



Centenari  
del Pont  
Penjant

# ITec

REVISTA DE L'INSTITUT DE TECNIFICACIÓ. AMPOSTA  
MAIG 2015. NÚM. 6



# Segon de batxillerat

## REDACCIÓ

Alba Alegria  
Pep Alejos  
Jorge Bohórquez  
Judit Calduch  
Janet Campos  
Eric Casanova  
Gemma Castillo  
Mohammed Chabab  
Vladut Codreanu  
Raquel Figueras  
Aaron Flores  
Pau Frach  
Moazzama Khan  
Adrià Lletí  
José Martínez  
Victor Masip  
Serena Méndez  
Fátima Mouhisine  
Maria Pablo  
Màxim Poparcea  
Laura Roca  
Dacian Todinca  
Angélica Novoa  
Joana Berenguer  
Siham El Habchi  
Mireia España  
Jonathan Hidalgo  
Mariam Khoualaly  
Estel Pascua  
Gerard Prats  
Judith Ramos  
Sofia Robles  
Félix Vargas  
Faizan Mouhammat

## EDITA

Institut de Tecnificació Esportiva  
"Terres de l'Ebre"  
C. França 19-21  
43870 Amposta  
Tel: 977 70 78 49

## COL·LABORA

AMPA Institut Tecnificació

## IMPRESSIÓ

Impremta ampostina  
Tel. 977 70 16 84

## NOM REVISTA

Josep Igual

## FOTO PORTADA

Joan German  
Maxim Poparcea  
Pau Cecília

## FOTO BATXILLERAT

Tomàs Bertomeu

## LOGOTIP

Domènec Noguera-José Luís  
Rodríguez

## COORDINACIÓ

Teresa Ortiga Mulet

## MAQUETACIÓ

Miquel Àngel Llorenç

## CONSELL EDITORIAL

Anna Bel  
Fredo Borràs  
Carme Ferré  
Maite Ferré  
Miquel Àngel Llorenç  
Teresa Ortiga  
Carmina Sancho  
Lucía Tomàs

## DIPÒSIT LEGAL

T: 1221-2012

## EDICIÓ DIGITAL

<http://www.scribd.com/mlloren5>

## ISSN EDICIÓ IMPRESA

2014-8054

## ISSN EDICIÓ DIGITAL

2014-8062



# EDITORIALS



## Companyes

No voldria que aquest editorial caigués en sensibleria cursi, però a escasses setmanes de la fi d'aquest curs acadèmic, he de fer una menció a la mesurada jubilació laboral de dues companyes: la Carme Grau i la Teresa Ortiga. I si voleu, Teresa i Carme.

Hi ha professions que imprimeixen caràcter i el treball que es realitza es queda imprès a la pell, al tarannà, a la forma de ser, a l'ànima i d'alguna manera mai abandones l'ofici que t'ha marcat. Les nostres companyes no deixen de ser professores, simplement, s'organitzaran el temps d'una altra manera; tindran tota l'energia del món, disposaran del temps que necessiten per fer totes aquelles coses que s'han anat quedant en un segon lloc perquè tenien una feina de responsabilitat. De gran responsabilitat!! Han estat guies de moltes generacions d'estudiants que han anat conformant-se en ciutadans, en bones persones, en gent responsable. I part d'aquest èxit és gràcies a elles. Gairebé van obrir l'Institut Montsià, quan encara no hi havia estudiants, van ajudar a crear un complex educatiu que ha donat resposta a moltes generacions de tecnòlegs, enginyers, electricistes, mecànics, administratius, etc., ensenyant de tot, però especialment llengua i socials, història i cultura, català i tot el que calia.

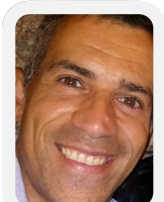
Fa pocs anys van començar amb molta empena i il·lusió un projecte engrescador. No ho van dubtar. Es podrien haver acomodats i deixar que altres s'impliquessin amb més treball, però, per descomptat, Carme Grau i Teresa Ortiga van estar al capdavant, estirant el carro, empenyent amb energia perquè l'Institut de Tecnificació, on estan ara desenvolupant la seva tasca professional i on es jubilaran, fos el que està sent: un centre de referència en l'ensenyament, en la pràctica de l'esport, on es conviu i s'aprèn i on altres generacions d'estudiants continuen fent-se grans i formant-se.

Les nostres companyes han estat disposades. Més que això, han estat sempre motivades a implementar tots els projectes proposats: la lectura a l'aula, l'ensenyament de matèries no lingüístiques en anglès, l'impuls de l'ensenyament d'altres llengües estrangeres al nostre institut o l'ús de les noves tecnologies en la pràctica docent. Han fet tot allò necessari perquè el nostre alumnat obtingui excel·lents resultats en les proves de competències, en la selectivitat, en recerca... i que pugui continuar els seus estudis universitaris amb l'èxit amb què ho estan fent. I a més, esdevenir ciutadans competents i preparats, que contribueixen a fer una societat civil solidària. La seva implicació ha contribuït al fet que l'Institut participi en diversos programes solidaris, d'aprenentatge, de servei i de col·laboració amb entitats que ho necessiten. Totes dues ens diuen sempre: "Hem de treballar per aconseguir bons resultats i l'èxit educatiu, però a més, hem de construir una bona societat, solidària i acollidora".

Crec que els podem dir que ho han aconseguit.

Xiques, gràcies per la feina feta!!

Lucia Tomàs



## Els cicles formatius a l'Institut de Tecnificació d'Amposta

Suposo que en algun moment de la teva vida d'estudiant a l'Institut de Tecnificació

d'Amposta t'has creuat pels passadissos amb alumnes molt més grans que tu. Què hi fan al teu centre? Bé, també són alumnes i estudien cicles formatius de la família de les activitats físiques.

Tenim dos tipus de formacions, els cicles formatius de tota la vida i els ensenyaments esportius de règim especial.

Els cicles formatius de tota la vida són un de grau mitjà i un de grau superior.

El de grau mitjà és el CAFEMN, Conducció d'Activitats Físicoesportives al Medi Natural i et permetrà conduir gent pel medi natural a peu, en bicicleta o a cavall. Estudien coneixement del medi natural, conducció a peu, en BTT i a cavall, mapes, mecànica de la BTT, com cuidar els cavalls, primers auxilis, seguretat al medi natural, dinàmica de grups, discapacitats, fonaments de l'activitat física, administració d'una empresa i formació laboral. Hi pots accedir havent aprovat l'ESO o amb prova d'accés per a grau mitjà.

El de grau superior és AAFE, Animació d'Activitats Físiques i Esportives i et permetrà treballar en l'animació de l'activitat física. Estudien fonaments de l'activitat física, jocs, esports individuals, esports col·lectius, i esports amb implementacions, organització i gestió d'una empresa, primers auxilis i salvament aquàtic, dinàmica de grups, metodologia de l'activitat física, discapacitats, i formació en centres de treball. I pots accedir -hi des del batxillerat o des de la prova d'accés a cicles formatius de grau superior.

En els dos cicles tenen un crèdit de síntesi i una formació a empresa per a conèixer el món laboral.

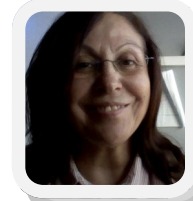
Pel que fa als ensenyaments esportius de règim especial, al nostre centre hi pots cursar quatre modalitats: la de futbol, la de muntanya mitjana, la de bàsquet i la de salvament i socorrisme. Estan repartits en tres nivells, el primer i segon equivalen a un grau mitjà i el tercer a un grau superior. Estudiaràs continguts relacionats amb l'activitat física i específics de cadascuna de les modalitats diferents. Per accedir has de tenir els mateixos requisits per a poder fer un grau mitjà, tenir l'ESO o la prova d'accés a grau mitjà. Un cop finalitzats aquests estudis pots passar a fer un grau superior, tenint batxillerat o prova d'accés, i aquest grau superior pot ser de la mateixa família esportiva que has fet al grau mitjà o bé pots passar a fer AAFE i després seguir amb els estudis universitaris de Grau de Ciències de l'esport i l'activitat física.

Hi ha alumnes que van començar amb nosaltres fent el grau mitjà, després van fer el superior i ara estan fent estudis universitaris.

Ja ho saps, si t'agrada l'esport aquesta és una via per a formar-te i poder treballar del que més t'agrada. També cal que sàpigues que per a poder treballar en el món de l'esport has d'estar dintre del registre de professions esportives, segons marca la llei de

professions de l'esport, i només hi pots ser si tens titulació acreditativa dels estudis que t'he explicat a dalt.

Max Grau



## L'elecció d'uns estudis

Ens hem assabentat que per al proper curs hi haurà canvis en els itineraris d'ESO. A partir de tercer, s'haurà de definir el currículum d'aquests alumnes amb un informe que defineixi si l'alumne ha de seguir amb el batxillerat o amb FP. Aquí a Catalunya s'ha volgut salvar aquesta elecció definitiva amb l'annexió de dues matèries més, amb la qual cosa podrien elegir les dues vies.

De totes maneres l'elecció sempre és difícil perquè marcarà per sempre la seua vida, encara que, amb les vies d'FP sempre poden incorporar-se al sistema educatiu i accedir a la universitat igualment.

Malgrat aquesta elecció, sembla que la vida d'estudiant no s'acaba mai. Segons l'opinió general, hi ha un excés de formació, d'estudis. I aquest excés pot ser un impediment a l'hora d'accedir a un lloc de treball. Un motiu és que de vegades contracten algú que no tingui tants estudis perquè així li pagaran menys...

Segons el senyor Antoni Castellà, secretari general d'estudis universitaris i recerca, s'ha de ser més optimista i pensar que uns estudis superiors no sobren mai, no existeix mai un excés d'estudis. El que s'ha de mirar és quines carreres poden tenir més sortida i ser realistes. No podem fer tots periodisme, encara que ens agradi, amb la idea que després podrem treballar d'això. Tal vegada ens haurem d'adaptar i treballar de màrqueting o en una oficina, però el que hem de procurar és que ens agradi...

Hi ha un web que es diu itineraris universitaris i es pot orientar els alumnes amb unes enquestes...Tanmateix, s'ha de reconèixer que l'elecció i la decisió final sempre l'acaben fent els pares. Tot i això, és molt difícil vaticinar què és el millor per als alumnes d'avui.

Teresa Ortiga



Av. Josep Tarradellas 129-131  
amposta@tarragonamusical.com

**Citta Alta**  
Palau i Quer, 21  
Tl: 977 70 50 54

# Festival de Nadal

4



## ITec orquestra

Enguany el festival de Nadal que fem al final del primer trimestre va caure en dimarts dia 22 de desembre. Segons *vox populi* un pèl massa tard, en fi no plou mai al gust de tothom.

