

sumari

3-4 L'aigua font de vida
A.R. Ricarte

5-9 Entrevista a Juan Cantero i a Rafael López
Ainhoa Palomares i Victoria Ibáñez

10-14 Radioactivitat
Victoria Ibáñez i Alicia Gómez
Gràcia Jiménez
...

15-17 L'Odissea de Tamori (II part)
Àlvar López Pérez

18-20 Per fi la Universitat
Opinions de 2n de Batxillerat

21-23 Entrevista a Luís Segura: Sexòleg
Jorge Solanas i Carles Perea

24 Llibres recomanats
Seminaris de Castellà i de Valencià

25 Música
En col.laboració amb el Seminari de

26-28 Salut i Moda
Paula Marquina

29-31 Avui fem: Quiche
Aula d'Educació Especial

32-37 Oci i entreteniment
Sonia Valle i Cinthya Ruíz

Agenda d'activitats extraescolars

ASCLA

Ascla és la paraula apadrinada per LA REVISTA i amb la qual ha participat en la iniciativa per recuperar paraules en desús o que estaven en l'oblit-**www.reservadeparaules.com**-. Tot i que és una paraula que trobem al diccionari com a "fragment de fusta", últimament no se sent massa, fruit de l'empobriment de la nostra llengua.

Hem cregut que és una paraula que li escau a la nostra revista, perquè aquests fragments de fusta són els que servien a la gent per reunir-se al voltant del foc, bé per menjar, bé per xarrar... i és en aquest sentit que volem utilitzar aquesta paraula, perquè pensem que **LA REVISTA** ha de ser un lloc de reunió, d'aplec, de trobada. Lloc de trobada de tot el personal implicat en el funcionament de l'institut, lloc de trobada dels professors que es jubilen, lloc de trobada dels alumnes que ens deixen per circumstàncies diverses: acabament de l'ESO, ingrés a la Universitat...

A tots aquests últims els animem des d'ací que no perden el contacte amb el centre, que ens envien les seues reflexions i que compartisquen les seues noves experiències amb aquells que ens quedem ací.

Bones vacances a tots!!

L'aigua, font de vida

Antonio R. Ricarte Sabater *
Llicenciat en Biologia

Per a parlar de l'aigua -amb fórmula molecular H_2O - cal referir-se, primerament, als trets físics que la fan una substància singular. Alguns d'aquests són: passar de l'estat sòlid al líquid quan està a $0^\circ C$ (punt de fusió) i d'aquest al gasós a l'assolir $100^\circ C$ (punt d'ebullició), és el trencament o formació d'uns enllaços químics especials denominats ponts d'hidrogen el que determina que l'aigua passe d'un estat de la matèria a un altre, ja que les seues molècules s'uneixen mitjançant aquestes forces; pot trobar-se 1 gram d'aigua per cm^3 (densitat) a 1 atmosfera de pressió i $74.3^\circ C$ de temperatura. D'altra banda té una tensió superficial (perquè la seua superfície presenta la capacitat de deformar-se i, alhora, mostra resistència al trencament) i la propietat de capil·laritat, gràcies a la qual pot desplaçar-se ascendent o descendentment per un tub molt fi. A més a més, l'aigua es considera el dissolvent universal perquè és el líquid que major quantitat de substàncies pot dissoldre. El mig aquós és on tenen lloc totes les reaccions del metabolisme d'un ésser viu i, a causa que cap organisme pot retenir indefinidament l'aigua del seu cos, aquests han d'aconseguir-la, bé mitjançant la beguda o bé a través dels aliments, encara que també una part de l'aigua es produeix com a resultat de les pròpies reaccions metabòliques. Així, l'aigua es un component indispensable per a totes les formes de vida conegudes que poblen el nostre Planeta. Per exemple, el cos d'una medusa està format per un 90% d'aigua mentre que el cos humà ho és en un 70%.

El 72% de la Terra està cobert per aigua i quasi tota es troba emmagatzemada als oceans (97% de l'aigua de la Biosfera), seguint, en ordre decreixent, el gel polar i glacials, l'aigua

subterrània i, per últim, els rius i llacs. Des dels oceans, l'aigua s'evapora cap a l'atmosfera per efecte de la radiació, seguidament els vents distribueixen aquest vapor per tot el globus terraqüi i és la precipitació la que la torna a la terra, on pot quedar temporalment acumulada als sòls, llacs i camps de gel. Però l'aigua és conduïda finalment a la mar, i es perd de les zones terrestres per evaporació, transpiració de les plantes i fluxos de rius i aigües subterrànies. Aquest és el cicle de l'aigua.



Gota d'aigua que presenta la forma típica a causa d'alguns dels seus trets físics

El Canvi Climàtic pot modificar el cicle normal de l'aigua perquè els gels polars es desgelen, canvien els patrons de vents i pluges i l'evaporació, transpiració i altres processos es veuen també influïts en un cert grau.

Dins dels fenòmens hidrològics, la sequera n'és un d'extrem, encara que els experts no tenen un acord respecte de la seua definició. D'aquesta manera, a vegades es defineix en base a la precipitació o a la quantitat d'aigua emmagatzemada en embassaments, etc.



Encara que la sequera és un problema a Espanya, no s'ha estudiat suficientment, amb això, el coneixement precís de les dades de sequera en segles passats és una de les principals carències.

Com que Espanya té una elevada capacitat d'embassament d'aigua (pantans, etc), es poden superar períodes secs inferiors a un any sense problemes. S'entén que una situació de sequera es dona quan es mantenen precipitacions molt baixes durant diversos anys consecutius. En canvi, en altres països amb menor capacitat de regulació de l'aigua, però amb una climatologia més constant (no com la nostra, irregular, típicament mediterrània), uns pocs mesos seguits de poca pluja, poden suposar una greu situació de sequera. Així, es pot veure la relativitat del concepte de sequera i la dificultat per a donar una definició única.

