyone for who they are in the inside, not judging them for their appearance; showing the true meaning of friendship. I also liked how the author gave each character their own part giving you their opinion and an inside look on the situation.

Paula Ramos , 1º Bachillerato B



Percy Jackson y el Ladrón del Rayo

Este libro tiene lugar en el siglo XXI y trata sobre un chico, con necesidades especiales, llamado Percy Jackson. Su padre es Poseidón, el dios del mar. Percy siempre ha tenido problemas y tiene que cambiarse de escuela. Después de que él y su amigo, Grover el sátiro, lleguen a Campo Mestizo, él es enviado a una búsqueda para encontrar el rayo del dios Zeus. Conoce a muchos monstruos e incluso dioses en el camino. Este libro es, probablemente, uno de los mejores que he leído. Siempre me preguntaba qué sucedería después; algunas partes estaban llenas de miedo y emoción y, otras, de acción. Mi parte favorita del libro es cuando Percy lucha con Ares, el dios de la guerra. No podía dejar de leer el libro.

Eva Carabaza, 3 ESO C



Percy Jackson et le Voleur de Foudre

Ce livre se déroule au 21 siècle et porte sur un garçon nommé Percy Jackson qui a des besoins spéciaux. Son père est Poséidon, le dieu de la mer. Percy a toujours des problèmes et doit changer d'école. Après que lui et son ami, Grover le satyre, atteignent le Camp Half Blood, il est envoyé dans une quête pour rendre le dieu du ciel maître boulon de Zeus. Il rencontre beaucoup de monstres et même des dieux sur le chemin. Ce livre est probablement l'un des meilleurs que j'ai lus. Je me suis toujours demandé ce qui allait se passer ensuite – certaines parties étaient remplies de peur et d'émotion et d'autres, d'action. Ma partie préférée du livre était quand Percy combat Ares, le dieu de la guerre. Je ne pouvais pas quitter ce livre.

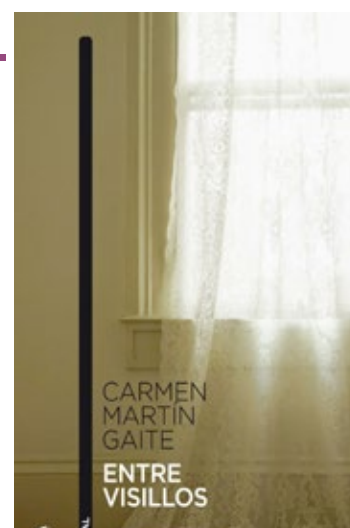
Eva Carabaza, 3 ESO C

Entre visillos

Nunca me ha parecido fácil recomendar libros, sobre todo porque tener buena o mala opinión de ellos depende de tantos factores que la valoración final es muy personal. Suele ocurrir que un mismo libro leído en épocas diferentes de nuestra vida tenga un impacto distinto, porque lo realmente importante es la sensación que nos queda cuando llegamos a esa última página y eso depende, casi siempre, de nuestro momento de vida.

Aun así, a riesgo de dejar en el tintero muchas buenas lecturas, recomendaría leer Entre visillos, novela escrita por una de las mejores autoras de literatura de posguerra, Carmen Martín Gaité. Resulta interesante ver de dónde venimos para saber dónde estamos y eso es justamente lo que hace la autora a través de personajes que ven la vida pasar asomados a una ventana, mostrarnos con sencillez y tono crítico los entresijos de aquella sociedad que hoy provoca incredulidad y risas en unos y nostalgia en otros.

Carolina Beldad, profesora



Notícies breus



BREUS



Jubilació de sis professores

El matí del 28 de juliol es van reunir uns professor per acomiadar a sis professores de l'escola que es jubilaven per començar una nova etapa.

Primer dia d'escola

El día 12 de septiembre empezó el nuevo curso 2019-2020, una nueva etapa para cumplir objetivos, superarse día a día y para esforzarse en los nuevos retos.



Conscienciació sobre el clima

Els cursos de primària es van reunir al pati de l'escola per conscienciar-se per al clima i per treballar unitats per al nostre planeta i desde ben petits.