L'orquestra s'ha canviat l'uniforme i ara porten la samarreta de color blau cel. Per començar l'acte Irene Cunillera, professora del centre, dóna la benvinguda a l'associació de pares, als pares i familiars que assisteixen i a tothom en general.

Com a novetat, presenten l'acte els alumnes de l'Aula Oberta. També es dóna la benvinguda a 14 alumnes que s'incorporen a l'orquestra i se'ls va invitant a entrar d'un en un.

Inicien l'audició amb quatre peces dels mítics ABBA (*Mamma Mia*, *Fernando...*). Tot seguit *Fly Me to the Moon* de Bart Howard i després *La Muixeranga* (tradicional valenciana) i *El Cant de la Senyera* amb música Lluís Millet i lletra del poeta Joan Maragall.

L'acte va ressaltar per la calidesa del moment i per la bona harmonia que regnava entre tots els participants i el públic en general.

La redacció



## CONCERT DE SANT JORDI

A la Plaça del Mercat, com ja fa alguns anys, l'iTec Orquestra va oferir un vibrant concert del qual van poder gaudir el nombrós públic present en aquell moment. Al repertori de Nadal hi van afegir peces com *One Moment in Time* o *Guantanamera*. Les properes actuacions seran el concert de pares i la festa de graduació, de què ja us informarem en el proper número.



ESTANC NÚM.2 MARGARITA  
HERRERO LLAMBRICH 43870  
AMPOSTA

# VIDA AL CENTRE



## PEDRO RIERA PARLA DEL SEU LLIBRE

El passat dijous 11 de desembre l'Institut de Tecnificació va tenir el plaer de rebre la visita de l'autor del mes de desembre, Pedro Riera. L'autor va xerrar amb l'alumnat de 4t ESO i a l'Aula Oberta del seu llibre **La tomba d'Aurora K**, que li ha valgut el premi EDEBÉ 2014 de literatura juvenil, de les seves obres anteriors i, com no, del projecte que té per al futur. Molt proper, va aclarir aspectes de les seves vivències durant la guerra de Bòsnia, que va viure molt de prop, així com de la seva experiència com a escriptor de renom. També va signar exemplars dels seus llibres, tant per a la biblioteca del centre -donació de l'editorial EDEBÉ- com per als alumnes que així li ho van demanar.

## CONFERÈNCIA DE LA DRA. MERCÈ GISBERT

Amb motiu de les activitats de la setmana de Sant Jordi, el dilluns 20/4/15, a les 9 i a les 10h, Mercè Gisbert Cervera, professora titular de Departament de Pedagogia de la Universitat Rovira i Virgili de Tarragona, especialista en TIC's aplicades a l'Educació, va oferir dues xerrades motivadores sota el títol "LES COMPETÈNCIES CLAU NECESSÀRIES PER AL SXXI" per a l'alumnat, de 3r i 4t.



D'altra banda el passat dimarts 16 de desembre a les 15 h va venir un professor de la URV a fer una xerrada als nostres alumnes de 1r i 2n BTX sobre "Viure a Europa".



## XERRADA DE L'EMPREDOR ALBERT BUSCATÓ

El passat dimarts 9 de desembre, l'empresari i emprenedor Albert Buscató, gerent de l'empresa *Albusgolf SL*, va fer dues xerrades als estudiants de l'Institut de Tecnificació, explicant les seves iniciatives empresarials i la seva experiència personal en el món de l'emprenedoria, a fi i efecte de fomentar l'autonomia personal i l'esperit emprenedor entre l'alumnat.

Els joves van interviure plantejant preguntes i curiositats sobre el tema i manifestant clarament el seu interès per aquest camp del saber.



## ACTUACIÓ D'UN CANTAUTOR

El divendres 12 de desembre va ser el torn del cantautor Emiliano Valdeoliva, que va encoratjar els estudiants de l'Institut a seguir les lletres de les seves cançons, a l'estil dels antics trobadors, a partir de versos d'autors clàssics com Quevedo, Bécquer, altres més recents com Glòria Fuertes... Un autèntic plaer la seva presència...

El IPD donarà formació en consciència postural als alumnes de l'Institut de Tecnificació

**IPD** INSTITUT PILAR DOMÍNGUEZ REGULACIÓ DE LA POSTURA BENEPLACER, COMODITAT I SALUT

MÉS DE 20 ANYS D'EXPERIÈNCIA EN EL MÈTOD PILAR DOMÍNGUEZ®

"Taller educatiu per a la conscienciació postural i la prevenció de riscos posturals"

## TALLER DE POSTURA

L'IPD (Instituto Pilar Domínguez) ha ofert uns tallers educatius per a la conscienciació postural i la prevenció de riscos de la postura. La formació, teòrica i pràctica, va ser dirigida a l'alumnat, als pares i al professorat.



## Exposició Pont Penjant

Tal com ja haureu pogut veure, al passadís de les exposicions, hi ha una muntada una exposició fotogràfica preparada per la Coordinadora de Biblioteca, Annabel Bel amb qui ha col·laborat Maite Ferré.

Aquesta exposició s'emmarca en les activitats de commemoració del I Centenari de la posada de la 1a pedra per a la construcció del pont d'Amposta.

Es tracta d'unes fotografies antigues i imatges de revistes facsímils, que abasten des de 1915, amb la posada de la primera pedra, fins al 1940, quan comença la reconstrucció de l'obra, que havia estat bombardejada l'any 1938. Aquesta documentació ha estat cedida per a l'exposició pel Sr. Rallo.

A més, l'alumnat 1r d'ESO, dirigits per la seva professora de Socials, ha preparat un recull de gravacions on s'expliquen els aspectes més rellevants relacionats amb l'origen d'aquesta infraestructura, aspectes tècnics, personatges vinculats a l'obra, com l'enginyer Eugeni Ribera, l'alcalde Joan Palau i les repercussions històriques i socials de l'obra. Aquesta gravació s'aportarà al conjunt d'activitats commemoratives que organitza l'Ajuntament d'Amposta.

## Visita dels alumnes de 6è

Els alumnes de 6è han vingut a visitar el nostre centre per a veure si els agradava a l'hora de decidir a quin volien anar. Les alumnes de ball els van fer una demostració de ZUMBA i els companys Joan German i Altea Llorenç els van fer una xerrada sobre el que fèiem a l'orquestra, per tal d'animar-los a formar-ne part si venien a aquest institut. Els van fer una volta pel centre i els van explicar què era cada dependència. Esperem que els hagi agradat i que triïn aquest centre com a primera opció.

Pep Alejos i Maria Pablo 3rA



## ANTICS ALUMNES



El dia 15 de gener vam rebre la visita de dos antics alumnes: Aina Elies i Joan Miralles. Aina ha estudiat Filologia Catalana i Joan ha fet el grau en Enginyera Química i després ha estat fent el màster en aquesta especialitat amb una beca a Colorado als EEUU. Els vam rebre amb molta alegria perquè eren uns bons alumnes i especialment estimats.



Van anar amb la directora Lucia Tomàs per tot el tercer pis i fent la visita als alumnes que cursen enguany segon de batxillerat, així com a altres que els demanaven informació sobre els camins a seguir a l'hora d'escollir una carrera, l'experiència personal en el seu trajecte d'estudis i les sortides que podien tenir un cop haver acabat els estudis pertinents.

### Xerrada d'alumnes universitaris

D'altra banda, el divendres 30 de gener van venir antics alumnes per a informar-nos del seu trajecte universitari en les seues respectives carreres. Alguns alumnes de fa dos anys: Aaron Centelles, que estudia enginyeria industrial a la UPC, Robert Margalef que estudia fisioteràpia a Reus, Alin Ciurariu, estudiant de dret a Tarragona, Joan Muñoz, estudiant de matemàtiques a la UPC i Dídac Martí que cursa enginyeria física a la UPC; i algunes alumnes de l'any passat: Salomé Acero, que estudia a Barcelona el grau de Dret, Maria Josep Gavaldà i Paula Cabrera, que estudien fisioteràpia (la primera a Tortosa i la segona a Reus) van explicar les seues experiències, així com Andrea Díaz que estudia psicologia a la UOC i Rosa Val, estudiant d'arquitectura a Barcelona.

Al final de la xerrada, alguns alumnes de segon de batxillerat es van quedar per preguntar per determinades carreres en particular.

La redacció



# Treballs de recerca

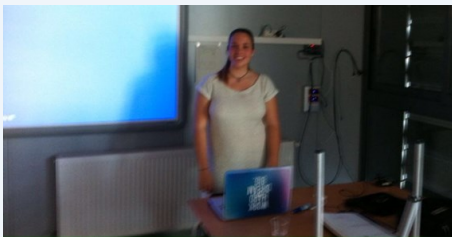
Victòria Cid



Laura Negre



Iris Castell



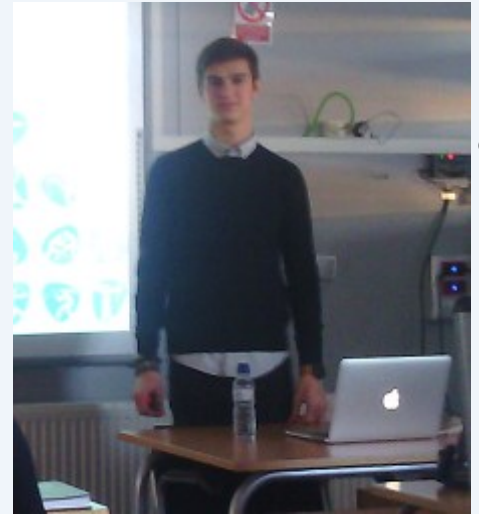
Per a avaluar aquests treballs hi ha tribunals formats per 3 professors, un dels quals és el tutor. Cada tribunal té entre 3 i 5 treballs per avaluar. El TdR tracta de realitzar una recerca d'informació i també es pot incloure una part pràctica. En el cas que sigui un treball de tipus sociològic, es poden realitzar enquestes per a completar-ne la recerca. Alguns temes tractats han sigut les malalties, lesions i l'alimentació dels esportistes. La nota d'aquest treball suposa un 10% de la nota de batxillerat.

El TdR és important perquè afavoreix l'ampliació d'informació i la capacitat de fer treballs. A més, és una preparació o un assaig per a la universitat i, si està ben fet, s'obté un resultat satisfactori.

Durant la presentació final davant del tribunal es pot acompanyar l'explicació amb algun recurs audiovisual, com ara una presentació *Power-Point* o un vídeo.

Víctor Masip i Maria Pablo, 3r A

Kevin Fàbregues



Paula Curto



## THE MUSIC OF MATHEMATICS

Mathematics and music are both concerned with the understanding and the analysis of an abstract world of patterns.

Although we conceive these sciences as extremely opposites, they are more closely related than they seem. Sound waves and the acoustics, music scales, the structure of compositions... All of these are examples of situations where we don't know if we're talking about music or mathematics.

