

---

# LLETRES DEL MÓN

---

INSTITUT MANUEL SALES I FERRÉ NÚM. 29



Institut Manuel Sales i Ferré

LLETRES del MÓN



DESEMBRE DE 2021

**PARLA EL DIRECTOR**

**3**

**RACÓ CIENTÍFIC**

**5**

**RACÓ ARTÍSTIC**

**9**

**RACÓ LITERARI**

**13**

**RACÓ EMOCIONAL**

**15**

**ADOLESCENTS**

**21**

**ELS ESPORTS**

**27**

**PCEE**

**29**

**ESCOLA VERDA**

**32**

**SABIES QUE...**

**36**

**L'INSTITUT DIA A DIA**

**38**

**REDACCIÓ**

**49**

# PARLA EL DIRECTOR

**RICARD REVERTER FORCADELL**



Encetem un nou curs afectats encara per la pandèmia de la COVID-19 però amb la voluntat d'anar normalitzant la vida acadèmica i restablir paulatinament totes les activitats acadèmiques i extraescolars. Però no podem abaixar la guàrdia i hem de mantenir encara algunes mesures sanitàries de protecció i prevenció, com la mascareta, la distància, el rentat de mans i la ventilació dels espais. Esperem que la vacunació generalitzada en totes les franges d'edat dels alumnes ens ajudi a reduir la incidència de la transmissió del virus i puguem evitar, així, els confinaments de grups complets.

En el terreny acadèmic, hem acomiadat unes promocions de graduats de Batxillerat i Formació Professional mentre acollim una nova promoció al primer curs d'ESO. Per segon any consecutiu s'imparteixen els estudis del Programa de Formació i Inserció d'Auxiliar de Construcció. Tot plegat ens permet gaudir d'un increment de matrícula considerable amb un total de 371 alumnes. Això repercuteix també en un increment de grups i de plantilla de professorat que ens permetrà atendre com cal totes les necessitats educatives d'aquet curs.

Disposem, doncs, d'alumnes i professors amb il·lusió i ganes d'engegar molts projectes educatius que ens permetin avançar en el difícil i al mateix temps apassionant camí de l'aprenentatge; amb l'esperança que cadascú pugui assolir el seu cim particular en funció de les seves expectatives, arribant a ser uns ciutadans competents i preparats per al món actual, un món ple de reptes ètics, mediambientals, tecnològics i socials que els nostres alumnes hauran de resoldre.

Alguns d'aquests alumnes assoliran aquests reptes amb excel·lència i alguns dels projectes realitzats seran mereixedors de premis. Com és el cas dels alumnes guardonats en la 3a edició dels premis Manuel Sales i Ferré que organitza el nostre institut amb la col·laboració de l'Ajuntament d'Ulldecona; uns premis que són ja una referència de qualitat educativa més enllà del nostre municipi.

També celebrem, per segon any consecutiu, que el projecte del Pla Català d'Esport Escolar hagi estat premiat en diverses categories, des dels dinamitzadors al coordinador del pla, o el mateix institut. Celebrem aquest merescut reconeixement a un projecte que, des de fa molts anys, afavoreix la pràctica esportiva dels joves i permet la integració social de tota la diversitat d'alumnes que acollim.

Confiam que el curs 21/22 sigui ben profitós per a tothom i que cada alumne arribi a la meta que s'ha marcat. El nostre compromís, com a docents i com a equip directiu, és afavorir l'èxit educatiu de cada alumne d'acord amb les seves capacitats, fent que tothom sigui competent per trobar el seu lloc en el complicat món que es trobaran en el futur immediat.

Molt bona feina a tothom.

*Ricard Reverter Forcadell*

*Director*

Novembre de 2021





# NATURA

## ELS ANIMALS DEL DELTA

Per Laura Alegria 3A



*Flamencs al Delta*

### COM SÓN ELS FLAMENCOS?

Els flamencs pertanyen a un grup d'ocells que tenen unes potes llargues i són de color rosa. L'alçada d'un flamenc pot estar pels 130 cm de llarg i uns 170 amb les ales obertes. Són ocells típics del Parc Natural del Delta de l'Ebre. Tenen el coll allargat i el bec molt ample, corbat, i de color rosat amb la punta negra corbada i molt pronunciada cap avall. La mandíbula superior és l'única que es mou. Com veiem, és un animal adaptat per a poder furgar al fang. Les ales són vermelloses per la part interior i negres per la part posterior. Mentre volen mantenen el coll i les potes completament estirats.

### ON VIUEN I COM S'ALIMENTEN?

Per a viure necessiten grans extensions d'aigua poc profunda, normalment salines, salobres o alcalines, des del nivell del mar fins als 5.000m d'altitud. Els flamencs s'alimenten d'algues i crustacis filtrant el llim. El bec està perfectament adaptat per separar el llim i el fang dels aliments amb quals es nodreix. L'estructura laminar de l'interior del bec i la superfície aspra de la llengua faciliten la tasca.

### SÓN TOTES LES ESPÈCIES IGUALS?

Totes les espècies són de color rosa, més o menys fort: des del rosa clar gairebé blanc del flamenc rosat, fins al color salmó del flamenc del Carib. Les cries tenen el plomatge blanc però les plomes de l'adult són entre rosa lluminós i vermell a causa dels carotenoides que obtenen de l'aliment.

### COM ES REPRODUEIXEN?

Fan els nius de fang en aigües poc profundes o en petites illes. Els nius tenen forma de tronc de con i els fan acumulant fang perquè el cim sobresurti de l'aigua. Les femelles ponen dos ous de color blanc que coven durant trenta dies. Un cop neixen els pollets estan prop de dues setmanes, després es reuneixen amb grups vigilats pels adults. Com alimenten a les seves cries? Els flamencs alimenten les seves cries amb una « llet » similar a la de les colomes, però amb més greix i menys proteïnes, que és produïda per glàndules ubicades en la zona superior del tracte digestiu. Les cries són alimentades amb aquest producte durant uns dos mesos, fins que el seu bec es forma.

# EL CRANC BLAU



Saps que soc una espècie invasora que altero l'ecosistema del Delta?

És una espècie de crustaci decàpode de l'infraordre Brachyura, propi de les costes atlàntiques d'Amèrica, però que s'ha introduït a diverses parts del món com ha passat al Delta de l'Ebre on s'ha expandit ràpidament i afecta a la captura de peixos i espècies autòctones com les escopinyes i les cloïsses. Presenta cinc parells de potes: el seu cos està cobert per un exoesquelet de color verd fosc. En els mascles, les potes tenen un color gris-blavós, i és aquesta característica la que els ha donat el nom comú de cranc blau. No obstant això, en les femelles les puntes de les potes són de tonalitat vermellós-ataronjat.

Els mascles i les femelles del cranc blau es poden distingir per dimorfisme sexual en la forma de l'abdomen -conegut com el "davantal"- i el color de les potes. L'abdomen és llarg i estret en els mascles però ample i arrodonit en les femelles madures. Les femelles immadures tenen un davantal de forma triangular que es va arrodonint a mesura que creixen.

És nadiu de la costa occidental de l'Oceà Atlàntic, de Cap Cod fins a Argentina. Tot i que el seu hàbitat era només a les costes atlàntiques d'Amèrica, els humans han ampliat la seva ubicació. S'ha introduït per les costes del Japó i d'Europa i també se n'han trobat per les costes de la Mar Mediterrània, el Mar Negre i el Mar del Nord. A Catalunya, el cranc blau, ha envaït el Delta de l'Ebre on s'ha escampat ràpidament afectant la captura de peixos i espècies autòctones. Es desconeix el mecanisme concret mitjançant el qual va arribar al Delta de l'Ebre, però el més probable és que hi arribés per dispersió larvària a partir de les poblacions assentades a la Mediterrània oriental i central des de fa dècades. Es va començar a expandir per la península ibèrica a partir de l'any 2013 on va aparèixer ràpidament al Delta de l'Ebre i baixant cap a la costa de l'Albufera de València l'any 2014. El cranc blau és omnívor i menja matèria vegetal i també animal, viva o morta. Al Delta de l'Ebre s'ha menjat milers d'exemplars d'espècies autòctones; és perjudicial per a la fauna local, com ara els musclos. Tot i la invasió que hi ha hagut al Delta de l'Ebre té un efecte positiu, es menja altres invasors i amenaces com el caragol poma, escampat també ja riu amunt de l'Ebre. Han destacat que es pugui erradicar el cranc blau i a més se li ha trobat un gran benefici en la cuina dels restaurants.



**ARRÒS DE CRANC BLAU DEL DELTA A «CUINES»:** <https://www.ccma.cat/tv3/cuines/recepta/arrós-de-cranc-blau/22277/>

# TEXTURES VEGETALS

Per H.Ousidi , A. Negrea, Ll. Sanz, M. Hankouri, Ú. Duarte, K. Costinean i S. El Hadri 3B

Hola! Nosaltres som els membres de l'optativa de Taller Científic i ara presentarem la varietat d'arbres que tenim a l'institut d'una manera més pràctica i divertida. En aquesta activitat ens fixarem en les escorces dels arbres i algunes característiques més. Series capaç de trobar-los al pati?

Pi blanc // Pino blanco

*Pinus halepensis*

És un arbre originari de la regió mediterrània, tant del nord com del sud. El nom científic de l'espècie prové del nom la ciutat siriana d'Alep. També rep els noms de "pina" i "sapi" a Mallorca.



Albercoquer// Albaricoquero  
*Prunus armeniaca*

És un arbre conreat pel seu fruit, l'albercoc. Sembla que és originari de l'Àsia Central, probablement del nord de les muntanyes del Tien Shan, al nord de la Xina.



Palmera excelsa// Palmera excelsa

*Trachycarpus excelsa*

El tronc assoleix fins a 12 m d'alçària i queda recobert (totalment o només la part superior) per les beines de les fulles caigudes.