Primeres excursions del curs

Alguns cursos van anar-se de convivències per passar el dia tots junts, conèixer-se millor entre ells i fer activitats. 1r d'ESO van anar a Can Putxet, 2n d'ESO va estar a Can foix...



Visita de capgrossos

A Cicle Inicial, per les festes de la Mercè, van venir els capgrossos de Cubelles a fer una visita als petits de la Primària.

2n de Batxillerat presenta el TR

Els alumnes de 2n de Batxillerat van fer les presentacions dels seus TR que van estar preparant durant tot el curs anterior.



Toca toca a infantil

Un any més, P3 va rebre la visita del Toca Toca del Cosmocaixa i es van posar en contacte amb animals que segurament desconeixien.



Venta de pastissos per Bolívia

Els alumnes de 4t d'ESO van vendre deliciosos pastissos a 1 euro. Els beneficis es van destinar a cobrir les necessitats de les escoles Jesus-Maria de Kami i Oruro amb les que estem agermanats.

Práctica de química orgánica

Los químicos de primero de bachillerato hicieron una práctica de formulación orgánica en 3D.



Notícies breus

Quinto de primaria en el huerto

Los niños y niñas de quinto de primaria plantaron en el huerto del colegio. Plantaron guisantes, lechugas, coles, brócolis, coliflores y fresas. Tienen que cuidar y regar la tierra para tener una buena cosecha.



XII torneo de fútbol de padres y madres

A finales de octubre, tuvo lugar el decimosegundo torneo de fútbol de padres y madres. Fue una gran jornada deportiva y los equipos lo dieron todo en el campo.



Viaje a Berlín

Los alumnos de segundo de bachillerato se fueron del 11 al 15 de noviembre de viaje a Berlín, coincidiendo con el 30 aniversario de la caída del muro. Fue un viaje lleno de cultura, diversión y convivencia



Mock exams en noviembre

Los alumnos de la ESO y bachillerato tuvieron la oportunidad de hacer el mock exam del FCE (First Certificate in English) y el CAE (Certificate in Advanced English)..



Práctica de robótica

Los alumnos de primero de bachillerato tecnológico intentaron construir un ascensor con un robot para ayudar al TR de un alumno de segundo.

Nueva sala de psicomotricidad

En noviembre se inauguró la nueva sala de psicomotricidad del colegio para los alumnos y alumnas de infantil.



Recogida de ropa solidaria

El 6, 7 y 8 de noviembre se organizó la recogida de ropa que se hace cada año. La de este año ha sido a favor de Itran, la asociación de amigos del pueblo marroquí.



Manualitats

Maceta para la flor casera

MATERIALES

Para hacer esta manualidad se necesita:

- Una botella de detergente vacía
- Tierra
- Un rotulador
- Un cúter
- Una planta
- Cinta y pegatinas para decorar

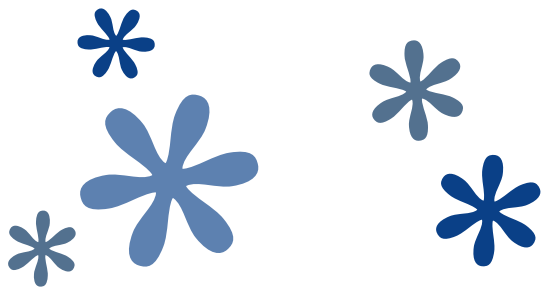
Procedimiento:

Primero, hay que marcar con el rotulador la zona por la que vamos a cortar la botella de detergente, dejando intactos el asa y un poco de la base.

A continuación, recortamos la botella siguiendo las marcas realizadas. Una vez hemos acabado de recortar, dibujamos y recortamos la silueta de una flor en la parte superior del asa, para que quede más bonito.

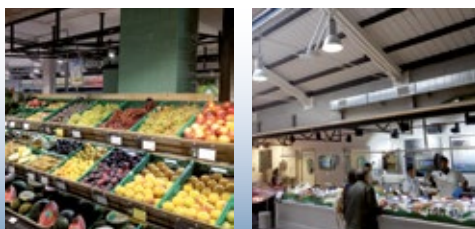
Después, llenamos la base de la maceta con tierra y colocamos la planta dentro. Cuando ya tenemos la planta bien colocada, podemos decorar a nuestro gusto la flor que hemos recortado previamente con las cintas y las pegatinas.