My research project compiles the different ways of relationships between maths and music, starting with the ancient Greeks and going over the music's history until nowadays.

The first to study this relationship was Pythagoras. A legend says that one day, while he was meditating upon the problem of harmony, Pythagoras passed in front of a brazier's shop, where workmen were pounding out a piece of metal on an anvil. He heard the variances in pitch between the sounds made by large hammers and the sounds made by the smaller ones, so he gained his first clue to the musical

intervals of the diatonic scale.

He came into the shop, examined the tools and took mental notes of their weights. Then, he went to his home and put up an arm of wood and he extended it out from the wall of his room. At regular intervals along this arm, he pinned four chords, all of them with the same composition, size and weight. After this, he attached a weight to each chord, corresponding to the sizes of the brazier's hammers. To the first of these, he attached a twelve-pound weight, to the second a nine-pound weight, to the third an eight-pound weight, and to the fourth a six-pound weight.

He discovered that the first and fourth string when they sounded together produced the harmonic of the octave, and doubling the weight had the same effect as halving the string. The tension of the first string was twice than the fourth string, so their ratio was said to be 2:1, or duple. By similar experimentation, attributing the weights to the tension's value, he realized that the first and the third strings produced the harmony of the diapente, or the interval of the fifth. The tension of the first string was one time and a half more than the third chord, so their ratio was said to be 3:2 (because 3:2 is the same as 12:8), or "sesquialter". Likewise the second and fourth

strings, having the same ratio as the first and third strings, made up a diapente harmony. Continuing his investigation, Pythagoras discovered that the first and second strings produced the harmony of "diatessaron", or interval of the fourth, and their ratio was said to be 4:3, or sesquitercian. The same happened with the third and fourth strings ( $8:6 = 4:3$ ). Besides, he could realize that the second and third strings had the ratio of 8:9, the interval of second.

The really key of harmonic proportions is hidden in the famous Pythagorean tetractys or tetrad. It's a triangular figure consisting of ten points arranged in four rows: with one, two, three and four points in each row, which is the geometrical representation of the fourth triangular number. With the proportions of these first fourth numbers, we can reveal the interval of octave, fifth or fourth.

As you can see, the special relationship between Maths and Music was born with our civilisation.

Anna Estrada



## ACTIVITATS COMPARTIDES ESO I CICLES FORMATIUS

Durant el curs els alumnes de Cicles Formatius i els de l'ESO realitzen activitats compartides, d'aquesta manera aprofitem els coneixements d'uns per a millorar l'aprenentatge dels altres. Aquests dies hem realitzat dues d'aquestes activitats. Una ha estat entre els alumnes de 2n B de l'ESO i els alumnes de 2n del cicle superior d'A-AFE. La primera ha estat un taller d'iniciació al bàsquet, realitzant cinc



Alumnes de 1er ESO B i CAFEMN B



Alumnes de 1er ESO A i CAFEMN A

sessions, els dijous compresos entre el 29 de gener i el 26 de febrer de 2015.

La segona ha estat una pràctica entre els alumnes de primer d'ESO i els de cicle mitjà de CAFEMN. Hem realitzat un taller de reparació d'una punxada a la roda de la bicicleta, aprofitant que amb la professora d'Educació Física havien estat treballant una unitat didàctica sobre la bicicleta.

# Aigua amb gas

*Aigua amb gas?* Us preguntareu si us faré un reportatge sobre aigua mineral amb una mica de gas. Doncs no, *Aigua amb gas* és un grup de músics d'Amposta, que formen aquesta xaranga des de fa gairebé un any. Ja han actuat en diferents actes, com la cavalcada de reis d'Amposta o en algunes trobades per la Plataforma d'Afectats per la Hipoteca.

Els són nois d'edats de 14 fins als 16 anys i toquen tant instruments de percussió com de vent.

Com se'ls va ocórrer fer un grup? Qui és el líder?

Un dels nois va decidir muntar un grup per tocar pel poble, fer actuacions... i va decidir comentar-los la idea a uns quants amics, i d'aquí va

sorgir la Xaranga. "No tenim líder, pensem que el líder som tots, tothom té unes tasques diferents assignades, però ningú està a sobre de ningú", afirma Joan Germán, membre del grup. Per què *Aigua amb gas*?

"Abans ens havien passat altres noms pel cap, més de les nostres Terres, però un dels membres se li va acudir aquest nom, i ens va semblar original, i així va quedar".

Quin tipus de música toqueu?

"Toquem música típica de xaranga, pasdobles i cançons tradicionals, tot i que també toquem peces modernes, les quals arrangem, o també cançons per a tot tipus d'esdeveniments (carnaval, Nadal...)".

Màxim Poparcea



El dia 3 de març s'ha impartit una conferència al Casal d'Amposta pel Sr. Enric Queralt sobre "La importància de la lectura en els joves" dirigit als pares d'alumnes. Ens vam reunir més d'una cinquantena de persones que vam gaudir d'una presentació excel·lent i d'uns arguments que, sense cap mena de dubte, no van deixar ningú indiferent. Pel que fa al nostre conferenciant, la frase que resumeix millor la seva trajectòria professional la trobem en la contraportada del seu llibre *Llegir, més enllà de les lletres* (ser escolanet abans de ser canonge). Els darrers anys, els ha dedicat a la inspecció i a fer de formador i assessor dins l'Estratègia "impuls a la lectura" promoguda pel Departament d'Ensenyament.

La redacció



Xerrada

Importància de la **lectura** en els **joves**

A càrrec de:  
**Sr. Enric Queralt**  
Docent, formador i assessor en l'ensenyament i aprenentatge de llegir i escriure.

3 de març de 2015  
19.00 h,  
Casal d'Amposta.

## XERRADA DEL SR. ENRIC QUERALT

microdelta  
SISTEMES INFORMÀTICS S.L.

Aprofita els descomptes en consumibles i servei tècnic

carnet jove

www.microdelta.net

© Sebastià Juan Arbó, 25 - 43870 Amposta (TGNA)  
Tel. 977 702 779 - Fax 977 705 131 - microdelta@microdelta.net



# Parlem de salut: La figura de l'entrenador personal



Avui en dia la salut de les persones està en joc degut a l'estil de vida sedentari de la època actual. Els treballs sedentaris i l'ampli ventall de comoditats que ens brinda la tecnologia fa que moltes vegades ens preguntem, com puc millorar la meua salut? Com puc millorar estèticament? Com puc sentir-me millor? Com puc arribar al meu pes ideal? Com i que faig per començar a practicar activitat física? Com puc posar-me en forma? Com puc millorar el meu rendiment? Sense cap mena de dubte l'entrenador personal qualificat és la resposta definitiva a aquestes preguntes, ja que, serà la teua guia per tal d'aconseguir-ho sense risc.

Per què ha de ser qualificat? Perquè avui en dia tenim un problema amb aquesta professió, i és que tothom es creu capaç de prescriure activitat física sense tenir

*"El fracàs més gran és no haver-ho intentat"*

uns estudis corresponents, per tant, ens estem ficant el nostre cos en mans d'ignorants que no tenen en compte molts de factors imprescindibles per realitzar aquesta tasca, la qual cosa l'activitat física passa a ser de risc.

Doncs com detectem un bon entrenador personal?

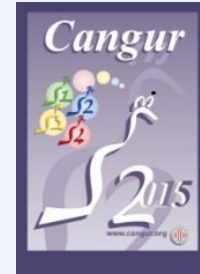
En primer lloc ha de tenir uns estudis amb ciències de l'activitat física i l'esport, combinat amb l'especialització d'alguna branca de l'esport. En segon lloc ha de ser un gran motivador. I finalment ha d'estar en constant formació i estar al cas de les últimes tendències.

Per tant, després de trobar l'entrenador personal estarem en mans d'una persona en la qual obtindrem aquests beneficis:

- Alta personalització i individualització del teu entrenament.
- Contacte personal i de confiança.
- Ens sentirem motivats per seguir endavant i no abandonar.
- Aconseguirem els nostres objectius.
- Afavorirà la constància del treball.
- Tindrem una alta flexibilitat d'horaris.
- Reduirem les probabilitats de tenir lesions.
- Menys risc a patir malalties.
- Assessorament, seguiment i feedback constant.
- Confiança amb nosaltres mateixos.
- Pautes nutritives específiques per als teus objectius.
- Ampli ventall d'espais per realitzar la practica.
- Et permetrà adquirir un hàbit saludable i autonomia a llarg termini.

**Joan Casanova Bertomeu**

Llicenciat en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport.  
Entrenador de futbol i especialista en preparació física.  
Està fent el màster de professorat de secundària i les pràctiques les està fent a l'Institut de Tecnificació



La prova *Cangur*, convocada per la Societat Catalana de Matemàtiques, i organitzada per les respectives comissions balear, valenciana i catalana és una activitat que es marca com a objectiu

estimular i motivar l'aprenentatge de les matemàtiques a través dels problemes. Consisteix en una prova que, amb caràcter general a les seus de Catalunya, se celebrà al nostre centre el dia 19 de març de 2015. A més, a part dels 34 alumnes del nostre centre, l'Institut de Tecnificació d'Amposta va acollir 47 alumnes més provinents d'altres centres de la comarca.

La prova consta de 30 reptes matemàtics, de dificultat creixent i de resposta tancada, amb cinc opcions per a cada problema. Els enunciat els prepara, en una reunió internacional, l'associació *Le Kangourou sans Frontières*, on Catalunya hi participa amb representació nacional pròpia i actualment ostenta, per elecció, un dels càrrecs de l'equip directiu de l'associació. Llavors els participants i les participants d'arreu d'Europa i d'altres països del món es plantegen els mateixos problemes i tenen un temps d'una hora i un quart per intentar resoldre'ls.



En el marc de *Le Kangourou sans Frontières* es duen a terme diverses convocatòries del concurs (per exemple en francès, en castellà, i en català, convocat per la SCM, en tres zones geogràfiques, seus de Catalunya, de Balears i del País Valencià). Al nostre centre els resultats han sigut prou bons, sobretot tenint en compte que era el primer any que hi participàvem i que els alumnes no hi anaven gens preparats. Tot i així, més de la meitat dels nostres alumnes estan per sobre de la mitja de Catalunya. En especial, els alumnes Marc Martí i Jordi Bel, tots dos de 4t ESO, han tingut uns resultats especialment destacats. De cara al proper any, esperem tenir més alumnes interessats a participar en aquesta activitat.

**Fem ΠΑΤΕΡΑΤΙΚΕΣ**

D'altra banda també hem participat en el **FEM MATEMÀTIQUES**, una activitat que té la finalitat de contribuir a desenvolupar la competència matemàtica en tot l'alumnat de sisè de Primària i primer cicle de l'ESO.