Cumquat japonés// Naranjo chino

*Fortunella japonica*

És un grup de petits arbres fruiters de la família Rutaceae. L'arbust adult fa entre 2,5 i 4,5 m d'alçària, de fulles alternes, lanceolades i coriàcies d'entre 4 i 9 cm de llarg. Els seus fruits són com tarongetes ovoidals d'uns 5 cm de llarg, tenen la polpa amargant i l'escorça comestible.



Prunera de fulla vermella//Ciruelo de hoja roja.

*Prunus cerasifera.*

És un arbre fruiter de la família de les Rosàcies, el fruit del qual també es coneix com a mirabolà. Té varietats amb fulles vermelles que es fan servir molt com a arbre ornamental i es coneixen com a prunera de fulla vermella.



Mèlia//Melia

*Melia azedarach*

Fa de 10 a 12 metres d'alt. Les fulles són compostes, amb marges serrats, fan 50 cm de llarg i són de disposició alternada.



Pi australià // Pino australiano

*Casuarina equisetifolia*

És una espècie d'arbre de fullatge persistent. Originari d'Australàsia, sud-est d'Àsia, i les illes de l'oest de l'oceà Pacífic. Arriba a fer de 6 a 35 m d'alt. El fullatge sembla aparentment el d'un pi, les seves fulles són fines septades. Són arbres unisexuals.



Xiprer blau// Ciprés de Arizona

*Cupressus arizonica*

En estat salvatge, es troba en bosquets petits, dispersos i no en grans boscos. Ha estat introduït a la resta de continents, i ha arribat a estar naturalitzat en molts punts d'Europa.



Cirerer// Cerezo

*Prunus avium*

És un arbre originari d'Europa, Àsia occidental i el nord d'Àfrica. Els cirerers cultivats per produir cireres provenen de selecció de les espècies *Prunus avium* i *Prunus cerasus*, i creuaments entre aquestes.



Pebrer bord// Falso pimentero

*Schinus molle*

És un arbre perennifoli de la família de les Anacardiàcies que sol fer de 5 a 7 metres d'alçada. És originari dels altiplans de Bolívia, el Perú i Xile. És molt apreciat com a arbre ornamental gràcies a la seva forma, semblant a la del salze, i també a l'agradable olor que desprèn.





# REFLEXIONS SOBRE L'ART

per Edgar Aguirre 3rA

L'art és una activitat o producte realitzat amb una finalitat estètica i també comunicativa, la qual expressa idees mitjançant emocions i, en general, una visió del món, a través de diversos recursos, com els plàstics, lingüístics, sonors, corporals o una combinació dels anteriors.



Anomenem art a un conjunt de disciplines o produccions de l'ésser humà amb fins estètics i simbòlics a partir d'un conjunt determinat de criteris, regles i tècniques.

L'art té un paper mediador i motor en la comunicació, ja que l'artista a través de la creació transmet no només emocions, sinó també missatges, i ens fa reflexionar sobre la nostra existència, els problemes socials o la vida en general.

Si fem una mica d'història, el segle XXI ha estat caracteritzat per analitzar amb detall tot tipus d'expressió artística. És un segle de debat entre l'herència del valor cultural i la comunicació de persones mitjançant nous camins, enfocats en un estil modern, creatiu i de vegades incomprensible i incoherent amb els conceptes i normes de l'art: estem davant de la transició de l'art realista a l'art conceptual.

Les arts visuals són importants perquè gràcies a aquestes s'aconsegueix atreure el públic al camp de l'art, a la sensibilitat estètica. D'una altra banda, el llenguatge visual és molt apte per expressar el pensament humà.

D'una altra banda, l'art digital és una forma d'expressió pròpia del s. XXI; els autors utilitzen les últimes tecnologies com a eines per a la creació. Per als profans, l'art digital és una tendència que sona a ciència-ficció.

L'art abraça des del maquillatge fins al vestuari, els tatuatges i els pírcings, els videojocs (art digital), la cinematografia o reproducció d'imatges en moviment, entre d'altres. L'art visual per excel·lència és el dibuix, ja que és la tècnica base per a altres estils d'art.



# ULLDECONA SONA!

per Mariona Fusté 3rA



Ulldecona, així com les poblacions que l'envolten, són indrets amb una forta tradició musical.

D'una banda, en la mateixa població, gaudim de l'Escola de Música d'Ulldecona, la qual té una antiguitat de trenta anys. La funció d'aquesta entitat i de la banda és treure futurs músics. L'escola s'ubica a la segona planta de l'Ajuntament d'Ulldecona i consta de set aules i una sala d'assaig. Els cursos de música són Iniciació 1r i 2n, Aprenentatge Bàsic 1r, 2n, 3r i 4t, Aprenentatge Avançat 5è i 6è, Iniciació a l'Harmonia, Conjunt Instrumental (Banda de l'escola), etc.

Quan passes a 1r d'Elemental comences les bandes amb l'orquestrina, conjunt d'iniciació, banda infantil, la juvenil i finalment, la banda Municipal d'Ulldecona.



D'una altra banda, a l'institut Manuel Sales i Ferré es troba el Grup Coral. Aquest fou creat el curs 2014/15 i està constituït per l'alumnat de 2n i 3r curs d'ESO. L'activitat forma part d'una matèria optativa, que enguany dirigeix el professor de música Roc Benaigues.



Aquests últims dos anys no s'ha pogut realitzar amb l'alumnat de 3r d'ESO perquè no es podien reunir a causa de les restriccions de la COVID-19.

Aquest grup coral ha participat en trobades celebrades a Tortosa, en l'Auditori de Castelló l'any 2015 i fins i tot, a l'amfiteatre de Sagunt.



*Cant amb l'alumnat de 4t d'ESO i el professor Roc Benaigues*

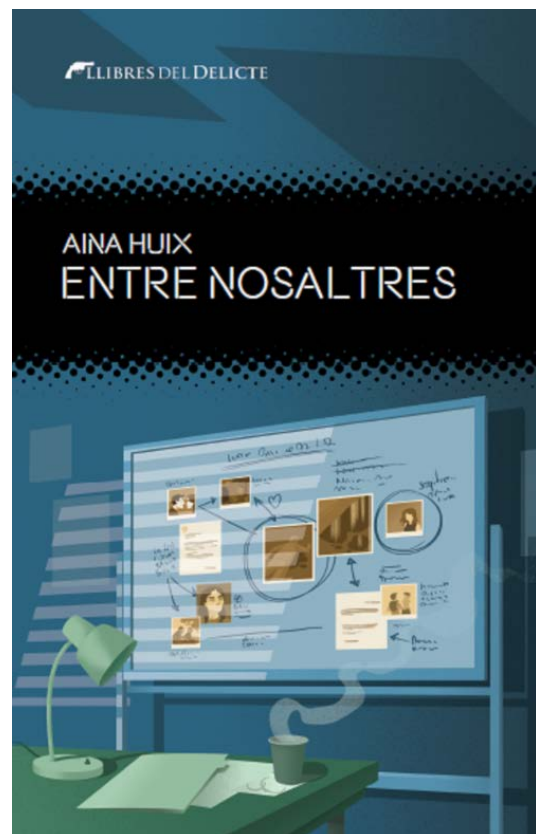
# RESSENYA LITERÀRIA

Abdaziz Jalloul 3rA

## «ENTRE NOSALTRES» AINA HUIX

El primer dia d'institut tot són nervis davant de l'inici d'un nou curs; dels retrobaments i de les sorpreses que tothom espera trobar. Però res és tan inesperat com l'assassinat d'un dels alumnes i la presència d'una enigmàtica mosca d'esquadra per investigar el cas.

Entre l'alumnat de l'institut hi ha l'assassí, tanmateix la vida d'aquests adolescents no s'atura mentre al centre es desenvolupa una investigació que destaparà secrets i problemes silenciats. Realitats amagades que condicionen les relacions personals de joves que lluiten per descobrir el món adult, malgrat els desenganys.



## VALORACIÓ

És un llibre que tracta d'uns adolescents en depressions, problemes amorosos, divorcis de pares i assassinats. Opino que és un dels llibres que s'identifica més amb els adolescents i un dels llibres que em tornaria a llegir.

# ENTREVISTA

Per Abdaziz Jalloul 3rA

Avui tenim el plaer d'entrevistar a una de les més joves escriptores de Catalunya. Estem parlant d'Aina Huix. Aquesta noia, de disset anys, ens ha canviat la manera de veure i llegir els llibres. A continuació us adjuntem l'entrevista.

## «Entrevista mitjançant el correu electrònic»

---

**ABDAZIZ. A quina edat va començar la teva passió per la literatura?**

AINA. Des de petita sempre m'ha agradat llegir llibres de diversos gèneres. Crec que la meva passió per la lectura és innata.

**ABDAZIZ. Has pensat alguna vegada que seria impossible escriure el teu llibre?**

AINA. Sabia que era un repte, per això vaig voler escriure-la. Per a mi, res és impossible amb esforç, dedicació i passió.

**ABDAZIZ. En el procés d'escriure el llibre hi havia algun tipus de pressió?**

AINA. Mentre escrivia el llibre, ningú ho sabia. No volia sentir-me pressionada i, fins i tot, em feia vergonya explicar-ho. La meva família van ser els primers en saber-ho quan ja m'havien acceptat la novel·la a *Llibres del Delicte*.

**ABDAZIZ. Has pensat escriure algun llibre més?**

AINA. Sé que soc molt jove, i tinc molta vida per endavant. Per tant, crec que escriuré més novel·les, però no pretenc que sigui un projecte a curt termini.

**ABDAZIZI. Les persones més properes et donaven suport quan vas decidir ser escriptora?**

Ningú sabia que escrivia. De fet, tothom es va sorprendre quan van saber que em publicarien una novel·la.

**ABDAZIZ. Com va afectar el fet de ser escriptora en la vida d'institut?**

AINA. Amb les meves amistats i el professorat el tracte va continuar sent el mateix, tot i que molta gent em preguntava com m'ho havia fet. Així i tot, ho vaig saber gestionar prou bé.