Alejandra Navarro, 2º ESO A



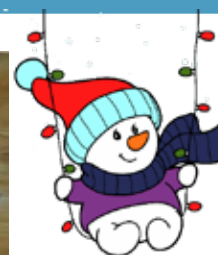
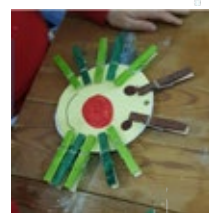
plusfrésc:

el SÚPER
QUE
T'ESTIMA



Manualitats

Taller de manualidades



Una nueva actividad creada por el ampa, el taller de manualidades. Para estas Navidades, poder compartir padres e hijos la creación de adornos navideños es muy gratificante. Los niños quedan asombrados al comprobar lo bien que decoran la casa sus manualidades.

Estrella navideña de tela

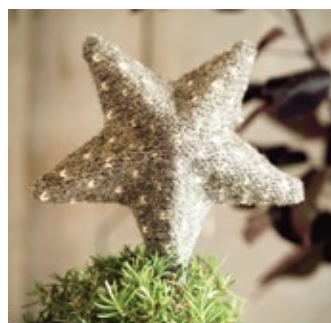
MATERIALES

- Tela
- Tijeras o cúter
- Cartón
- Pistola de silicona
- Alambre

Paso a paso:

1. Dibuja una estrella de 5 puntas en un trozo de cartón (basta con realizar el contorno).
2. Recorta la estrella con unas tijeras o un cúter, lo que te resulte más fácil de utilizar.
3. Recorta un trozo de tela en forma de cuadrado de modo que sea un poco más grande que la estrella de cartón.
4. Utiliza pegamento caliente para forrar completamente la misma. Procura que no quede ningún hueco y ten cuidado con las esquinas.
5. Remata el trabajo recortando las partes sobrantes o puntiagudas de la estrella y echando estas hacia detrás. Es una manera de tapar la otra cara.
6. Busca una base donde colocar la estrella y así poner esta sobre el árbol.

Carlota Fortuny, 1º ESO





Recetas

Lemon pie

Ingredientes

Para la base

- 200 g galletas tipo "Digestive".
- 80 g mantequilla.

Para el relleno

- 200 gr azúcar.
- 200 ml de zumo limón exprimido.
- 4 yemas de huevo (reservar claras para el merengue).
- 60 gr de maicena.
- una cucharada de vainilla.
- ½ litro de leche.

Para el merengue

- 4 claras.
- 240 gr azúcar.

Preparación

Base

1. Precalentamos el horno a 180°C.
2. Trituramos las galletas y las mezclamos con la mantequilla que estará a temperatura ambiente o un poco fundida.
3. Ponemos la mezcla en la base del molde (molde de unos 25cm de diámetro, preferiblemente desmontable de los que tienen borde de ondas) y la esparcimos por toda la superficie hasta que logremos alisarla del todo. Este proceso es muy fácil si nos ayudamos de una cuchara.
4. Es muy importante tener especial cuidado en los bordes, ya que tienen que quedar bien firmes y prietos para que luego se pueda desmoldar y partir sin que la galleta se rompa.
5. Horneamos la base 10 minutos y la reservamos (preferiblemente en el frigo).

Relleno

6. Ponemos la leche a calentar a fuego medio.
7. Por otra parte, mezclamos el azúcar y la maicena en un bol. Después agregamos las yemas de huevo y batimos con una varilla. Después añadimos la vainilla y un poco del zumo de limón. Mezclamos bien y así evitamos que se hagan grumos.. Cuando veamos que está disuelto, añadimos el resto del zumo y seguimos mezclando.
8. Incorporamos a esta mezcla un poco de la leche que

ya tenemos caliente y removemos bien.

9. Posteriormente, añadimos toda esta mezcla en el cazo donde tenemos la leche a fuego lento. Para evitar que no se pegue no dejamos de remover y poco a poco irá espesando.
10. Cuando esté espesa, retiramos del fuego y pasamos a un bol. No hemos de olvidar colocar un trozo de papel transparente por encima de la crema para evitar que se forme costra y la dejamos en el frigorífico.
11. Cuando ha enfriado, colocamos sobre la base de galletas y conservamos en el frigorífico otra vez.