**Fredo Borràs**

# Parlem

## MASSA SAL ALS CAMPS D'ARRÒS

Els productors del delta de l'Ebre alerten que la inundació amb aigua de mar ha perjudicat alguns arrossars. La companyia de collita de l'arròs al delta de l'Ebre ja ha començat amb la sega de les varietats més primerenques, com ara l'arròs bomba i el llarg. El clima d'aquest estiu no ha afavorit el creixement de l'arròs amb les pluges dels darrers dies, està retardant una mica la sega. La pèrdua registrada en alguns camps que es van inundar amb aigua salada l'hivern passat per combatre la plaga del cargol po-



ma. El Departament d'Agricultura va negar amb aigua salada una superfície de 3.406 hectàrees del delta de l'Ebre. Hi ha arrossars amb un aspecte molt lleig, que han passat del color verd al negre. S'haurà d'analitzar quants dies es van netejar els camps amb aigua dolça després de la inundació amb aigua de mar.

Mireia España

## COTXE APPLE



El gegant de la tecnologia Apple planeja començar la producció del seu cotxe elèctric l'any 2020, segons van assegurar fonts familiaritzades amb el projecte a mitjans nord-americans.

La notícia de la qual es fa ressò el diari 'USA Today' i que va publicar originalment l'agència Bloomberg arriba després que el diari 'Wall Street Journal' revelés que Apple té a centenars d'empleats treballant en un cotxe elèctric. L'empresa no ha fet més comentaris sobre el projecte, que segons el 'Journal' s'ha batejat amb el nom de 'Titan'.

Companyies com Nissan s'han fixat també l'any 2020 per assolir ambiciosos projectes com la comercialització d'un vehicle autodirigit.

Sofia Robles

## Hem volgut tenir una que enguany es jubilen

**Quins canvis s'han produït des que vau començar?**

**CARME:** En tots aquests anys dedicada a l'ensenyament òbviament he viscut molts de canvis, però només faré un petit resum a tall d'exemple. Podia començar pels diferents plans d'estudi i l'arribada de l'ESO i la selectivitat. També recordo que els primers anys els llibres de text eren en castellà, encara que la classe la impartíem en català, utilitzàvem diapositives per veure imatges i el guix per a les pissarres. Els ordinadors es van anar introduint en les nostres vides a poc a poc, i van arribar a les aules fa pocs anys a l'igual que les pissarres digitals, els llibres digitals i els canons.

Les classes eren més nombroses i els alumnes arribaven a l'Institut amb 14 anys. L'alumnat era com el d'ara, perquè els adolescents sempre són iguals, tenen les mateixes inquietuds, somnis, dubtes, etc. I, igual que ara, n'hi havia de molt bons, de bons i de no tan bons. El professorat vam haver de reciclar-nos i preparar-nos per als molts canvis que s'anaven introduint, com per exemple assistir a classes de català o d'informàtica. Ens esforçàvem i treballàvem moltíssim per engrescar els alumnes, fer-los agradar la matèria i obtenir uns bons resultats, i tot això amb pocs recursos i materials, però amb unes grans dosis d'imaginació i motivació per tal de suplir les mancances i fer les classes com més atractives millor.

**TERESA:** Quan vaig començar les pissarres eren de guix, no hi havia ordinadors a les aules i de fet, segons en quina aula anaves, encara hi havia tarima. Ara, tenim la tecnologia al nostre abast i això es nota perquè ha facilitat força la nostra feina. Podem exposar en Powerpoint a la pissarra digital, podem cercar informació pel Google instantàniament a l'aula, es poden fer activitats per l'ordinador. Tot és molt diferent, ni millor, ni pitjor. Cada època té els seus avantatges i inconvenients. Pel que fa a l'alumnat, abans també tení-



**TONDA**  
JOIERIA. RELOTERIA

CORSINI 66. TF 977 70 07 52  
43870 AMPOSTA

Bar · Restaurant  
*L'Antic*

restaurant-antic@hotmail.com  
Av. de la Ràpita, 128  
Tel.: 977 70 55 19  
Mòbil: 625 63 37 01 - 625 63 37 02  
43870 AMPOSTA

ESTETICISTA  
**GHISLAINE**  
Amb tu des de 1983

Bolivia 47 baixos - AMPOSTA  
977 78 20 25 - 627 912 029

## FRUITES I VERDURES FRUBER

Carrer Amèrica núm 41

Telèfon: 977 704 353

# amb Carme i Teresa

**conversa amb Carme Grau i Teresa Ortiga, dues professores perquè ens parlen de la seua experiència com a docents.**

em les aules molt plenes. Recordo que hi havia anys que n'havia tingut 39, massa per poder fer les classes en condicions. Ara també són aules molt nombroses i pel que fa a l'alumnat, n'hi ha de tot tipus, de bons estudiants i de dolents com en totes les èpoques. Encara que la memòria és selectiva i sembla que tendim a recordar i embellir el passat.

**Com veieu l'ensenyament actual i en un futur pròxim?**

**CARME:** L'ensenyament actual el veig força bé. Ha millorat en molts aspectes, tenim grups més reduïts, podem fer una atenció més individualitzada a l'alumne. També tenim recursos i materials que faciliten l'aprenentatge de l'alumnat. Sóc conscient que la tecnologia ha de ser a les aules, però mai ha de substituir l'explicació del professorat. Les eines informàtiques han de ser un complement, un mitjà i no un fi, un recurs més. El professorat s'incorpora més tard al món del treball, però ho fa molt format i preparat, i cada vegada se'ls exigeix més. El futur el veig semblant a la situació actual però cada cop més informatitzat i digitalitzat, i això em preocupa en tant que l'alumne pugui perdre l'hàbit d'escriure i redactar correctament, o expressar-se amb un vocabulari ric. Em preocupa, però que quedi clar que sóc molt optimista, no em tanco al progrés ni als canvis. Estic convençuda que els resultats seran òptims.

**TERESA:** Crec que en l'actualitat l'alumnat té més possibilitats que fa trenta-cinc anys. La revolució tecnològica ha fet que el nostre dia a dia sigui totalment diferent. Cada vegada més el professorat arriba als instituts amb més preparació. N'hi ha que ja han fet algun Erasmus, tenen el doctorat o si més no han fet o fan una sèrie de màsters. També saben més idiomes perquè són necessaris per impartir classes. El que veig més malament és que cada vegada més s'han incrementat les hores lectives, les de guàrdia i altres en general.



Tothom sap que això ha estat per les retallades i aquí hem rebut tots. Espero que en un futur es vagi millorant, no ho sé.

Pel que fa als alumnes, malgrat aquestes reduccions i retallades, no es poden queixar perquè tenen de tot!

**Què us fa il·lusió de fer ara que no has pogut fer per manca de temps?**

**CARME:** No faig plans. El dia a dia em marcaré el camí o em dirà què puc fer. Viure!

El que sí que tinc clar és que tindrè més temps per a mi i els meus, la família i els amics.

També disposaré de temps per fer esport i llegir, o poder viatjar fora de les aglomeracions de l'estiu, etc.

Tenir llibertat d'horari, no tenir un horari marcat, per a mi això és molt important.

**TERESA:** Tindrè temps per a poder viatjar i no tindrè excusa. Algunes temporades aniré a Saragossa, al poble del meu home i faré vida de poble. Penso que m'agradarà fer alguna activitat de tipus manual (cosir, fer confitures i conserves, etc.) i també dedicar-me més a fer exercici físic. I sobretot voldria no tenir la tensió diària de complir un programa, els exàmens, les reunions... M'agradaria que tots els dies fossin iguals, no matinar

com ara, ni diumenge, ni dilluns.

**Com heu viscut l'últim any?**

**CARME:** Aquest curs més o menys l'he viscut com els anteriors perquè he seguit l'horari de classes, he impartit les matèries com sempre i he preparat els meus alumnes per a la selectivitat. Tot amb la mateixa il·lusió i dedicació.

El que sí que he notat és que hi ha hagut moments una mica durs o tristos, per exemple quan acabava una unitat del temari, em feia la sensació que tancava una carpeta definitivament, sentia que no hi havia la possibilitat de corregir errors o buscar més material d'ampliació o millorar l'explicació per al curs vinent. Aquest anar tancant carpetes, ha estat com anar tancant etapes i és potser el que més m'ha costat.

**TERESA:** M'ha passat volant! L'últim any l'he viscut amb una mica d'incertesa. En un principi no tenia gaire clar això de jubilació voluntària, però per l'altra part, pensava que l'edat ja la tenia i els anys cotitzats també, per tant seria ajornar un fet ineludible. Tothom ens hem de jubilar en un moment o un altre. Hem de ser conscients que s'han de tancar portes i, si pot ser, obrir-ne d'altres i fer el no hem pogut realitzar fins ara, perquè estàvem treballant.

## El nen abandonat

El nen és orfe, o si més no, sembla que no tingui pares. Sempre va sol pels carrers de la ciutat. Crida l'atenció perquè va acompanyat per un ramat de gossos, que igual com ell, també són orfes, ja que no tenen cap amo. El nen és ros amb els cabells embullats perquè ningú li passa la pinta. Aparenta tenir més o menys uns quatre anys. De fet, no ho sabem perquè no està inscrit en cap registre.

Els dies que fa molt de fred els gossos l'envolten tot fent rogle i li serveixen d'abrigall. És curiós que el nen no es vegi mal alimentat i és perquè va als restaurants que hi ha a la ciutat i els treballadors li donen les sobres del menjar que han de fer cap al contenidor. Els gossos el protegeixen i l'estimen perquè el nen també els dóna el menjar que a ell li donen els dels restaurants. Sovint, a les nits fredes es veu el nen tot envoltat pels gossos. Ningú pensaria d'acostars'hi perquè els gossos el defensarien i atacarien el possible agressor.

Això ha esdevingut una llegenda perquè el noi va envoltat de més de tres-cents gossos i s'ha establert com un lideratge per part del nen. Se'l veu tot sol amb el seu seguici, que no és altre que els gossos.

Finalment aquest fet ha arribat a les autoritats i han socorregut el nen. L'han dut a l'hospital i han vist que malgrat anar brut, el nen està en immillorables condicions de salut, tot gràcies al menjar que rep dels restaurants...Una família l'ha adoptat i ha rebut tota l'ajuda que ha calgut.

Finalment aquest nen, que ara ja és gran ha pogut estudiar i és com un qualsevol altre. Tot això m'ho han contat que va passar de veritat a una ciutat europea, concretament a Moscou.

Teresa Ortiga

## El gust per la lectura: La novel·la negra



Fa un grapat d'anys a ningú se li hagués acudit que aquest tipus de gènere hagués assolit tantes fites i hagués generat tants de lectors, però en moments de crisi, la humanitat cerca altres camins per fugir de la realitat i aquest n'és un. Per això triomfa la novel·la negra, perquè aquesta realitat que ens ofega, no ens agrada i com no volem veure el que està passant cerquem altres vies per evadir-nos i, vet aquí perquè funciona tan bé aquest gènere.