**Aina Haix als setze anys**

# ENTREVISTA A AGUSTINA VERICAT

Per Abril Balado 3A

Agustina Vericat treballa actualment a l'IES Manuel Sales i Ferré i imparteix l'optativa Gestió Emocional, entre altres coses. És Llicenciada en Psicologia per la Universitat de Barcelona i Llicenciada en Psicopedagogia per la UOC i també té un postgrau en Dificultats d'aprenentatge i formació diversa en els àmbits de les dificultats d'aprenentatge, el diagnòstic en educació, l'educació emocional i l'educació especial.



**ABRIL.** Creus que els adolescents som jutjats pel simple fet de ser-ho?

**TINA.** Cada etapa evolutiva de la vida té unes característiques universals i unes connotacions determinades que fan que, pel fet d'estar en aquesta etapa, ja s'associen unes característiques i s'esperen uns certs comportaments de la persona. Als adolescents també els passa això. Els adults coneixen com són els adolescents i els tracten i jutgen com a tals, i això té els seus avantatges i inconvenients. Ara bé, no tots els adolescents són iguals i tampoc no apareixen les característiques amb la mateixa intensitat.

**ABRIL.** Com afecten les emocions en els adolescents?

**TINA.** En l'adolescència es té una major comprensió dels estats afectius que en la infància. És en aquesta etapa quan es consolida la comprensió de les emocions i també és quan es poden inferir i explicar les pròpies emocions a través de la informació que es rep d'altres persones. L'adolescent és conscient dels efectes que tenen els seus estats emocionals, siguin positius o negatius en ell i en els altres. Podríem dir que en l'adolescència s'és més conscient dels estats emocionals del propi jo i s'adquireix més control emocional. Els adolescents tenen canvis sobtats i poden passar de l'alegria a la malenconia amb una rapidesa sorprenent. Conèixer les emocions i saber gestionar-les és molt important. L'educació emocional s'ha de començar des de l'etapa infantil, però penso que en l'adolescència s'ha de fer un treball emocional més intens i ajudar a l'adolescent a entendre tots aquells canvis que s'estan produint en ell. A l'institut aquest curs estem fent una matèria optativa anomenada Gestió Emocional on treballem les emocions bàsiques -por, tristesa, ira, amor, calma, alegria..., l'autoconcepte, l'autoestima, la resolució de conflictes, l'empatia, l'assertivitat i les habilitats socials.

**ABRIL.** La coneguda edat de la poca-solta, « del pavo », realment existeix?

**TINA.** És bastant comú referir-se a l'adolescència amb aquesta expressió. Aquesta etapa començaria sobre els 11/13 anys aproximadament, encara que amb molta variabilitat entre persones i gènere. Alguns autors consideren que s'anomena "pavo" perquè els titos es comporten de manera pareguda als adolescents. Els titos són animals que reaccionen de manera exagerada als canvis i mostren una desproporció en el cos que recorda bastant a la dels púbers. Ara bé, els humans som l'única espècie que té adolescència. A més a més, l'adolescència no és reconeguda com una etapa diferenciada en totes les cultures. Alguns investigadors consideren que és un invent creat per les societats industrials, que exigeixen major preparació abans d'assumir els rols adults. És una etapa molt important, ja que ens permet convertir-nos en adults.

**ABRIL.** Per què els adolescents estem tan revolucionats?

**TINA.** En l'adolescència apareixen uns canvis físics i hormonals que poden explicar aquesta "revolució" que comentes. D'igual manera, també són importants tots els canvis que es donen en el cervell adolescent.

Físicament, el desenvolupament dels òrgans genitals i dels caràcters sexuals secundaris fan que l'adolescent se senti diferent, de vegades acomplexat i en lluita permanent amb la seva imatge corporal.

També podem dir que els adolescents esteu més "revolucionats" perquè en aquesta etapa hi ha un desig per assolir més independència i llibertat. L'adolescent busca noves experiències, vol més autonomia. De vegades per aconseguir-la s'enfronta als pares o altres figures d'autoritat amb actituds de rebuig a les normes i rebel·lió.

**ABRIL.** Per què els adolescents s'aïllen a l'habitació?

**TINA.** L'adolescència també és un moment de recolliment en un mateix, de vegades de retraïment interior. Però aquest procés és necessari, perquè l'adolescent consolidi la seva personalitat i identitat. Aquell conjunt de trets que el caracteritzen i li donen sentit i coherència. L'adolescent construeix el seu autoconcepte i un bon autoconcepte comporta una bona autoestima.

Per aquest motiu, de vegades s'aïlla i necessita estar sol, però també són importants el grup d'iguals, el seu cercle d'amistats per a la construcció d'aquesta autoimatge.

Ara bé, també és cert que es tanquen a l'habitació per estar separats dels seus pares i estar amb les seves coses. També és una necessitat d'autoafirmació.

**ABRIL.** Perquè els adolescents són tan impulsius e impacients?

**TINA.** Tot té a veure amb el cervell de l'adolescent. La part del cervell que regula la impulsivitat (còrtex prefrontal) madura més tard. Aquesta àrea és l'encarregada de les anomenades funcions executives. És aquí on se situen el control dels impulsos, la capacitat de concentració, la voluntat, la perseverança, l'empatia, la planificació i anàlisi de conseqüències. En resum, la part del cervell que ens permet prendre consciència de la conseqüència dels actes personals és la que madura més tard. I mentre no madura, actua més la part del cervell responsable dels aspectes emocionals (el sistema límbic). D'aquesta manera quan un adolescent ha de prendre una decisió es guiarà per l'emoció i per la impulsivitat. Hi ha un psicòleg que compara la ment de l'adolescent com una actualització d'un mòbil. És a dir, el cervell adolescent està en procés d'actualització. Com als mòbils, quan s'acabe aquesta actualització el cervell funcionarà millor. Mentre el còrtex prefrontal no madura actua més la regió límbica, l'àrea del cervell que és la responsable de la vida afectiva. Per aquest motiu, si s'ha de prendre una decisió, l'adolescent es guiarà per l'emoció i per l'impuls i no tant per l'anàlisi de les situacions.

**ABRIL.** Per què els adolescents tenen daltabaixos?

**TINA.** Els adolescents són com els volcans: poden estar tranquils i en un moment fer una explosió que ho arrasi tot, fins i tot a ells mateixos. Són imprevisibles. També trobem explicació a aquest fet en el funcionament del cervell, en com van madurant les diferents zones del cervell (sistema límbic, neocòrtex...) i en les connexions neuronals.

**ABRIL.** Per què els adolescents ho qüestionen tot?

**TINA.** En aquesta etapa apareix el pensament abstracte que permet a l'adolescent pensar d'una manera abstracta sense necessitat de fer referències concretes. Pot imaginar totes les conseqüències d'una hipòtesi de manera lògica i raonar per trobar una solució als problemes sense estar condicionat per la percepció immediata, el coneixement personal o l'experiència passada.

Aquesta nova manera de pensar li permet imaginar possibilitats ideals i adoptar unes creences, però quan les compara amb el món real de vegades descobreix que no concorden i llavors, és quan ho qüestiona i ho critica. Molts cops també pren una postura inconformista, també qüestiona i reflexiona sobre temes existencials i profunds, valors de solidaritat, justícia social, etc.



# SALUT MENTAL I EMOCIONAL

**PER LAURA ALEGRIA 3A**

L'alumna Èlia Arnau de 2n d'ESO va participar en el 1r concurs de relats "La salut mental i benestar emocional és la prioritat" amb el relat "El diari de la Chloe". El concurs va estar organitzat per la Taula de Salut Mental de les Terres de l'Ebre al Montsià; una activitat emmarcada en la setmana de la Salut Mental.

Èlia Arnau va quedar segona en aquest concurs i el passat 29 d'octubre va assistir a un acte al Consell Comarcal on el president del consell el Sr. Joan Roig va ser l'encarregat de lliurar-li un premi econòmic per a despeses en material educatiu. En l'acte de lliurament de premis, l'alumna estava acompanyada pel director del nostre centre.

Ricard Reverter i per la tutora M.Teresa González. El concurs pretén sensibilitzar i desestigmatitzar els problemes de salut mental, a més de convidar els infants i adolescents de les nostres comarques a parlar i expressar-se amb la màxima naturalitat sobre aquest tema en l'àmbit educatiu.



*Lliurament de premis. L'alumna Èlia A., la professora M. Teresa G. i el director Ricard R.*

**NOTA: PODEU LLEGIR AQUEST MAGNÍFIC RELAT, JA QUE L'HEM REPRODUÏT A CONTINUACIÓ.**

# EL DIARI DE LA CHLOE

per Èlia Arnau Abilleira 2n

**Dimecres 18 d'agost del 2021**

Hola! Tinc trenta anys, amb nou anys em van regalar un diari secret pel meu aniversari, però mai vaig arribar a escriure res. Pensava que era una pèrdua de temps. Avui començo aquest diari i em proposo escriure sobre el que m'ha passat durant els darrers vint anys. Soc Chloe, una nena com una altra. Em defineixo com una jove simpàtica, divertida i una mica vergonyosa. Des de ben petita m'ha agradat la música. Em passava el dia escoltant cançons i, fins i tot, mirava els programes de diumenge a la tarda on parlaven d'alguns cantants coneguts. A la meua mare sempre li comentava que de gran m'agradaria ser cantant, però em deia que, avui en dia, no era fàcil dedicar-se a aquest món. Hi ha milions de persones amb les mateixes expectatives i ganes que jo i sabia que es necessitava molt d'esforç per aconseguir-ho. Tanmateix, també era conscient que si anava amb aquest pensament, mai trobaria el moment idoni per intentar-ho. Així que quan vaig complir els divuit anys, vaig decidir marxar a Barcelona, una ciutat plena d'oportunitats per obtenir el meu somni.