Merengue

12. Ponemos en un bol el azúcar con las claras.
13. Sin mezclar, lo calentamos en el microondas 30 segundos. Lo sacamos, removemos brevemente con un tenedor y repetimos este paso hasta 5 veces (microondas 30 seg , sacar y mezclar un poco). Después, montamos bien las claras hasta que el merengue esté consistente (una prueba es volcar el bol y que el merengue no caiga). Como paso opcional, podemos añadir un poco de zumo de limón para darle sabor.
14. Colocamos el merengue en una manga pastelera y vamos haciendo montañitas sobre el relleno.
15. Doramos el merengue o bien con un soplete quemador o en el horno (ponemos el horno con grill y cuando esté caliente introducimos la tarta y la sacamos cuando veamos que las puntas están doradas).

Teresa Álvarez



Tarta tatin

Ingredientes

- 5 manzanas reinetas
- 200 gr. de azúcar
- 150 gr. de mantequilla
- 1 lámina de masa de hojaldre
- Un molde metálico para hornearla

Preparación

1. Necesitamos un molde redondo de horno alto. Después, hay que pelar y cortar las manzanas y en cuartos. Mientras tanto, precalentamos el horno a 180.
2. Antes de nada, tenemos que hacer un caramelo con el azúcar y la mantequilla. Echamos una cucharada de azúcar en una sartén. Cuando empiece a dorar (no se puede quemar), añadimos la mantequilla y dejamos que se haga la salsa. Añadimos las manzanas cortadas y las caramelizamos al fuego 15 minutos.
3. Lo ponemos todo en el molde y cubrimos con la masa quebrada.
4. Una vez cubiertas las manzanas con la masa lo dejaremos en el horno una media hora a 180° y desmoldamos para que se temple un poco y se compacte.
5. Se recomienda servir la tarta tatin templada, con una bola de helado de vainilla o con nata montada.

Laura Alonso
2º ESO A



Passatemps

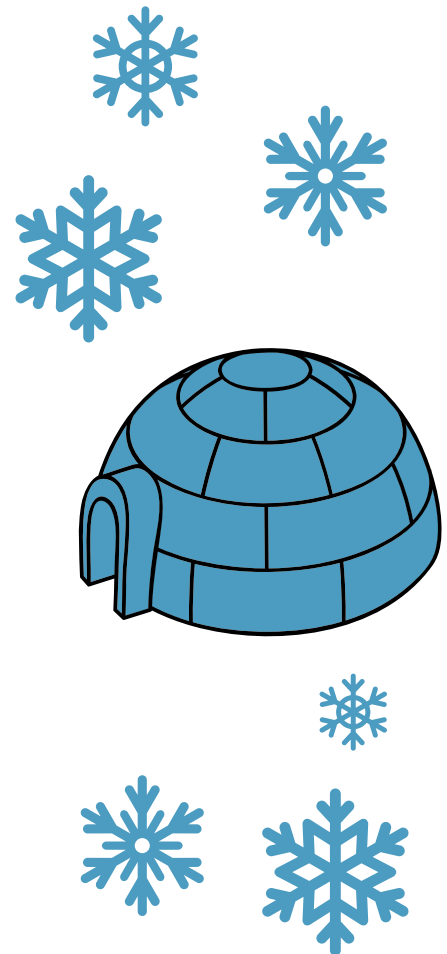
Sudoku

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 9 | 4 | 5 | | | 2 |
| 8 | 4 | 7 | | | 2 | | | |
| 2 | | | 7 | 8 | | 1 | 3 | 4 |
| 9 | 7 | 1 | 6 | 2 | | | | 3 |
| 6 | 8 | 2 | 3 | 5 | | 4 | | 1 |
| | 3 | 4 | 8 | | | 9 | | 6 |
| 7 | | | | 6 | 1 | 5 | | 8 |
| | 6 | 8 | | 7 | | | 1 | 9 |
| | | | 4 | | 8 | 3 | | |