Volem llegir obres d'Assa Larsson, Lars Kepler i d'altres autors de novel·les situades en països nòrdics, amb molt de fred i móns tancats... Aquestes descripcions de paisatges nòrdics, assassinats, misteris... funcionen molt bé en el nostre imaginari, perquè ho trobem molt allunyat i no ens impliquem. Tot aquest món ple de neu, fred glacial i assassinats no forma part de la nostra realitat quotidiana i per això ens serveix d'evasió i

ens sentim segurs.

Voldria recalcar també que si som coneixedors de tot aquest gènere, últimament sonen escriptores del nostre entorn com ara Rosa Ribas, autora de *El gran frío* i *Don de lenguas*; Dolores Redondo, autora de la cèlebre *Trilogia del Baztán* (*El guardián invisible*, *Legado en los huesos* i *Ofrenda a la tormenta*) i també, malgrat una mica més allunyada, l'escriptora francesa Fred Vargas, que escriu amb un pseudònim.

Totes aquestes escriptores tenen com a teló de fons un món més proper: Barcelona, el País Basc, i en el cas d'aquesta darrera escriptora, Fred Vargas ha inventat un comissari de Bearn, dels Pirineus francesos, bastant vulgar i una mica desastre amb un nom força estrany Adamsberg, a qui li passen els fets més increïbles.

Tampoc voldria oblidar un altre escriptor espanyol, Lorenzo Silva, autor de *La marca del meridiano*, premi Planeta 2012. Aquest escriptor ha inventat dos investigadors Vila (de Bevilacqua), d'origen argentí i Virgínia Chamorro que són guàrdia civils. En aquesta obra han d'investigar el crim d'un antic conegut de Vila, el subintinent Robles, personatge molt estimat per ell, perquè és de qui ho va aprendre tot quan va començar de guàrdia civil. Aquest antic company ha estat trobat penjat dalt d'un pont, després d'haver estat mort i torturat. Sorgeixen tot una sèrie de dilemes morals sobre el passat d'aquest subintinent i no tot està bé. La línia del bé i del mal se superposen...El recorregut geogràfic és de la Rioja a Cantàbria, fins arribar a Barcelona on havia viscut i treballat durant molt de temps Bevilacqua. De refilada es toca el tema català i ens dóna una altre punt de vista del que ens tenen acostumats.

Teresa Ortiga

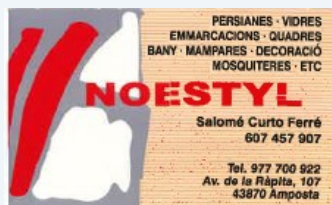
## LA VEÏNA DE DALT

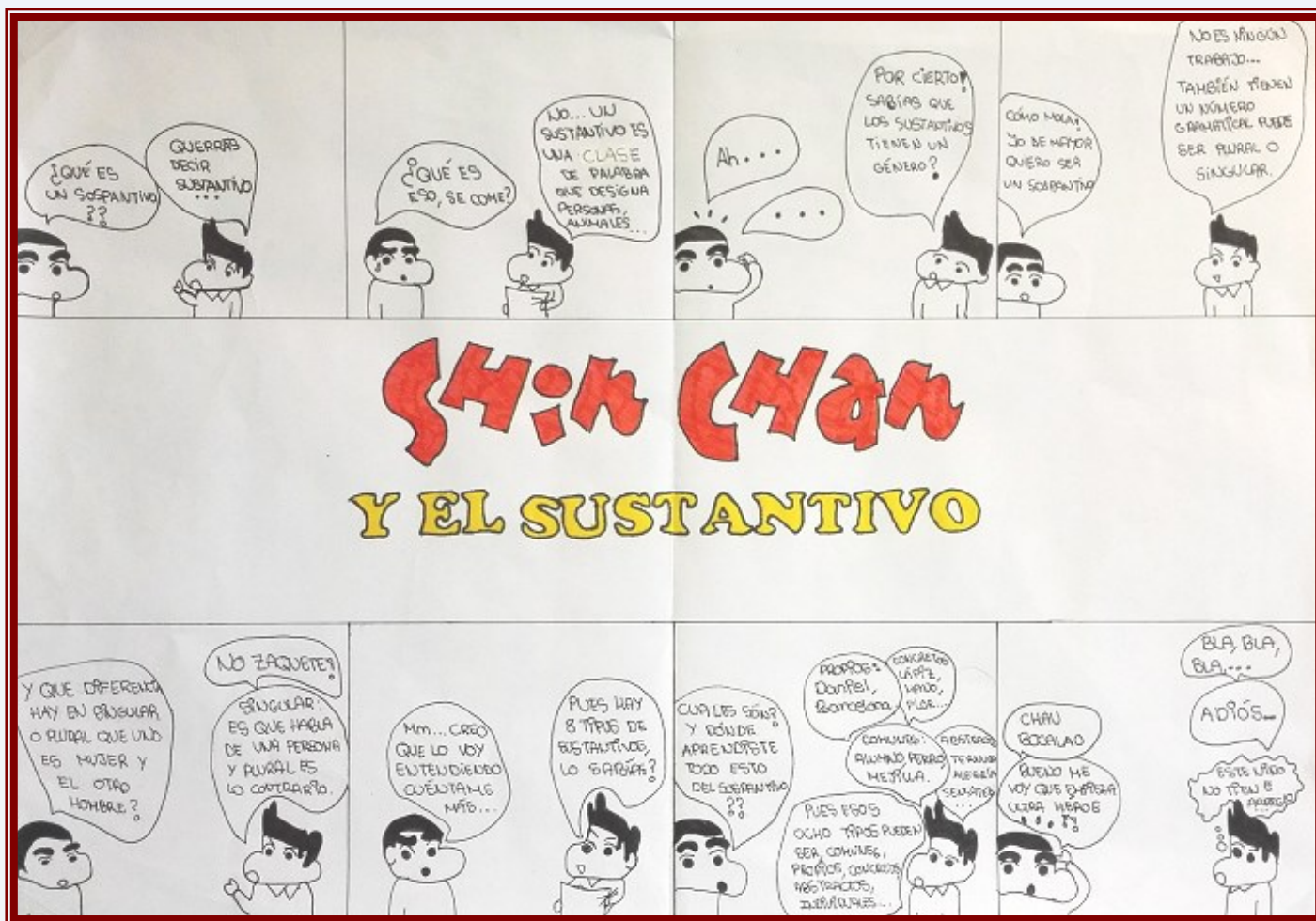
Un dia com qualsevol la meva mare em va obligar a baixar les escombraries, així que vaig baixar a l'última planta i vaig obrir la porta del contenidor. Em vaig emportar una sorpresa quan vaig veure la veïna de dalt. Aquesta noia que feia soroll sempre que podia i als meus pares els tenia com bojos perquè no els deixava dormir en pau. A mi, en canvi no m'importava tant perquè sincerament aquest "soroll" era el mateix que jo escoltava totes les tardes "The Used" el meu grup de música preferida, era casualment el que ella escoltava. La diferència és que jo era més discret i no ho posava a tot volum. Els meus pares em matarien si ho fes.

Aquesta acabava de deixar les escombraries quan es va donar la volta i em va mirar. Jo mai havia tingut l'oportunitat de parlar amb ella i jo era molt tímid, així que sense saludar-la, li vaig tornar la mirada i vaig seguir caminant per deixar les escombraries al contenidor.

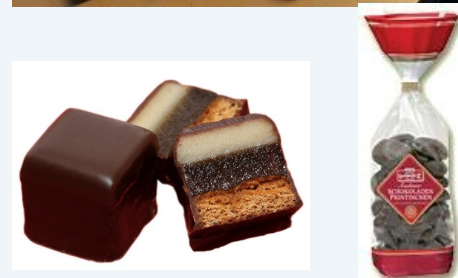
Mentre caminava em vaig adonar que la noia em seguia mirant, i de sobte em va cridar pel meu nom. Quan em vaig girar per veure la seva cara, ella em va fer l'ullet i somrient em preguntà si tenia hora. Com sabia ella que jo existia? I pitjor encara, com podia saber el meu nom?

Angélica Noboa, 3r A





Judith Ramos, Moazzama Khan, Pau Franch i Janet Campos, 3r B



## LES POSTRES ALEMANYES

El passat dimarts 13 de gener, l'alumnat d'alemany va poder degustar unes postres natalenques típiques d'Alemanya.

Vam poder tastar *DOMINOSTEINE*, uns bombons fets d'una base de pa de gingebre coberta amb gelatina de cirera i una capa de massapà. Les peces estan banyades en xocolata. Un altre tipus de pastís era el *EDEL MARZIPAN STOLLEN*, que conté fruita confitada, nous, pinyons i altres fruits. S'acostuma a omplir amb massapà i es cobreix amb sucre glacé. També vam provar unes galetes de canyella amb forma d'estrella, recobertes d'una glaça blanca, que s'anomenen *ZIMTSTERNE*. Finalment els *SCHOKOLADEN PRIN-TINCHEN*, unes galetes fetes de pa de gingebre amb espècies i recobertes de xocolata negra.

Judit Calduch, Estel Pascua i Gemma Castillo, 3r A





L'equip Cadet femení del Handbol Amposta, classificades per al Top 4 i com a primeres de grup.



Yaiza Ferré, or i Andrea Gutiérrez, bronze, en els Campionats de Catalunya de Taekwondo.



Yeray Gil i Gerard Gonell, medalla de bronze ex aequo, Lliga catalana absoluta d'esgrima.



Omar Forcadell, alumne de CAFEMN, campió júnior dels Jocs Escolars de patinatge de velocitat.



Albert Roglan, campió de Catalunya júnior en la modalitat de dobles masculins.



Paula Vidal i Carla Vilaplana, de 1r d'esgrima, or d'esgrima per equips, Campionat de Catalunya.



Gerard Gonell, bronze als campionats del Mediterrani d'esgrima, celebrats a Guadalajara.



Anna Turón, bronze al Concurs Nacional de Dansa

El passat dia 28 i 29 de març es va celebrar a Mollerussa, el desè aniversari del "Concurso Nacional de Danza Anaprode 2015", on es van presentar diversos alumnes de l'Escola de Dansa Jacqueline Biosca, entre elles **Anna Turón**, alumna de l'Institut de Tecnificació, dins la categoria de "Superior", que és a partir de 15 anys, es va classificar en el tercer lloc, obtenint la medalla de bronze.

El jurat estava format per noms de gran prestigi com son William Castro (primer ballarí de la *Escuela de Ballet de la Habana*), Esther Aumatell, ballarina i coreògrafa de diverses companyies europees, i Teresa Cañanda, professora del Conservatori de Riba-roja, entre d'altres. Per una altra banda, també l'hem de felicitar pel bon resultat obtingut en els exàmens de la *Royal Academy of Dance* de Londres en el *Grade 8* i donar-li suport per a la propera convocatòria on es presentarà dins la categoria de *Major*, que se celebrarà aquí a Amposta el proper 3 de juny.