Em van contractar com a dependent a una botiga de roba, una feina per anar tirant. Es fa molt pesat llevar-se cada dia i treballar quan no t'agrada gens el que fas, però ho havia de fer, no hi havia gaires opcions més. Arribava a casa cansada i desmotivada. Em sentia orgullosa de mi mateixa, tenia feina i em guanyava la vida... Però clar, el que de debò volia fer jo era cantar... i si no feia un pas endavant i m'intentava mostrar al món... em quedaria estancada. Així i tot, sentia tanta inseguretat, tanta por... No sabia per on començar, així que ho vaig fer escrivint. A estones que tenia lliures m'inventava lletres de cançons. M'encantava el resultat final, ho volia compartir amb algú i vaig organitzar una videotrucada amb els amics per fer un petit concert. El dia que vam quedar estava molt nerviosa, però una vegada vaig començar a cantar em vaig relaxar i ja vaig deixar els nervis a banda.

En acabar de cantar no se sentia res, ningú deia ni una sola paraula. Vaig pensar que no els havia agradat... i dos segons més tard em van començar a aplaudir. Em van dir que els havia ENCANTAT, que tenia talent i que lluités per fer-me un lloc en la música perquè podria arribar lluny.

Durant aquella setmana em vaig plantejar la idea de publicar la cançó a les xarxes socials i així poder veure la reacció de la gent. Pensat i fet. L'endemà, a la tarda, em vaig gravar.

Vaig sentir-me satisfeta al setè intent, i em vaig posar a riure pensant com ho faria el dia de demà si estigués en un estadi ple de públic. Sense pensar molt, vaig clicar el botó de publicar. Durant uns segons em vaig penedir, però ja estava fet i no volia donar-li més voltes... No m'ho podia creure! Una hora després el meu vídeo tenia milions de visites!! Comentaris molt agradables i gent que volia saber més de la meva vida. Des d'aquell dia vaig començar a dedicar més temps a la música. Passava les nits escrivint cançons i les mostrava a través d'Internet. Cada cop tenia més seguidors i més *likes* a les meves publicacions. I amb una trucada de telèfon va arribar la primera feina. M'oferien posar la meua veu a un anunci de colònia, una gran oportunitat. Van ser mesos de treball en un estudi de gravació i el resultat va ser fantàstic. Un anunci fresc i seductor. La motivació era màxima. Començava a tenir molt material propi. Intentava ser activa en les xarxes socials. I la gran oportunitat va arribar amb una discogràfica.

Feia temps que els responsables em seguien i els agradava molt el meu estil tan personal a l'hora de cantar. Vam començar a treballar junts i uns mesos després, ja organitzàvem la meua primera gira. Em vaig quedar perplexa quan em van dir que les entrades s'havien esgotat en menys de deu hores. Això significava que la gent volia veure'm de debò! Recordo els nervis de tota aquella setmana... I per fi va arribar el dia! Hores abans ja hi havia molta gent fent cua per agafar un bon lloc. Vaig anar una mica abans per assajar i un gran grup va venir corrents cap a mi per demanar-me un autògraf o fer-se una fotografia... Era una sensació tan estranya que és impossible descriure amb paraules.

Quan va començar el concert vaig intentar deixar la ment en blanc i gaudir-lo, no recordo posar-me nerviosa en cap moment, i va ser un èxit en majúscules.

### **Dissabte 21 d'agost del 2021**

La meua carrera estava sent un èxit. Tenia tot el que anys abans havia pogut arribar a somiar, inclús més. Era un dia qualsevol, un concert com molts, quan cantant vaig començar a sentir que el meu cor s'accelerava, el sentia bategar a mil per hora, em faltava l'aire... Fins i tot em vaig sentir insegura, de sobte, i incapaç de seguir cantant davant de tanta gent. M'havia passat, en altres ocasions, de posar-me una mica nerviosa però controlable, res semblant a aquella nova sensació. Suors, calfreds, angoixa, tremolor de cames, falta d'aire... Vaig cancel·lar el concert en aquell mateix precís moment, era impossible continuar. Pensava que havia estat un atac de pànic momentani, però no... el malson només havia fet que començar. No em reconeixia. El meu cos i la meua ment semblava que anaven per lliure.

No dormia. Sentia ganes de plorar. La gent em molestava. Volia estar sola. Tot es feia costa amunt. Em van recomanar parar una temporada i demanar ajuda professional.

Alguna cosa estava passant, alguna cosa que jo no podia solucionar sola i era important tenir un psicòleg al costat per recolzar-me i entendre perquè el meu cos estava reaccionant d'aquella manera. Em va dir que no em passava res greu, que simplement la meva ment estava cansada i l'estrès estava passant factura. El diagnòstic va ser ansietat. Un dels primers consells que em va donar el terapeuta va ser allunyar-me de tot allò que em podia provocar neguit, així que la decisió més fàcil va ser tornar al poble per estar més tranquil·la. Allí em vaig dedicar a llegir, passejar per la muntanya, escoltar música, meditar i cantava tan sols per plaer. Sense presses, sense expectatives. Cada cop sentia més pau i em va venir la idea de fer un vídeo per a les xarxes i explicar la meva situació. Pensava que la gent tenia dret a saber el motiu que m'havia fet suspendre tots els meus compromisos. Va ser molt dur obrir-me del tot, ja que recordant revivia les sensacions negatives, no era agradable però sí necessari. Gràcies al públic els artistes arribem on arribem i si algú podia estar passant la mateixa situació que jo i el podia ajudar, valia la pena més que una agenda d'un any ple de concerts. Després de la publicació vaig rebre molts missatges de suport, testimonis de persones que em contaven el seu cas o inclús d'altres que em donaven les gràcies per fer visible i normalitzar el que semblava un tabú.

## **Dijous 2 de setembre del 2021**

Ara sí que parlo en present. He de dir que, avui dia, estic bé, i em sento recuperada. Vaig començar a fer petits concerts, més íntims, i així vaig anar sentint, altre cop, la confiança amb mi mateixa i el contacte amb el públic. Torno a pensar que soc capaç d'aconseguir el que em proposo. Ha estat tot un repte aquest últim any, però també m'ha ensenyat molt. No som màquines i quan una situació ens supera i el nostre cos es queixa, hem de parar, escoltar-lo, anar a un professional i seguir els seus consells. No té res de dolent anar al psicòleg. Igual que es cuida el cos, s'ha de cuidar la ment si és necessari.

# HOMOFÒBIA

Per Carimé Vizcarro 3A

L'homofòbia és l'agressió o la discriminació contra les persones homosexuals. Sol implicar odi, hostilitat o desaprovació envers persones d'aquesta orientació sexual, i sovint, envers la idea mateixa de diversitat sexual. S'anomena "homòfoba" la persona que té aquest prejudici. S'utilitza l'adjectiu homofòbic/a o homòfob/a per a descriure aquesta actitud individual o per part de la societat i les seues institucions, tradicions i lleis.

El dia 3 de juliol de 2021 va sortir a un canal de la televisió que un jove havia mort, i sembla que no va ser així, ja que a Samuel el van matar per ser homosexual. La notícia d'aquest jove de vint-i-quatre anys que va morir després de rebre una pallissa a la Corunya ha creat polèmica en una part de la societat. Aquesta desgràcia ha provocat una nova reacció de lluita contra l'odi homòfob. La investigació segueix el seu curs en espera que la jutgessa concrete al llarg de la instrucció el nom al delictes: mort o crim homòfob? Fora dels tribunals, per a molts, té un gran pes l'última paraula que devia escoltar ell abans de marxar: «maricon».



Per aquests fets han comparegut davant de la jutgessa una vintena de testimonis que han estat presents durant l'atac. A punt de complir tres mesos de l'agressió mortal s'ha arrestat una setena persona implicada presumptament.

# Adolescents

A l'Institut Manuel Sales i Ferré d'Uldecona, hem fet un estudi per veure que pensa l'alumnat de diferents edats sobre l'homofòbia.

En el següent apartat, podeu observar opinions raonades així com d'altres basades en la ignorància i l'odi. Hem recollit aquesta informació mitjançant un formulari de Google enviat a diverses classes.

## 1. Què és l'homofòbia per a tu?

- Per a mi és simplement una excusa que es busca la gent per tal de no respectar ni acceptar les persones que estimen a altres persones de qualsevol gènere.
- Penso que l'homofòbia és el temor, a l'odi, la rancúnia contra una persona homosexual pel fet d'estimar a una persona del seu mateix sexe.
- Temor als bojos.

## 2. Com solen reaccionar els pares i les mares davant d'un fill o una filla homosexual?

- No ho sé perquè no ho soc ni ganes.
- Perquè la veritat és que no conec casos propers, però alguns que he vist per la televisió han sigut casos on els pares realment tenen por quan els seus fills surten al carrer.
- Actualment, està un poc més acceptat si ho comparem en fa uns anys, tot i això, si es tracta de famílies que no avancen socialment i segueixen seguint els estereotips que tenien fa uns anys solen reaccionar malament.

## 3. Els homosexuals poden tenir fills i filles?

- Sí, hi ha diverses maneres, una d'elles és adoptar-los.
- Clar que en poden tenir, encara que no poden 'crear' el fill ells mateixos, sinó que han d'utilitzar altres mètodes efectius.
- No, no es poden reproduir.

## 4. És legal ser lesbiana o gai a Espanya?

- No, perquè ho dic jo.
- A Espanya sí, i des de l'any 2005 també es pot casar una parella homosexual.

## 5. Què significa «LGBT»?

- És l'acrònim emprat per a referir-se col·lectivament a les persones lesbianes, gais, bisexuals i transsexuals.
- Maricons.
- Una marca de teles?
- Loco Gai Bichosexual Tampon

**6. És l'homosexualitat una malaltia mental o un problema emocional?**

- Ni una ni l'altra, és un sentiment i no hi pots fer res.
- No, l'homosexualitat és una manera d'estimar, la qual encara NO és acceptada a moltes parts del món. NO és cap malaltia mental, NO és un problema, només és amor, NO acostumat a mostrar-se, però amor.
- No ho sé, no soc psicòleg.

**7. Per què és tan difícil el procés de revelar l'orientació sexual?**

- Pel fet que hi ha gent que té temor que els discriminen persones del seu entorn com família, amics, etc.
- Jo penso que és pel què diran els altres. Sent sincers a mi m'és indiferent els pensaments dels altres cap a mi.
- Per si no són acceptats.