Laberínt

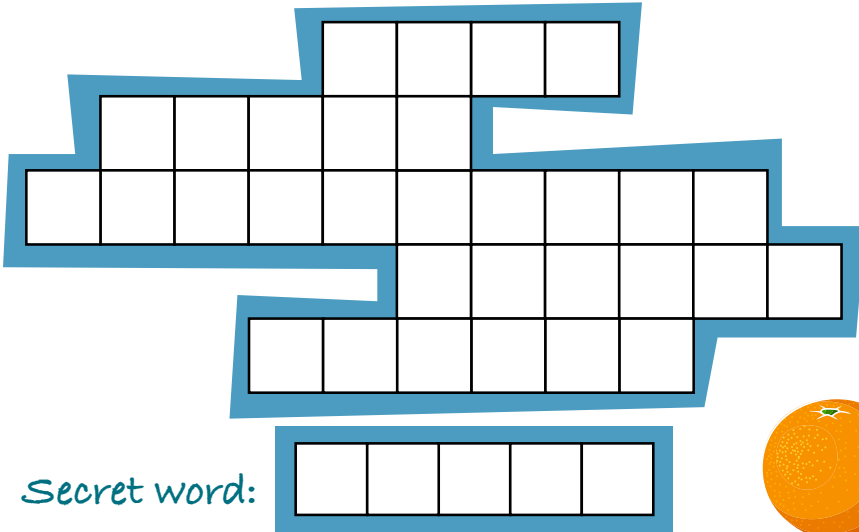
Troba la sortida del laberínt!



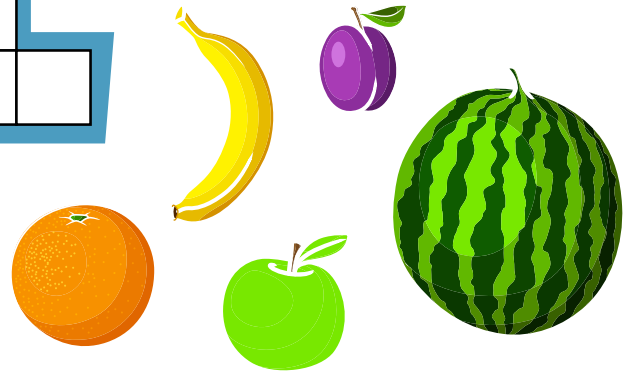
Passatemps

Fill the holes with these fruits name, and will find the secret word!

Mots encreuats, in english!

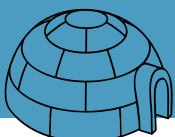


Secret word:



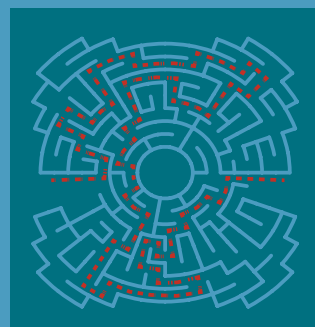
Mots encreuats

L E M O N
 B A N A N A
 O R A N G E
 W A T E R M E L O N
 A P P L E
 P L U M



| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 5 | 4 | 9 | 8 | 3 | 6 | 7 |
| 4 | 6 | 8 | 5 | 7 | 3 | 2 | 1 | 9 |
| 7 | 9 | 3 | 2 | 6 | 1 | 5 | 4 | 8 |
| 5 | 3 | 4 | 8 | 1 | 7 | 9 | 2 | 6 |
| 6 | 8 | 2 | 3 | 5 | 9 | 4 | 7 | 1 |
| 9 | 7 | 1 | 6 | 2 | 4 | 8 | 5 | 3 |
| 2 | 5 | 9 | 7 | 8 | 6 | 1 | 3 | 4 |
| 8 | 4 | 7 | 1 | 3 | 2 | 6 | 9 | 5 |
| 3 | 1 | 6 | 9 | 4 | 5 | 7 | 8 | 2 |

Sudoku



Laberint

Solucions



Ens avalen 30 anys d'experiència
oferint un servei d'alimentació equilibrat,
sa i atractiu a les escoles

ALESSA
Catering Services
serunion

Av. Josep Tarradellas, 34, 7ª planta · 08029 Barcelona
Tel. 93 228 95 55 / Fax. 93 228 95 59

www.grupoalessa.com