Àlex Gonell, Or M15 Catalunya



Gerard Gonell, 3r E; Yeray Gil, 1r Bat E; Carlos Tercero, 4t E, or equips i or, plata i bronze respectivament en individuals Catalunya M17



Michelle López, plata Catalunya M17



El passat dissabte 4 d'abril, alguns dels remers del centre de Tecnificació Esportiva juntament amb diferents clubs d'altres indrets, van ser rebuts a l'ajuntament d'Orio (País Basc), on es va disputar la XVI Regata Internacional d'Orio. Els nois van lluitar per un sisè lloc amb un vuit amb timoner format per Andreu Elias i Albert Barrera entre d'altres remers i les noies van conquerir la txapela (màxima distinció del certamen) amb una quatre skull format per Victòria Cid i Iris Castell amb dos ex-alumnes més del centre l'Aida Bonfill i l'Aina Mateo.



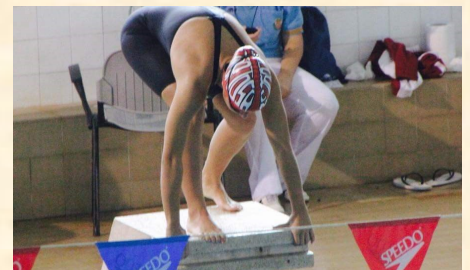
Júlia Calduch a l'equip nacional espanyol júnior de handbol. Torneig de les quatre nacions a Portugal.



Carla i Marta Munté, campiones d'Espanya absolutes del vaixell 29er i campiones del món. Premi als millors esportistes ebrencs.



Cinta Valero, semifinalista al Campionat d'Espanya de pista coberta.



Laia Castell, primera al Campionat de natació a Tarragona.



Les nostres xiques de rem guardonades als premis esportius de les Terres del Ebre per la medalla d'or dels campionats d'Espanya.



Paula Curto, amb el barça femení de bàsquet. 2nes de Catalunya



## DROGUES: Una història real

Fa uns dies, Lucia, la vostra directora em va comentar si voldria escriure un article relacionat amb les drogues.

La veritat és que vaig començar a redactar un article molt acadèmic i, sincerament, un tant ensopit, explicant els efectes de les diferents drogues, ple -com no- de termes mèdics i altres tecnicismes.

Al segon foli vaig decidir estripar-lo i explicar-vos una història real de la qual crec que us agradarà més saber-ne el

final.

Matinada del divendres, ens avisa el SEM (Sistema Emergències Mèdiques) que en 15 minuts arribarà una ambulància que porta una noia d'aproximadament de 14 o 15 anys, inconscient. Ha avisat la policia local que estava al terra, a prop d'una zona d'oci coneguda d'un poble de les Terres de l'Ebre.

Realment la noia està greu, té la tensió arterial pel terra i el Glasgow (que és una escala que utilitzem els metges per mesurar el nivell de consciència) és baix. Respira amb dificultat. Potser acabo intubant-la i connectant-la a una màquina que l'ajudi a respirar... Esperaré uns minuts a veure si el tractament instaurat fa efecte. Cal ficar-li dos vies per poder infondre sèrum i medicació per estabilitzar la tensió.

Procedim a ficar-li una sonda nasogàstrica que, com el seu nom indica, va des del nas fins l'estómac i fem rentats. Surten restes del que pressuposem pastilles i líquids abundants amb fetor alcohòlic.

També ens cal ficar-li una sonda vesical i llavors apreciem que hi ha lesions als genitals que ens fan sospitar que molt probablement l'han agredida sexualment.

Quin enrenou! Cal avisar el jutge i el forense. Quan la noia comenci a recuperar el nivell de consciència caldrà fer-li un examen conjuntament amb el ginecòleg.

Comencen a arribar els resultats analítics i tal com ja heu pensat té una alcoholèmia en sang de quasi 3gr/L (la llei no permet conduir vehicles si la taxa d'alcoholèmia supera 0.25mg/L d'aire espirat -quan ens fan bufar- o 0,5 gr/L en sang) i surten tòxics en orina positius a amfetamines i LSD (que són alguns dels components que porten les drogues de disseny).

A tot això, és una menor, per tant truco als pares, els quals sobresaltats i atemorits perquè no saben exactament què ha passat vénen tan ràpidament com poden. Al cap d'unes hores van passant els efectes de l'alcohol i de les drogues i la nostra amiga va recuperant-se. No recorda absolutament res del que ha passat. Té un mal de cap horrorós. El forense i el jutge li expliquen el que ha passat i per què l'han d'explorar i prendre mostres conjuntament amb el ginecòleg. Incredula, no entén res, ella va sortir amb la seva colla a celebrar un *cumple* o qualsevol altre fet que vosaltres vulgueu celebrar.

Es confirma que ha estat agredida sexualment. El forense prendrà mostres per analitzar l'ADN del semen i ens caldrà donar-li profilaxi per evitar un embaràs no desitjat i també altres mesures per evitar un contagi de malalties de transmissió sexual, incloent l'HIV (virus de la SIDA) i l'hepatitis B.

Els pares, posen una denúncia als mossos i la nostra amiga no sap com mirar els seus companys. No sap qui la va animar a beure o qui li va oferir provar una "pastilleta". No passa res!! Aguantaràs tota la nit de marxa!! No sap quin dels seus amics, potser tan col·locat com ella, la va violar.

Sé que pensareu que és inventat però no, és una història real. Una de tantes. Atureu-vos i penseu en profunditat. Segur que la nostra amiga també pensava que a ella això no li passaria mai. Quin preu més alt ha pagat però no tan sols ella, els seus pares i també els seus amics, amb qui probablement ja no confiarà mai més.

Heu de saber que existeix molt poca informació sobre dosis, efectes secundaris i marge de seguretat de moltes d'estes noves drogues. L'Institut Nacional de Toxicologia té detectades més de 350 substàncies que componen les diferents "pastilles" i els metges no sabem la composició exacta de cada una d'elles, pel que és més difícil contrarestar els seus efectes. N'hi ha moltes que tenen Ketamina, que és utilitzat a altres dosis en anestèsia, èxtasi o altres hipnòtics i tots mesclats a parts desconegudes pel que els seus efectes molts cops són imprevisibles i poden arribar a produir la mort.

Sols espero que aquesta història us faci reflexionar i pensar si val la pena.

Maria José Rallo

## LA PERJILLOSA MODA DE LES CAMES SEPARADES



El *Thigh Gap* o buit entre les cames està entre els desitjos més grans de moltes joves de diversos llocs del món. Tot

perquè volen lluir com les supermodels o la mateixa nina *Barbie*, amb les seues cames llargues, ultra primes i amb poc o gens de múscul.

Per solucionar-ho, moltes joves recorren als serveis de cirurgians estètics, que mitjançant la tècnica de liposucció a la cara interna de la cuixa, eliminen aquest greix que tant els molesta.

Els nutricionistes adverteixen que aquesta qualitat de les cames tan primes és característica de joves que estan a la vora d'un trastorn alimentari.

El furor de les cames que mai es toquen arriba també als gimnasos. Alguns entrenadors comenten que algunes noies no volen fer entrenament amb càrrega per a les cames, per por de desenvolupar múscul i perdre aquesta bretxa que tant d'esforç els va costar aconseguir, a costa de dejunis i de passar gana. Res més lluny de la realitat, segons expliquen els experts en musculació ja que, perquè una dona desenvolupi musculatura potent, cal que entreni molt dur i que aixequi molt de pes.

Les xarxes socials, per la seua part, trauen fum publicant fotos de les felices posseïdores del *Thigh Gap*, com ara la model Cara Delevingne, que amb les seves mesures 79-61-86 passa ser el paradigma d'algunes joves.

Per a qui vulgui lluir unes cames primes, fermes i harmonioses, la recepta que no posa en perill la salut és coneguda: dieta sana, exercici, aigua, força activitat aeròbica, i comprendre que som humans i no nines.

**Mariam, Siham i Joana, 3r B**

**Carns**  
**LA FONT**

977 70 18 56

**Autoservei d'Impressió Digital**

Papereria  
Llibres  
Tintes  
Regals  
Mobles  
etc..

*Ràpides & Solé*

Av. del músic Joan Sureda 14 - 18  
Davant Instituts - 43870 Ampostà



**AC/DC****Actua a Barcelona!**

El grup de "AC/DC" actuarà a Barcelona presentant el seu nou disc "ROCK or BUST" a Barcelona, a l'Estadi Olímpic Lluís Companys el 29 de maig. En el mateix mes, al 31 actuaran a Madrid. Les entrades ja han sortit a la venda ja fa temps i en queden poques. En la meua opinió, el preu de les entrades ha estat molt elevat. Nosaltres els joves no treballem i no podem guanyar diners, així que els diners ens els han de donar els pares. Les primeres entrades han estat entre 80-180 €, i ara mateix n'hi ha de 200 € cap amunt. També hauríem de tenir en compte les despeses d'anada i l'estada, perquè haurem de gastar en menjar o altres coses sí o sí.

**Dacian Mihai Todinca 3r A**

# Intercicles atletisme

Alumnes de primer d'AAFE al XIII Intercicles d'Atletisme. De 10 participants vàrem quedar els nou classificats. En funció de les marques aconseguides s'obtenia una pun-

tuació, i sumant totes aquestes puntuacions s'obtenia la classificació de l'equip. El nostre centre era l'encarregat de fer de jutges al salt de llargada.



## Economia i canvi climàtic



Segons l'assagista Naomi Klein encara som a temps d'aturar l'escalfament global, però només serà possible si canviem radicalment el nostre sistema capitalista. En una entrevista al *Der Spiegel*, ens explica per què ha arribat el moment de deixar de fer petits passos cap a un enfocament radicalment nou.

La publicació pregunta Naomi per què no som capaços de frenar el canvi climàtic i Naomi li respon que és perquè ens trobem en un mal moment i que hi ha massa coincidències lamentables, és el pitjor moment possible. La connexió entre els gasos d'efecte hivernacle i l'escalfament global ha estat el principal problema polític...

**Si no canviem la forma de viure no hi ha solució possible.**

**La redacció**

**LLIBRERIA PAPERERIA ALBA**  
 M<sup>a</sup> Luz Lletí Martí  
 Tel. 977 70 64 14  
 Fax. 977 70 38 32  
 C/ Miquel Granell, 6 Amposta  
 43870 - Tarragona  
 albalibreria@totusai.com

Premsa, revistes, llibres, material escolar i  
 d'oficina, material per a manuals, servei de fotocòpies, impressió amb USB

## two reviews

### Catching fire



"Catching fire" is the second volume of the trilogy of *Hunger Games*. It is written by Suzanne Collins and it was published in 2009. It became very famous. Hollywood made a film based on it.