**8. Poden els homosexuals ser bones mares i bons pares?**

- Per descomptat, poden ser igual o millors pares i mares que els heterossexuals. Això va en la persona de cadascú no en la seva orientació sexual.
- Sí, l'homosexualitat no significa que tinguin un mal tracte cap als nens no afecta la personalitat de cadascú.
- No, perquè sinó els fills no tindran un bon model.

**9. Si un dia aneu pel carrer i us trobeu en un cas de violència relacionada amb l'homofòbia, com actuaries?**

- Si no hi ha violència física intervindria intentant ajudar a la víctima i acompanyant-lo fins on sigui necessari, perquè no el molestin més. Si hi ha violència física intentar parar-ho d'alguna manera, o trucant a la policia.
- Passaria indiferent.

**10. Si un amic o amiga et confessa què és homosexual, continuaries amb l'amistat?**

- Òbviament que sí, per a mi continuarà sent la mateixa persona que estimo.
- No, no continuaria l'amistat.

**Com heu pogut comprovar hi ha gent molt homòfoba i gent que no està d'acord en el fet que hi hagi homofòbia.**

# Adolescents

## LA COVID EN IMATGES

per Hekmat El Khayat 3A

El que volem transmetre en aquestes imatges és que la covid-19 ens ha deixat les pitjors seqüeles, que són: l'augment del patiment emocional en adolescents i joves, trastorns alimentaris, ansietats, depressions, suïcidis, insomni i estrès. A causa del confinament hi ha molts joves que han patit molt i que no han pogut seguir els tractaments. El sistema sanitari va decidir que la salut mental seria una de les seves prioritats. El confinament ha sigut el causant de l'augment del consum de diverses substàncies (tabac, drogues o alcohol).



Una de les poques coses positives del confinament: hem començat a valorar i passar temps amb la família, ja que amb les restriccions no podíem sortir de casa.



# ADOLESCENTS I DROGUES

per Anna Garcia 3r A

Els adolescents cada vegada comencen abans a consumir drogues.

Per què? Els adolescents d'avui en dia a l'edat dels 13 o 14 anys ja comencen a provar l'alcohol, i a l'edat dels 17 o 18 anys comencen a experimentar en el consum de drogues.

Això passa perquè està normalitzada la ingesta d'alcohol, ja que es considera que no és una droga molt potent. Des del meu punt de vista, no hauria de ser així sobretot per als més joves.

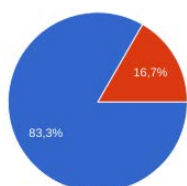
Un dels estudis que ha realitzat l'Assessorament Club -centre pioner a Espanya en teràpies grupals- ha analitzat la situació sobre l'ascens de les festes alcohòliques entre la població de 12 a 16 anys. Una de les diferències més importants entre el consum entre adults i els adolescents és la falta d'autocontrol que és propi de l'adolescència. Aquesta sensació que es té en la més primerenca joventut sobre la mateixa invulnerabilitat i la immortalitat.

Els adolescents creuen que "controlen" però l'estadística de les últimes notícies, ens diuen que això no és del tot cert i que és molt difícil resoldre el problema.

Aquí tenim el que els diferents joves han votat. L'alumnat de l'enquesta té entre dotze anys fins a setze anys.

Heu provat mai l'alcohol?

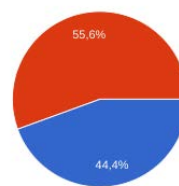
18 respostes



● Sí  
● No

I les drogues?

18 respostes



● Sí  
● No

# NOVES TECNOLOGIES

Per David Salas i Hekmat El Khayat 3r A

Després de realitzar una enquesta enviada a l'alumnat de 3r d'ESO sobre l'ús i els avantatges de les noves tecnologies, hem arribat a conclusions interessants.

En primer lloc, la gent sol fer uns usos inapropiats d'Internet com jugar o mirar vídeos no adequats. Altres alumnes, tenen un coneixement molt baix sobre la informàtica. La tecnologia d'avui en dia té molts d'avantatges com per exemple aquests:

- Si vols enviar un missatge, immediat, en segons, ho pots fer; en canvi, abans trigava molt més
- Avui en dia, pots arribar a enviar diners a una persona que està a quilòmetres d'on tu estàs.
- Si necessites saber alguna cosa, tens moltes més possibilitats que abans, com per exemple mirar documentals, buscar informació a la xarxa, fins i tot, si necessites fer alguna compra urgent la pots fer en Internet.
- Si alguna cosa no la utilitzes, la pots vendre a altres persones que potser la poden necessitar.
- I també pots passar les teves idees a la vida real mitjançant les impressores 3d.



## ESTADÍSTIQUES

per Júlia Parra 3rA

L'enciclopèdia ho defineix així:

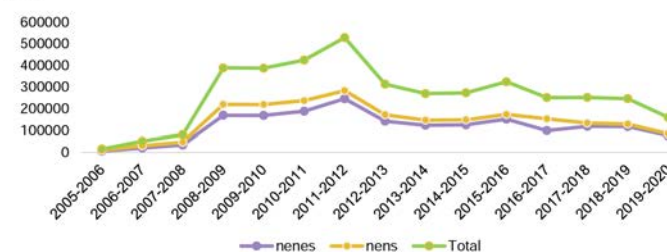
«Joc, competició o activitat que requereix esforç físic i habilitat, i que es practica d'acord amb unes normes establertes, per plaer o com a ocupació».

### Els adolescents fem esport?

L'any 2014, un 45,6% de les persones de més de setze anys a Catalunya feien esport. Des de 1980 hi ha hagut un augment de 20,6 unitats percentuals, el que representa un increment del 82,4%. El creixement més gran es va produir entre 1980 i 1995. Posteriorment, el creixement ha estat gradual, amb un augment més significatiu entre el 2010 i el 2014.



Evolució de l'alumnat participant segons sexe al Pla Català d'esport a l'escola (PCEE) 2005-2020



Font: Observatori Català de l'Esport, 2019; a partir de Consell Català de l'Esport

L'evolució de l'alumnat participant en les activitats físiques i esportives en horari no lectiu va experimentar un fort repunt fins a 2012, moment a partir del qual comença a disminuir fins a arribar en el darrer curs 2019-2020 a valors inferiors a 200.000 nens i nenes participants. La pràctica d'activitats físiques i esportives dels nens ha estat sempre lleugerament per sobre que la de les nenes, tot i que aquesta diferència ha anat disminuint al llarg del temps, arribant gairebé a igualar-se la pràctica esportiva entre nenes i nens en el darrer curs 2019-2020.

# ESPORTS MINORITARIS

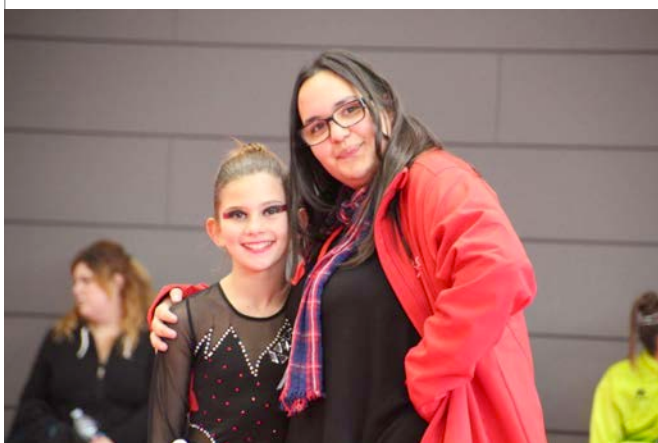
A Catalunya es practiquen vint-i-un esports de caràcter minoritari. Són aquelles disciplines esportives que tenen menys de 3.500 llicències. En total concentren 29.117 llicències del total de 640.000 esportistes federats que hi ha al Principat.

A Ulledecona es practiquen esports minoritaris com ara el *twirling*, que ve a significar «llançament».

## Quadre d'esports minoritaris Olímpics i no Olímpics

OLÍMPICS	Llicències
1. Halterofília	91
2. Pentatló modern	113
3. Lluita	582
4. Boxa amateur	658
5. Bàdminton	666
6. Beisbol i softbol	724
7. Esgrima	978
8. Rem	2.087
9. Triatló	2.134
10. Tennis Taula	2.434
11. Tir amb Arc	2.644
12. Piragüisme	3.370
NO OLÍMPICS	Llicències
13. Socorisme	258
14. Korfbal	420
15. Esquí nàutic	454
16. Curses d'orientació	576
17. Futbol americà	1.123
18. Espeleologia	1.419
19. Esquaix i raquetball	2.310
20. Rugbi	2.749
21. Pilota	3.328

Per poder conèixer una mica més l'esport minoritari que es fa al Montsià, hem entrevistat a una de les entrenadores del Club Twirling la Vie d'Ulledecona.



*l'alumna Júlia Parra i l'entrenadora Mayra*

Podeu accedir a l'entrevista mitjançant aquest enllaç o el copieu i l'enganxeu a qualsevol cercador.

<https://drive.google.com/file/d/1SXfB0vqsQiBFPZjGscfKqv4fz4LxiftL/view?usp=sharing>

# EL PLA CATALÀ DE L'ESPORT A L'ESCOLA

per Francisco León

El curs escolar 2021-22 s'ha iniciat amb una aparent normaltat i, amb ell, la posada en marxa del PCEE. És el setzè curs, de manera ininterrompuda des del curs 2006-07, que el nostre centre educatiu està inscrit a aquest Pla.

L'Associació Esportiva Escolar (AEE) de l'institut ha programat un gran ventall d'activitats físicoesportives en l'àmbit extraescolar, en la línia dels anteriors cursos, tot esperant que es puguin portar a terme. L'alumnat del centre rep la informació detallada perquè, a partir d'una inscripció signada per les famílies, s'incorporin a les sessions establertes al llarg del curs.