The *Hunger Games* is a race which some people participate in and at the end only one person survives.

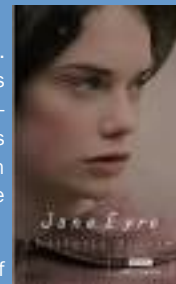
It explains the story of Katniss Everdeen and Peeta Melark. They both participate again at the *Hunger Games* because this year is going to be different. They are going to make new friends and they will fight their real enemy.

I really like it because I love adventures stories and I like Katniss's personality. This story makes you feel like the main character and if you like science fiction stories, you'll enjoy reading it.

I recommend you to read the book before seeing the film because it is better than the film. So in my opinion it's the best book I've read in my life.

**Ashley Rillo**

### Jane Eyre



*Jane Eyre* is a superb book. It was written by the famous English writer Charlotte Brontë. It's her most famous book. It was published in 1836 and it is set in the 19th century in England.

The book tells the story of an orphan called Jane Eyre. The main characters are Jane, Rochester and a priest. The story starts when Jane begins working as a governess in Thornfield. She falls in love with her boss, Rochester. When she finishes her work, he offers her a new job in Ireland, but she can't stand it any more and tells him her feelings. They decide to marry but during the wedding people say that Rochester is already married and Jane leaves the church. A priest takes her in. After a few months he asks her to marry him but she refuses and returns to Thornfield, where she meets Rochester again. They get married and have a son.

In conclusion, I would recommend this book. I liked it because it has a happy ending and a moving story line. If you like romantic novels as Noah's diary, then you will love it.

**Marc Martí**



Everybody was looking forward to the English Karaoke Contest which took place the 24th of March, at the end of second term. Students could participate in groups of maximum 6 people and there were finally 19 shows, including three of some teachers.

The first to perform were a group of girls of 1st of ESO, who shameless opened the show which ended with students of second Batxillerat.

The jury graded the English pronunciation, tuning and staging of the participants. It's worth to highlight the well-designed choreographies from the youngest groups as well as the Spice Girls' "Wannabe" by 4th ESO and the *Grease* film dance performed by students of 2nd Batxillerat. It was a great party where everybody sang and enjoyed.



This year in the High School, there is a very stimulating project called E-Twinning.

This project is very educational because we do a lot of interesting activities.

The e-Twinning consists of some students from four different countries Greece, Croatia, Italy and Spain who virtually meet and talk. Everybody speaks English and we learn a lot. We communicate by email, PowerPoint or videoconference all in the Twinspace.

First, in groups of five, we do a video presentation explaining our homeland and personal descriptions too. Second, we watch the videos and make a written essay of the main comments. In the third session, we are divided in groups, and each

group is given a topic (nature, art, traditions). Then we send emails to the students from the other countries who have chosen the same topic.

There are more activities prepared, all of them with the objective to improve our English level, to communicate with people abroad, and to get to know people and other traditions.

I am very excited about this project because I love meeting new people and I think that this is a good way to learn.

Núria Martí

## STEPS TO HAVE A BETTER DAY

**1.** Wake up with a different song every day. If you do it, you'll never get tired of any song. Have an energetic breakfast and a warm shower to open your eyes. If it doesn't work, you only have to wake up 10 minutes earlier.

**2.** Put on your favourite clothes. Go to school listening to flaixFM and dance as if you were crazy. When you go into class say a happy "good morning" with a smile on your face. Forget it, say it to anybody who's on your way.

**3.** Give the best of you in each class because you can and if you're getting bored or not paying attention, hit yourself gently with your open hand. All the time think that the things that happen to you are because of some reason even though they are bad.

**4.** Practise exercise as if there weren't any goals in your life and never give up. Take care of your friends and give them surprises and kisses. If you aren't happy yet, go for a walk and look at the little things which you have never seen from your country.

**5.** Think about what you would like to eat, and if you can't eat now, only write it on your wish list. Oh, after having lunch, revise your wish list and find time to make one of the wishes come true and if you can two of them.

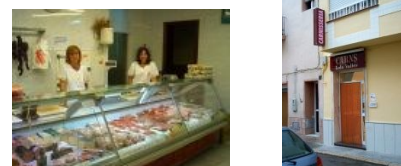
**6.** If you are going home, listen to music again and at home relax completely. If you don't feel good, star crying until you feel better again. Then dry your face and clean it.

**7.** Play with your pet, he needs you more than you imagine and help your parents in the evening. If you have to do your homework you only have to think "when the course finishes I will be free, I have to make an effort".

**8.** Before falling asleep revise your wish list again and then think about all your day. Write down new goals for the next day and close your eyes imagining what are you going to dream about. Tell yourself "Good morning", and smile again.

Ashley Rillo, 4t E

### CARNISSERIA Pili i Mati Dolz



Telèfon: 977 700 675

## Dia internacional de les llengües maternes



Com alguns ja recordareu, el dia 21 de febrer celebrem el **Dia Internacional de la Llengua Materna**. Encara que aquest any va caure en dissabte, vam voler celebrar-ho igualment. Vam organitzar a la biblioteca del nostre centre un seguit d'actes que es van fer a les hores de pati, entre el dia 17 i el 20.

Alguns alumnes del centre van fer de "profes" de la seua llengua materna, presentant-nos el seu país, com és l'alfabet i algunes curiositats i frases perquè en sapiguem un poquet més.

Els alumnes van ser: Muhammad Bilal i Zain Abedeen, Urdú, Mykola Budz, Ucraïnès, Dacian Todinca, Vladut Codreanu i Alexandra Rosca, romanès i Nadia el Habchi, àrab.

L'experiència va ser molt profitosa ens ajudaran a enriquir el nostre coneixement sobre aquestes llengües.

Anna Bel (bibliotecària del centre)



**galerías España**  
MOBLES, ROBA LLAR, MODA, LLENCERIA

Au. de la Ràpita, 5 - Tel. 977 70 19 33  
C. Jaume I, 41-45 - Tel. 977 70 18 62  
Fax 977 70 80 82 e-mail: info@galeriaspa.es 43870 AMPOSTA

**art89**  
LLIBRERIA REGALS MANUALITATS

Avda. de la Ràpita, 157 Baixos. 43870 Ampostà (Tarragona)  
Tel.: Fax: 977 705 445

## SERVEI COMUNITARI

El Servei Comunitari és un projecte que té l'objectiu de garantir que els estudiants, al llarg de la seva trajectòria escolar aprenguin en l'exercici actiu de la ciutadania, i posin en pràctica els seus coneixements i capacitats al servei de la comunitat. És una eina de transmissió de valors.

El projecte, realitzat amb alumnat de 4t d'ESO, complementa la tasca docent en l'assoliment de la **Competència Social i Ciutadana**, requerida pel currículum de secundària. Aquesta competència fa possible comprendre la realitat social en què vivim, cooperar i conèixer en una societat plural, així com comprometre's a la seua millora, exercir responsabilitats i deures cívics. Educar és també fer alumnat capaç de comprometre's amb la seua societat, i aquest és un deure que tenim amb tot l'alumnat.



L'alumnat de 4t d'ESO es forma actuant sobre necessitats reals del seu entorn amb l'objectiu de millorar-lo, alhora que ofereix un servei, aprèn a ser ciutadà i a desenvolupar el compromís cívic.

El Servei Comunitari comprèn una part d'aprenentatge d'unes 10 hores que es realitza dins l'horari escolar i un servei actiu a la comunitat que es duu terme fora d'aquest horari, amb una durada mínima de 10 hores més, i d'acord amb les necessitats de l'entitat amb què es col·labora.

Diverses entitats d'Ampostà col·laboren amb el nostre Institut per fer possible el projecte: la Creu Roja, amb què es realitzen 3 projectes: acompanyament a la gent gran, reforç de la lectura i saló de la infància; Caritas Diocesana per ajudar-los en la recollida i repartiment d'aliments i la Biblioteca Comarcal en el projecte "La Biblioteca al teu Costat", que pretén millorar les mancances d'alumnes de primària ja sigui tant amb el reforç escolar com també mitjançant el joc.

Cèlia Albiol

## UNA ETAPA IMBORRABLE DE NUESTRAS MEMORIAS



Pensar que dentro de dos semanas ya habremos acabado segundo de bachillerato y que en un mes estaremos metidos de cabeza en selectividad hace que me tiemble el cuerpo entero. Ciertamente, hemos dejado atrás muchos exámenes y el pesadísimo 'Trellab de Recerca', pero la presión que tendremos esos días de junio nos va a acabar matando.

Estando ya a finales de curso, no puedo dejar de pensar en todo lo que me ha llevado a estar donde estoy ahora. La rutina de estos últimos tres años ha sido realmente dura: levantarse a las 6, coger el autobús a la 7, sentir el frío yendo de la parada al instituto, el cansancio del entrenamiento diario, las clases, los exámenes, no volver a casa hasta las 7 de la tarde y que ya sea de noche... El hecho de ser de Tortosa ha dificultado mis ocho horas de sueño diarias que dormía antes y, consecuentemente, mi rendimiento en clase y en el entrenamiento. Pero llegué al Instituto de Tecnificación con un objetivo, mejorar mi rendimiento deportivo básicamente, y eso no es tarea fácil. Fue duro adaptarse, conocer nueva gente, nuevos horarios, nuevos métodos de aprendizaje y de entrenamiento y todo lo que conlleva un cambio de instituto. Aun así, poco a poco la rutina pasó a ser la forma de vida que me mantenía viva y que, aunque ha ido siendo más pesada con los años, nunca me ha llevado a abandonar.

Tampoco puedo evitar pensar en el futuro, ese incierto momento al que tendremos que enfrentarnos todos algún día. ¿Qué voy a estudiar? ¿Tendré nota para entrar? ¿Cambiaré de ciudad? ¿Viviré en un piso o en una residencia? ¿Seré capaz de independizarme? Aunque debemos concentrarnos en los últimos exámenes y la maldita selectividad, estas grandes preguntas no paran de pasear por la mente de todos. Deseo pasar este período en que debo tomar las decisiones más importantes de mi vida y pasar directamente a vivir el momento en que estoy viviendo ya fuera de casa, estudiando aquello que me gusta y quedando con mis amigos sin tener que dar explicaciones a nadie. Lamentablemente, nos espera un duro y largo sprint final.

A pesar de todo, en este instituto he vivido experiencias y he conocido personas que no cambiaría por nada del mundo. Personas que se han convertido en amigos, e incluso en familia. Deportistas que seguimos un mismo objetivo, la superación, con quienes he tenido el placer de compartir el día a día. Solo me queda darles las gracias por este largo camino a su lado y admitir, muy a mi pesar, que una tortosina se ha sentido como en casa en Ampostà.

Cinta Valero, 2n E de Batxillerat



¿Quién nos iba a decir a nosotros que algún día seríamos los que estuviéramos despidiéndonos de este instituto?