Del primer trimestre, a més del desenvolupament normal de les pràctiques durant els patis i les tardes, podem destacar tres esdeveniments rellevants:

-L'activitat del dia 27 de novembre, dissabte al matí, organitzada per l'Ajuntament d'Ulldecona i la nostra AEE, conjuntament amb alumnat que assisteix al Projecte Parlem-ne, la Fundació Diagrama i integrants de l'entitat Kilian Minguet consistent en una recollida de brossa als voltants del camp de futbol del poble. Una sessió molt formativa en l'àmbit de la cura i manteniment del medi ambient.

Posteriorment, els inscrits al PCEE es van desplaçar fins a l'institut on van portar a terme diferents enfrontaments de caire esportiu.

-El mateix dissabte 27 de novembre, de 09:30h a 13:30h, es va portar a terme una Jornada de Promoció d'Esports Adaptats al Pavelló 3 d'Amposta. A l'esdeveniment esmentat va participar una representació dels dinamitzadors/es del nostre centre en qualitat de voluntàries. Aquest fet ha suposat que, per primera vegada, els nostres alumnes hagin col·laborat en activitats esportives de municipis veïns. Experiència molt profitosa en tots els àmbits, especialment en la de poder copsar que en el món de l'esport tot és possible amb 3 voluntat, esforç i dedicació.

-Finalment, fer menció a la 2a edició dels PREMIS del PCEE del curs 2020-21. En aquesta segona edició d'aquests premis, impulsats per l'Agrupació d'Associacions Esportives Escolars de Catalunya amb la col·laboració de la Secretaria General de l'Esport i de l'Activitat Física (SGEAF) el nostre centre educatiu va tornar a estar present entre els 23 guardonats.

Reconeixements que es van lliurar a l'INEFC de Barcelona el passat 18 de novembre.

En l'àmbit de centres de Secundària, l'institut Manuel Sales i Ferré va ser reconegut entre els deu finalistes; en els premis a la trajectòria del curs, modalitat Dinamitzadors/es, van ser distingits els nostres alumnes Carlos Miguel González i Raphael Acuña Villagaray i en la categoria de Coordinador/a va rebre el premi Francisco León Floro, coordinador al nostre institut.

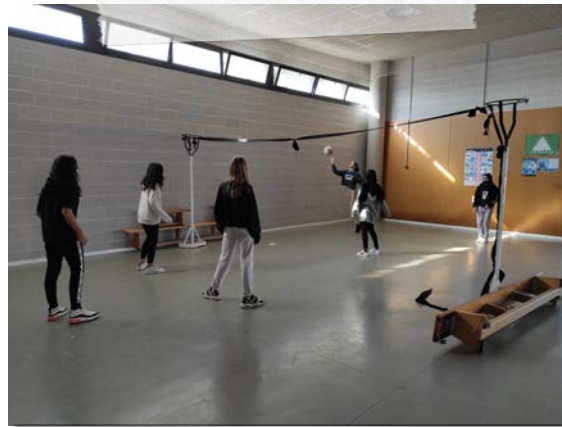
MOLTES FELICITATS!!! A tots els premiats per la seva tasca envers el desenvolupament del PCEE. Felicitació extensiva a tota la comunitat educativa per fer possible aquesta realitat esportiva en l'àmbit extraescolar al nostre centre, tan necessària en la formació integral de l'alumnat.

Cordialment,

Francisco León Floro

Coordinador del PCEE a l'institut

# EL PLA CATALÀ. ACTIVITATS



# EL PLA CATALÀ. RECOLLIDA DE BROSSA



# EL PLA CATALÀ. PARALÍMPICS



# EL PLA CATALÀ. PREMIATS



# ESCOLA VERDA

## EL PATI: JUGUEM NET!

Per **E**durne Tena Llano 2nC

**L**'institut cada vegada està més brut; si no es fa res al respecte acabarà semblant una deixalleria.

L'alumnat de 2n d'ESO C realitza una optativa que es diu «Jugant net!». A les 14:05 hores, quan es disposaven a dur a terme la neteja del pati es van adonar que hi havia molta brossa i que les papereres estaven pràcticament buides. Des de l'inici de curs fins ara, hem vist com cada vegada el pati està més brut i aquesta observació ens ha fet pensar que els nostres companys no estan realment conscienciats amb el medi ambient. A més a més, això ens fa plantejar unes quantes preguntes: En quin espai volem conviure? Som conscients de què passaria si ningú recollís la brossa? La mandra i deixadesa ens ha sobrepassat a tal punt que hi ha brossa al costat de la paperera però a terra. Totes aquestes accions tenen repercussions, com ara que els responsables del bar de l'institut ja no ven certes coses perquè els embolcalls d'aquests productes no s'hi llençaven mai.

Per acabar, ens agradaria que les mesures que es prenguessin per reduir aquests actes fossin més greus, com podria ser assignar cada setmana dues persones de cada curs per a vigilar els companys i les

NOVETATS LEGALS DEL 2021				
DES DE L'1 DE GENER	DES DE L'1 DE GENER	MÀXIM 2 D'ABRIL	MÀXIM 19 DE JUNY	MÀXIM 9 DE JULIOL
CÀNON RESIDUS MUNICIPALS	BOSES DE PLÀSTIC	PNEUMÀTICS FORA D'ÚS	TRASLLAT DE RESIDUS	DIPÒSITS CONTROLATS
€	 NO de plàstic			
Nous imports Abocador i incineració: 53,10 €/t Valorització energètica: 26,50 €/t	Per normativa estatal prohibit el lliurament de bosses de plàstic lleugeres i molt lleugeres Si es poden lluitar bosses compostables	Per normativa estatal inscripció dels productors en el Registre de Productors de Productes, i el subministrament de la informació sobre pneumàtics posats al mercat nacional de reposició en l'any 2020	Per normativa estatal data màxima d'entrada en servei de la plataforma eSIR (sistema de notificació de trasllats)	Per normativa estatal és el termini atorgat per tal que els titulars dels abocadors autoritzats en funcionament i les entitats explotadores sol·licitin la revisió de les seves autoritzacions
Titulars d'abocadors i plantes valorització energètica	Activitats comercials	Empreses fabricants i importadores de pneumàtics	Empreses productores i gestores de residus (inclosos agents i negocients)	Titulars d'abocadors i entitats explotadores



També estariabé que els mestres de guàrdia tinguessin una forma d'avisar als alumnes i al tercer avís com que ha embrutat el pati, el càstig fos que a l'endemà a l'hora del pati recollís la brossa de terra. Concloent, amb aquesta reflexió ens agradaria que penséssiu que el pati el compartim entre molts alumnes, i que no és gens agradable veure brossa a terra, veure el poc interès que tenen alguns companys o companyes pel medi que ens envolta, i saber que aquest poc respecte que tenen per nosaltres també el tenen per ells mateixos, ja que també comparteixen les instal·lacions amb nosaltres, el medi, tot el que fem contaminant ens torna de volta. **Juguem Net!**, hem d'estimar més, i estimar el medi.

# FOTODENÚNCIA



*Pati de l'Institut Manuel Sales i Ferré el dia 20/10/21 a les 14:10*

---

# AULA NETA: JUGUEM NET!

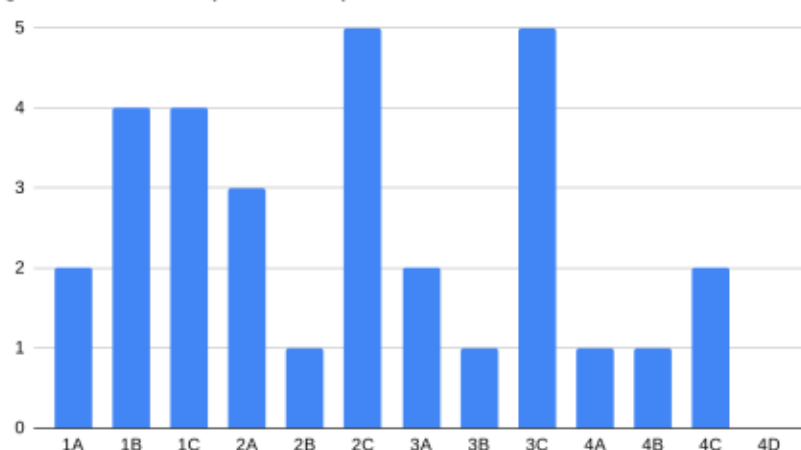
---

Per Edurne Tena 2n C

**Juguem net no és una optativa, és una obligació que tots tenim, i no tots complim!**

A poc a poc, es va observant com l'estat del pati va millorant, però encara ens queda molta feina per fer, per això des de Juguem Net volem fer una crida a la responsabilitat. Hem de ser més conscients del món que ens envolta i que en un petit gest podem iniciar un canvi. Un bon exemple d'això són les papereres que hi ha a cada classe per reciclar el paper. El subdelegat del curs ha de portar la paperera cada divendres a la 13:05h a l'aula de Tecnologia, on els components de l'optativa s'encarregaran de reciclar els papers per reutilitzar-los o per donar-los una millor vida. Aquest gest és una petita peça d'un trencaclosques de dimensions gegants. Aquesta obligació només la tenim una vegada a la setmana, per tant no és una acció que ens complica la rutina diària. Cada classe podrà gaudir d'un ambient més ordenat, evitarem papers per terra, ja que les papereres estan plenes i podem reutilitzar papers disminuint la contaminació i desforestació del planeta. Hem estat recopilant informació de les classes que compleixen aquesta obligació.

Qüines aules han portat les papereres?




# AULA NETA: JUGUEM NET!

Les primeres classes del rànquing són **2n C** i **3r C** complint amb el 100%, i en últim lloc tenim la classe de 4tD que no ha portat la paperera cap dia. Totes les classes hauríem d'estar al 100%, agafar bons hàbits i mantenir el que ens ajudarà tant ara com en un futur en poder tenir una bona relació personal i ambiental. Quan diem que això ens pot aportar una bona relació personal ens referim al fet que la neteja crea un bon ambient i és percebuda pels nostres sentits com un entorn segur que ens fa estar menys alerta i menys tensos a l'hora de relacionar-nos amb els companys i companyes (Us invito a tots a què investigueu sobre la teoria de les finestres trencades), així com ens facilita l'atenció per l'aprenentatge de cada dia. És per tothom sabut que estem en un temps d'emergència climàtica i com he dit abans podem alleugerir una mica les conseqüències de la irresponsabilitat humana que ens ha abocat a aquest desastre de relació amb el medi.