Aún recuerdo el primer día que empecé una nueva etapa de mi vida: la secundaria. Por aquel entonces, nuestro instituto, tal y como lo conocemos, no existía. Estudiábamos en el Instituto Montsià, justo al lado del centro donde estudiamos ahora. Ese día estaba muy nerviosa, recuerdo a la perfección la ropa que llevaba puesta y el sitio donde me senté en la primera clase. Todo era nuevo para mí: las clases, el horario, los profesores, los compañeros, el centro, las asignaturas...

No tardé muchas semanas en acostumbrarme a ese nuevo entorno. Fueron pasando los días, las semanas, los meses, llegaron los exámenes, las notas... Al cabo de tres años, cuando terminé 3º de ESO, nos dijeron que el año siguiente lo íbamos a cursar en ese edificio de enfrente, ése que habíamos estado observando durante tantos meses a través de las ventanas del Montsià. Por una parte, me hacía mucha pena dejar atrás todo lo que habíamos vivido en nuestro antiguo instituto, pero, por otra parte, tenía una gran ilusión por ser una de las primeras en estrenar el nuevo centro. Al principio nos costó habituarnos a él, ya que estaba recién construido, no conocíamos las aulas, el suelo resbalaba muchísimo...

Cuando nos quisimos dar cuenta, el curso había finalizado y con él, una gran etapa de nuestra adolescencia. Habíamos terminado 4º de ESO, lo cual suponía que todos íbamos a escoger caminos muy distintos: algunos volvieron al Montsià para cursar algún ciclo, otros empezaron a trabajar y los últimos, nosotros, seguimos en el instituto para hacer Bachillerato. Dejamos a mucha gente atrás, nuestros caminos se bifurcaron, pero todavía mantenemos algunas amistades con toda esa gente que nos acompañó.

A día de hoy, todavía seguimos algunos de los que empezamos hace seis años, pero, además, han venido muchos compañeros que nos han permitido seguir con esta etapa de dos años, el Bachillerato. Aquí hemos vivido muchas cosas que nos han marcado la adolescencia, y que, por supuesto, siempre dejarán huella en nuestra vida: alegrías, llantos, risas, desesperación, primeros amores, nuevas amistades, etc.

Y aquí estamos, diciendo adiós al instituto en el que nos hemos formado, a los profesores que nos han visto crecer, a todas esas experiencias que nos han acompañado a lo largo de estos seis años y que, por supuesto, nunca vamos a olvidar.

Irene Espuny, 2n A de Batxillerat

# VIATGE A SAGUNT



Dijous 21 d'abril de 2015. Avui és l'aniversari de la fundació de Roma. A l'institut hem planificat una jornada cultural al municipi de Sagunt, prop de València. L'activitat prevista per aquesta jornada és molt intensa: visita als antics alts forns del port (només en queda un per a explicar la força industrial i socioeconòmica que representà Sagunt al llarg del segle XX) i assistència a dues obres de teatre clàssic grecollatí. Les inscripcions d'alumnes que volen participar en aquesta sortida cultural desborda la nostra previsió i encarreguem un autobús de 60 seients que omplim fins els topes. El teatre romà situat al peu del turó del castell és un escenari que fa honor a les obres representades. Pel matí *TROIÀNES* d'Eurí-

pides ens trasllada més de 3000 anys al passat i plorem amb Hècuba la mort de Príam, Hèctor i molts herois de Troia caiguts en defensa dels murs patris. La crueltat de la guerra es fa palesa en els vibrants diàlegs de les actrius adolescents. El públic calla emocionat i aplau-



deix generós quan l'acció s'apaga. A primera hora de la tarda, després d'haver passejat cadascú al seu aire pel casc antic de Sagunt, comença *CÀSINA*, comèdia de Plaute. Tota mesura es perd i el desvergonyiment plautí pren possessió per a plaer d'alguns i escàndol d'altres. Tot plegat un dia fruit de bon teatre i millor companyia.

Fernanda García-Almorena

## ENTREVISTA A SUSANA, conserge

**Quin és el teu lloc d'origen?**

Sóc de Deltebre.

**Per què et vas traslladar?**

Per què se'm va acabar la feina al lloc on estava.

**En quin institut estaves abans?**

Estava a l'Escola Oficial d'Idiomes de Tortosa.

**Vius a Amposta?**

No, visc a Deltebre.

**Què et sembla el centre? I els professors?**

El centre és molt acollidor i els professors son bastant amables.

**T'has adaptat bé en aquest nou institut?**

Al principi va ser un gran canvi per a mi perquè al lloc on estava abans gairebé no hi havia adolescents però ara no ho canviaria.

Maria Pablo Longan, 3r A

PREMI  
SAMBORI  
OMNIUM  
2015

9è premi escolar  
de narrativa en català



El dissabte 14 de març a les 12.00h va tenir lloc l'acte de lliurament dels premis de narrativa que, a més, van reconèixer la tasca realitzada per un docent de l'àrea de llengua i literatura catalana a la comarca, que en aquest cas va ser per a la professora de Calceit Mercè Gimeno.

S'instaurà així un guardó que es mantindrà cada any, sempre circumscrit a la comarca on es lliurin els premis, cosa que es farà de manera itinerant per les 4 comarques de les Terres de l'Ebre.

Un total de 22 centres, entre escoles i instituts, han participat a la novena edició del Sambori, cosa que estableix una xifra rècord des que el 2011 es va



Lucia Tomás, Irene Espuny, Ashley Rillo, Miquel Àngel Llorenç i Cinta Valero

celebrar per primera vegada el certamen descentralitzat a les Terres de l'Ebre. Els 1.422 participants d'enguany han presentant 89 obres finalistes, d'entre les quals sortiran les que participaran a la final catalana. Un any més, alumnes de l'Institut de Tecnificació han estat guardonats:

Ashley Rillo, primer premi de la categoria 3r i 4t d'ESO, Cinta Valero, tercer premi de la categoria de Batxillerat i Irene Espuny, primer premi de la categoria de Batxillerat.

L'enhorabona a totes!

# Trip to Devon



**A**t the end of March some students from the high school and two teachers went to Newton Abbot in Devon, in the southwest of England. We were there for six days and every morning we went to classes for three hours. Our teacher's name was Nicola and she was really friendly.

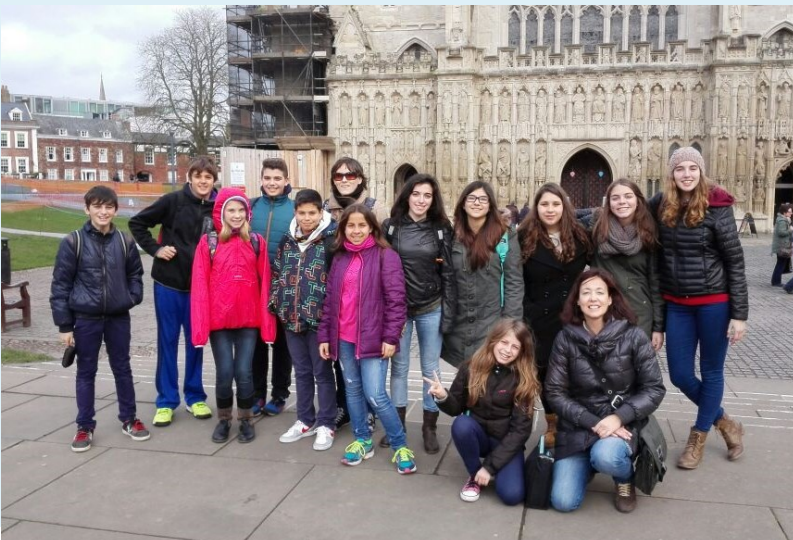
We stayed in families, and for lunch they gave us a packed lunch which consisted of a sandwich, some fruit, water, a chocolate bar and chips. At night they cooked delicious food and really nice desserts. In the afternoon we didn't study, we did lots of different activities. One day we went to play cricket and we learnt a lot of bat-and-ball exercises. We could practise being the bowler and the batsman and we ran and enjoyed a lot. Another day we visited Torquay, a lovely touristic town which was the home of the writer Agatha Christie. There we had to solve some questions about the shops in the city centre and



we learnt many interesting things. Also by train, we travelled to Exeter, the historic capital of Devon where we could see its famous cathedral from the 12<sup>th</sup> century and we went shopping.

For me it has been a great experience because I liked the people and the places a lot. I would like to travel again next year.

**Andrea Gutiérrez, 1r Bat E**



# The Fonix



Last 28 of February at Universitat Rovira i Virgili in Tarragona six students of our high school participated in the 8th Regional Stage of "The Fonix". The selected students had previously won the Local Stage of the competition.

They were: Ona Esquerré Faus (1st ESO), Alejandra Ravar Ladislaur (2nd ESO), Alba Reverté Gassó (3rd ESO) and Josep Conde De Rugeris (4th ESO). Ionut Marian Richea (1st) and Joan Marc Vicente Lara (2nd) represented the Baxillerat Stage.

We congratulate everyone as they got some great results, although none could eventually qualify for the Final in Barcelona. We hope that next year, the results will be even better. We also thank the involvement of families who had to move to Tarragona to participate.

# Viatge de 4t



L'alumnat de 4t d'ESO ha organitzat durant el tercer trimestre uns esmorzars saludables a l'hora del pati. La recaptació d'un euro cadascun (menjar i bric de suc) serà destinat al fons de diners per al viatge final de curs a Roma.



# Sant Jordi



El dia de Sant Jordi es va celebrar d'una manera diferent a altres anys. L'alumnat de 4t d'ESO per tal de recaptar diners per al viatge final de curs va organitzar la venda de roses amb unes targetes anònimes dirigides a algú en especial, enamorat, amic, conegut, alumne, professor... L'experiència va resultar un gran èxit. Tothom es va entusiasmar i emocionar. D'altra banda, la setmana següent es van lliurar els premis del concurs literari.



Amb motiu de la celebració del I Centenari de la posada de la primera pedra del pont penjant d'Amposta, l'Institut de Tecnificació va col·laborar en diverses activitats, algunes de les quals van tenir lloc la diada de St. Jordi. El professorat i alumnat dels cicles d'esports van fer una davallada amb cordes en una exhibició de ràpel per la part sud del pont penjant, tot desplegant una pancarta, amb el lema de l'activitat. Tot seguit, l'iTec Orquestra va oferir el seu concert de Sant Jordi a la Plaça del mercat. (Vegeu pàgina 4.)

# Roda de teatre

El dia 28 d'abril vam participar a la 30 Roda de Teatre del Montsià. Vam compartir la jornada amb l'IES Sòl de Riu i el CEIP Soriano Montagut.

Vam representar *Solil·loqui*, obra escrita pels alumnes. Com a tema central, la solitud de l'ésser humà.





## CAFEMN Conducció d'Activitats Fisicoesportives al Medi Natural



## 2n AAFE Animació d'Activitats Físiques i Esportives