*Àngel Juan Cabús, « green worker » de 3rC*



**Felicitations a l'alumnat  
de 3r C i 2n C**



*Jan Matamoros « green worker » de 2n C*



## **RECORDATORI.**

*Divendres de 13:10 a 14:05 estem a l'aula de Tecnologia, porteu les papereres de paper per reciclar-lo.*

# SABIES QUE...



Joan Manuel Serrat, conegut com “el noi del Poble-sec”, és un dels cantautors i músics catalans més populars. Les cançons més famoses són *Penélope*, *Mediterráneo* i *Cantares*. El cantant va **renunciar** a participar en el **festival d’Eurovisió** de l’any 1968 perquè no el deixaven cantar en català. Va ser substituït per Massiel, que va guanyar el certamen.

**Rosa Park** va ser una activista afroamericana, figura important del moviment pels drets civils als Estats Units, en especial per haver-se negat a deixar el lloc a un blanc i moure's a la part darrera de l'autobús en Montgomery, Alabama, l'1 de desembre de 1955.



**Pippi Långstrump** (o Pippi Calcesllargues) és un personatge literari creat per l'escriptora sueca Astrid Lindgren en 1945. La protagonista està dotada d'una gran força i posseeix un cavall amb pigues anomenat Lilla Gubbe i un mico tití anomenat Senyor Nilsson, cosa que mostra l'extraordinari amor de l'autora pels animals. És òrfena de mare, i el seu pare és un pirata rei dels congolesos.





**EL Guernica** és un famós quadre de Pablo Picasso que té com a motiu el **bombardeig** de la població basca Guernica per la Legió Còndor el 1937 durant la Guerra Civil. El quadre mostra persones, animals i edificis destrossats per la violència i el caos generat per les bombes. L'austeritat cromàtica en **blanc i negre** convé al tema del quadre.

El continent més poblat del món és **Àsia**, concretament la República Popular de la Xina i l'Índia. Sabies que molts geògrafs no consideren que Àsia i Europa siguin continents separats, ja que realment no hi ha separació física entre ambdós.



**Pelé** va néixer el 23 d'octubre de 1940 a la localitat brasilera de Tres Cors, a l'estat Minas Gerais. Pelé és considerat per molts com el **millor futbolista del segle**. Va començar a jugar a futbol als carrers, on jugava amb els companys d'escola o amb els veïns.

*La Gran Barrera de Coral* és el sistema d'escull de corall més gran del món; s'expandeix uns 2.300 km davant la costa de l'estat de Queensland (Austràlia) i està format per més de 2.900 esculls i 900 illes.



# Visitem: Ilerda

Per Hekmat El Khayat i Anna Garcia 3r A



## BLOG DE VIATGE IN ITINERE

Els alumnes de **2n de batxillerat de l'optativa de Llatí** estan treballant en un blog de viatges pel territori de l'Antiga Roma.

El que volen transmetre en aquest projecte és apropar-se a les ciutats més importants del territori de la Hispània Romana.

Ilerda (Lleida) va ser fundada al segle I aC i conquerida i romanitzada l'any 49 aC. Va ser la primera gran victòria de Cèsar en les seves campanyes a Hispània. La van adscriure al *conventus* de *Caesaraugusta*. No era la capital de la província, ja que aquest títol pertanyia a *Tarraco*.

### Les Termes 🧑

Eren el lloc on la gent anava a rentar-se i fer esport. Comptaven amb sistema de calefacció per escalfar l'aigua, tot i que també hi havia sales amb piscines fredes. Es trobaven al punt d'unió entre el *Cardus* i el *Decumanus*.

### El Fòrum 🧑🧑🧑🧑

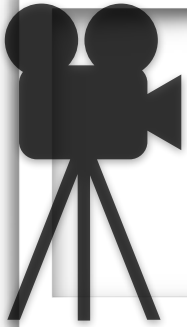
Era una plaça pública a l'aire lliure on la gent es reunia. Es trobava possiblement al final del *Decumanus*.

### La Necròpolis 🦴

Era el lloc de soterrament dels morts. Estava, en sortir de la ciutat pel *Decumanus*, a mà dreta.

**Accediu al blog IN ITINERE:** <https://sites.google.com/institutulldecona.cat/in-itinere/p%C3%A0gina-dinici>

Possiblement, la majoria de llocs estaven baix del turó, no dalt, al cantó oest del riu Segre. A Ilerda es podia arribar a través d'una via romana que l'enllaçava amb *Tarraco*. A més a més, també estava connectada a través de vies a les ciutats de *Caesaraugusta*, *Barcino* i *Tolous*. 🚗



# EL CINE HACE 60 AÑOS

PER AINA BOSH SANS 1 ESOC



L'alumnat de **1r d'ESO C** ha treballat l'entrevista a classe de Llengua castellana, i han entrevistat familiars seus que ens han explicat anècdotes passades i records importants de la seva vida.

**Hemos entrevistado a Pia Bel Bort. Tiene 73 años, está jubilada y vive en Uldecona. Ella nos va a explicar cómo eran las tardes de cuando era más pequeña e iba al cine “Savoy”.**

**AINA. ¿Qué te gustaba más de las tardes de cine?**

PIA. Me gustaba que en la media parte cuando había terminado la primera película salía a la calle e iba a merendar un delicioso bocadillo, una gaseosa y un chocolate “meivel”.

**AINA. ¿Con quién ibas?**

PIA. Cuando era más pequeña iba con mi tía o mis padres y a partir de los 14 años iba con mis amigas.

**AINA. ¿Qué comías para disfrutar de la película ?**

PIA. Dentro del cine había un bar para poder comprar comida y bebida y se llevaban cacahuetses y altramuces.

**AINA.** ¿Qué diferencias hay de los cines de antes y de los de ahora ?

PIA. Que antes en cada sesión hacían dos películas y un reportaje que se llamaba no-do que era un noticiario de la época de la dictadura de Franco. Y ahora en cambio no se hace.

**AINA.** ¿Qué tipos de películas hacían?

PIA. Hacían un poco de todo pero lo que más hacían eran indios y vaqueros que en ese entonces gustaban mucho.

**AINA.** ¿Qué días ibas?

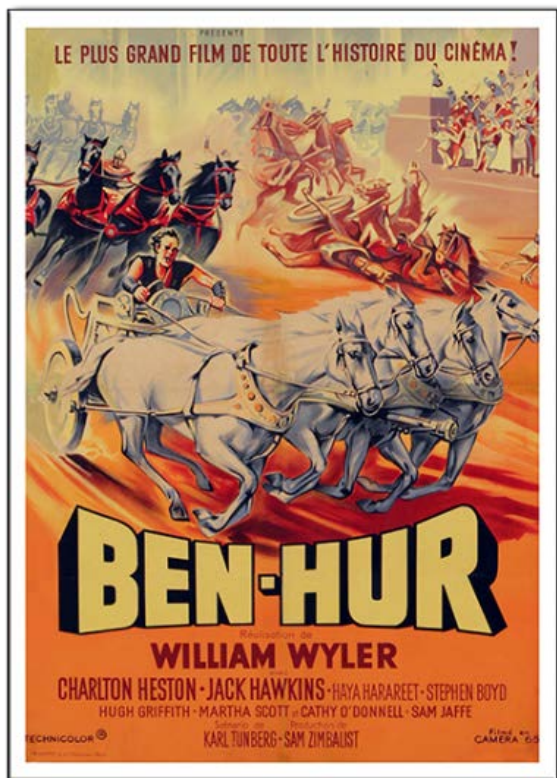
PIA. Iba el domingo por la tarde pero a veces hacían películas los sábados .

**AINA.** ¿Cómo anunciaban las películas?

PIA. En la plaza mayor se ponían unos paneles con fotografías de las dos películas.

**AINA.** ¿Como sabiais para qué edades eran las películas?

En la puerta de la iglesia ponían las edades adaptadas para ver las dos películas que hacían esa semana. Además había escenas de la película que estaban censuradas y cortaban ese trozo y te dabas cuenta de que no seguía el guión.



Una de las preferidas de Pia



Película mítica sobre el cinema



# EL NOSTRE HORT



L'hort el vam començar a construir el 20 de setembre. En aquests dos mesos hem plantat diversos vegetals: enciams, espinacs, espàrrecs, bledes, cols, tomaqueres, cebes, julivert, all porro; també plantes aromàtiques com romer, espígol i lavanda. A més a més, hem plantat arbres: dos cirerers, dues oliveres, tres llimoneres i dues pruneres.

L'alumnat de l'**Aula Oberta** presentem el projecte de l'hort!



*L'hort en plena producció*



*Olivera*

## MANTENIMENT

Es rega de dilluns a dijous excepte divendres que no ens ocupem de l'hort. Cada dia revisem les plantes per si tenen plagues o insectes que es puguin menjar les fulles.

## L'institut dia a dia

# EL GRAN RECAPTE D'ALIMENTS

L'activitat es va realitzar dels dies 19 al 27 de novembre i va consistir a recollir donatius d'entre 1 € fins a 50 € per part dels voluntaris i voluntàries.

El Gran Recapte és una campanya per als Bancs dels Aliments de tota Catalunya per a proveir d'aliments bàsics a qui més ho necessita. Uldecona, com no podia ser d'una altra manera, enguany també ha participat.

Des de la irrupció de la COVID, els Bancs dels Aliments han hagut d'afrontar un augment de la demanda d'aliments. El nombre de persones que han rebut suport ha passat de 195 mil el gener de 2020 a les 250 mil actuals, el que suposa un increment del 30%.



*Alumnes voluntàries*



*Voluntariat de 3r d'ESO*



La campanya en l'àmbit local, aquest any, ha comptat amb la col·laboració de l'alumnat de 3r de l'ESO de l'Institut Manuel Sales i Ferré, que ha participat en tasques diverses, dedicades a conscienciar els usuaris i les usuàries.

# TEATRE A L'AULA D'ACOLLIDA

Per Chaimae Barhi 4t C

Dijous onze de novembre va venir una noia que es diu Estel a l'Aula d'Acollida. L'Estel estudia teatre des que tenia tres anys.

Ens va explicar moltes coses sobre el teatre, el lloc on s'ensenya, i com s'estudia.

Cadascun dels meus companys va escriure cinc preguntes per a aquella noia.

- Quants anys portes estudiant teatre?
- Quan va començar la teva afició pel teatre?
- Quins són els tipus d'obres?
- On es pot estudiar teatre?
- Com et sents fent teatre?, etc.

Vam fer moltes preguntes! Ella va respondre a totes les preguntes. Va ser molt interessant. Ara coneixem molta informació sobre el teatre gràcies a ella.



*Estel Bosh explicant les seues experiències*

# CONCURS DE MICRORELATS

## RELACIÓ DE PREMIATS CONCURS "LA CASTANYERA ZOMBI"



### 1r ESO

CATALÀ: *La Castanyera Zombie*, David Budan, 1r ESO-A

CASTELLÀ: *Mis recuerdos*, Àngela Sara Boroan, 1r ESO-B

ANGLÈS: *A special Halloween*, Èric Moreno Bel, 1r ESO-A

### 2n ESO

CATALÀ: *La trucada perduda*, Jan Valls, 2n ESO-A

CASTELLÀ: *¿¿Ma-Martín??*, Izaskun Vizcarro, 2n ESO-B

### 3r ESO

CASTELLÀ: *Sortílegos impulsos*, Pol Ferré, 3r ESO-B

### 4t ESO

CATALÀ: *Qui soc realment?*, Lucy Poy Parker, 4t ESO-A

### 1r-2n BAT

CASTELLÀ: *Pentágono*, Estel Boix Pla, 2n BATXILLERAT

Agrair als alumnes de l'Aula d'Acollida la seua participació.

Abans de Nadal es passarà per les aules per fer entrega dels premis.

**FELICITACIONS A TOTS**



## RELATS PREMIATS AL CONCURS "LA CASTANYERA ZOMBI"

CURS 21-22

### 1r ESO

**CATALÀ:** *La Castanyera Zombie*, David Budan, 1r ESO-A

Un dia trist, de pluja i desolat, un noi que es deia Josep Guillem Plantapins va sortir de casa per tirar la brossa; el xic tenia porquera perquè era halloween i mentre caminava hi havia penombra i els fanals funcionaven incorrectament. Cada vegada que s'apropava als contenidors, aquests s'allunyaven més. Però finalment va arribar a les escombraries i darrere de la brossa hi havia un sortíleg, un xic que feia màgia, que li va explicar que aquella nit hi havia un animal que caçava la gent que sortia al carrer. Des d'aquell dia ningú surt al carrer en Halloween.

**CASTELLÀ:** *Mis recuerdos*, Àngela Sara Boroan, 1r ESO-B

\_ ¿Qué es lo último que recuerdas?

\_ Lo último que recuerdo son las pequeñas gotas de lluvia deslizándose por la ventana. En ese instante el miedo se apoderó de mí. Caminé i miré alrededor dándome cuenta de la penumbra que había. El sortílego que visité hace seis días, me avisó que esto pasaría.

\_ ¿De qué sortílego hablas?

\_ Del que me arruinó la vida.

Ya no recuerdo nada más ...

## 2n ESO

**CATALÀ:** *La trucada perduda*, Jan Valls, 2n ESO-A

Hola, em dic Àlex, tinc dinou anys i m'agraden els llibres que fan molta poreguera. Estic jugant un partit de hockey, però ara m'he fet mal al coll i estic trucant per telèfon ; és una llàstima que no em conteste ningú.

Dies després...

Hola, us volia dir que ara ja no em fa mal res; suposo que va ser gràcies a aquella trucada a l'hospital que ningú em va contestar; devien tindre persones més malament que jo. Ara faig molt millor tot allò que m'agradava fer quan estava viu.

**CASTELLÀ:** *¿¿Ma... Martín??*, Izaskun Vizcarro, 2n ESO-B

Era una noche de lluvia y mi hija estaba en el salón. Cuando entré, mi hija estaba acariciando el aire con mucha delicadeza. Le pregunté:

\_ Hija, ¿qué haces?\_ dije con voz dulce.

\_ Estoy con Martín\_ dijo fríamente.

\_ ¿Q...? ¿Quéé?\_ Me quedé aterrorizada.

\_ Dice que hubiera deseado conocerme\_ dijo a punto de llorar.

Martín era su hermano que murió hace años, antes de que ella naciera; nunca le habíamos hablado de él. De repente, se formó una sombra muy oscura y, luego se disolvió rápidamente mientras mi hija lloraba desconsoladamente, murmurando entre sollozos que su hermano se había ido para siempre.

### 3r ESO

**CASTELLÀ:** *Sortílegos impulsos*, Pol Ferré, 3r ESO-B

Era un lluvioso y oscuro día del tercer año atrapado allí. Me adentré nuevamente en esos pasillos, infectados por la penumbra. Guiado por el miedo y esos sortílegos impulsos, llegué al instituto, un poco tarde a clase de inglés...

### 4t ESO

**CATALÀ:** *Qui soc realment?*, Lucy Poy Parker, 4t ESO-A

Soc aquí, dins la penombra del núvol a punt de desprendre gotes transparents, que es convertiran en pluja en algun moment. Maria Regat és el meu nom. O això recordo. Ahir vaig arribar a aquesta casa d'imprevist. No sé com. Ni amb qui. Ni en quin instant. No sé ni on soc realment. La poreguera em va guanyar ahir, però avui ja l'he vençut. Potser soc el resultat d'un sortilegi? És possible. A més, amb aquestes mans de color verd que tinc sobre aquest calderó, qui sap el que puc arribar a fer amb el meu poder...

### 1r-2n BAT

**CASTELLÀ:** *Pentágono*, Estel Boix Pla, 2n BATXILLERAT

Somos cinco brujas aguantando la lluvia en la penumbra, con ropa oscura, sortilegios y una daga; la mía tiene una empuñadura de esmeralda que simboliza el color de mis ojos. Formamos un pentágono que rodea una estrella de cinco puntas hecha con sal. En medio de la estrella hay una mujer vestida de blanco, que sacrificaremos. Mientras esperamos, vamos preparando su cuerpo con flores. La jefa comienza a hablar en latín, y llega la hora.

Cojo mi daga y empiezo a cortarte el cuello; notas como rompo cada músculo; cierras los ojos mientras gritas de miedo y dolor.

Son megras y una daga; la mía tiene una empuñadura de esmeralda que simboliza el color de mis ojos. Formamos un pentágono que rodea una estrella de cinco puntas hecha con sal. En medio de la estrella hay una mujer vestida de blanco, que sacrificaremos. Mientras esperamos, vamos preparando su cuerpo con flores. La jefa comienza a hablar en latín, y llega la hora.

Cojo mi daga y empiezo a cortarte el cuello; notas como rompo cada músculo; cierras los ojos mientras gritas de miedo y dolor.

# 25 DE NOVEMBRE

Un any més, l'institut Manuel sales i Ferré, lamentablement, celebra el 25 de novembre Dia Internacional de la Violència contra la Dona. L'Institut va organitzar una activitat de protesta a la plaça, que va consistir en la lectura d'un manifest per un grup d'estudiants. També es va llegir un text sobre la violència de gènere al món de l'esport.



El director de l'institut, Ricard Reverter, la professora de Geografia i Història Maite Sanmartin i l'alumnat del centre es van oferir voluntaris i voluntàries per a llegir un manuscrit dedicat per a les dones que han patit o pateixen violència masclista. L'institut va optar per a fer una activitat anònima anomenada **Jo denuncio** on que consisteix en un espai al centre en què l'alumnat i professorat pot denunciar les actituds masclistes.



A la nit, l'alumnat també va participar en les activitats urbanes organitzades pel Grup de Dones i l'Ajuntament d'Ulldecona a la Plaça de l'Església.



# JO DENÚNCIO!

A L'HORA DEL PATI, UN COMPANYY  
EM SEGUIA PER A TOCAR-ME EL QU  
ENCARA QUE JO LI DEIA QUE  
PARE'S, SEGONS ELL, SOLS ERA  
UNA "BROMA".

NO PODER PARLAR OBERTAMENT  
DE SEXE AMB XICS SENSE  
QUE ALGUN LI PASSI PEL  
CAP QUE SÓC UNA  
CALENTA.

13 ANYS  
Aquest estiu estava al carrer  
i va passar un home amb la moto.

Va parar i amb la "mirada" em va  
"repassar" unes quantes vegades, com si  
em despullés. Em va fer sentir  
molt malament.

Estiu 2021  
Aquest estiu estava amb  
les meues cosines (érem 3 a tota) i un cotxe  
va parar. Des de dins un xic ens deia  
- On aneu? Què feu? Voleu pujar al cotxe?  
Jo estava molt espantada però li vaig  
dir que se'n anés. Van sortir corrent  
en direcció contrària. Des de llavors tinc POR i  
quasi no surto de casa.

# ACCIÓ 25N

**PORTADA: SARAY FAVARÓ**

**REDACTORES I REDACTORS**

**ABRIL BALADO**

**EDGAR AGUIRRE**

**MARIONA FUSTÉ**

**LAURA ALEGRIA**

**CARIMÉ VIZCARRO**

**ABDAZIZ JALLOUL**

**DAVID SALAS**

**JÚLIA PARRA**

**ANNA GARCIA**

**HEKMAT EL KHAYAT**

**COL-LABORACIÓ**

**AINA BOSH**

**ÈLIA ARNAU**

**EDURNE TENA**

**AULA OBERTA I D'ACOLLIDA**

**ALUMNAT TALLER DE CIÈNCIA**