La sequera no significa només escassetat d'aigua per a consum humà o per a rec (restriccions d'aigua potable), sinó que també té conseqüències als ecosistemes aquàtics i al paisatge, com va succeir al principi de la dècada de 1990 a Espanya, amb assecaments de rius, reducció de la qualitat de les aigües, etc.

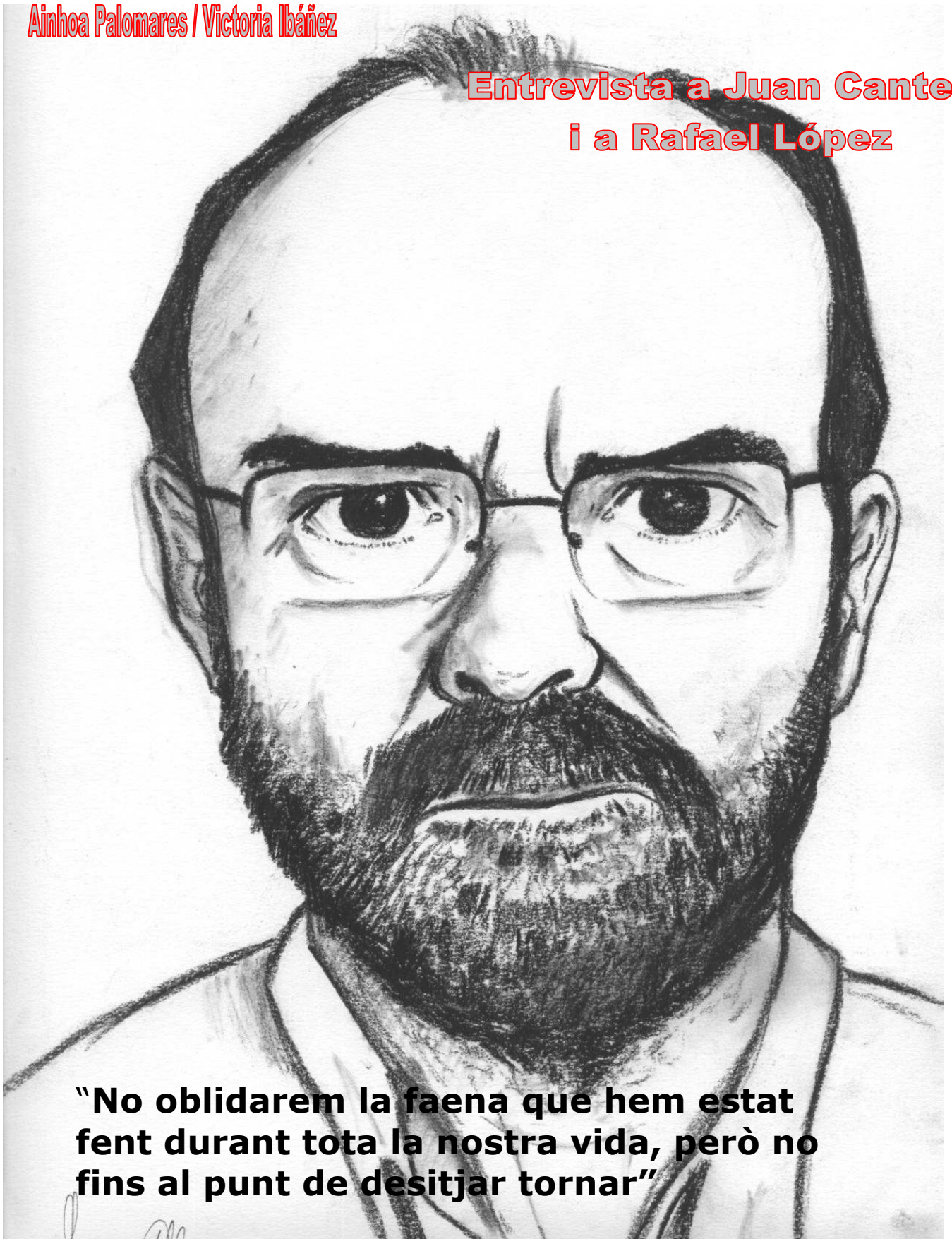
Uns altres fenòmens hidrològics d'interès a la zona mediterrània espanyola (és a dir, on vivim), són les inundacions i avingudes d'aigua. Es tracta de fets relativament comuns que de tant en tant ens sorprenen. Es donen com a conseqüència de fortes precipitacions en un temps molt curt, d'unes poques hores. Les seues conseqüències són pitjors quan hi ha grups de població humana als costats d'un riu (per un altra banda, bons llocs aquests per al cultiu, atés la gran fertilitat dels sòls) o construccions dins dels mateixos camins de l'aigua (rambles, etc) que, encara que poden estar quasi tot l'any secs, en aquests episodis de pluges fortes, poden omplir-se i generar fortes avingudes que es limiten a seguir el seu camí natural. Recordem les fatídiques inundacions de l'any 1997, fa ara 10 anys.

L'aigua, com a recurs que és, necessita ser gestionada i hem n'hem de tenir molta cura, però ja sabeu, aquesta tasca, com qualsevol relacionada amb la cura del medi ambient, depèn de cadascun de nosaltres i diàriament podem ajudar a estalviar aigua tancant les aixetes quan calga, dutxant-nos en lloc de banyant-nos, etc. (més consells a www.raspeig.es/pdfs/oima/revista_oima4.pdf)

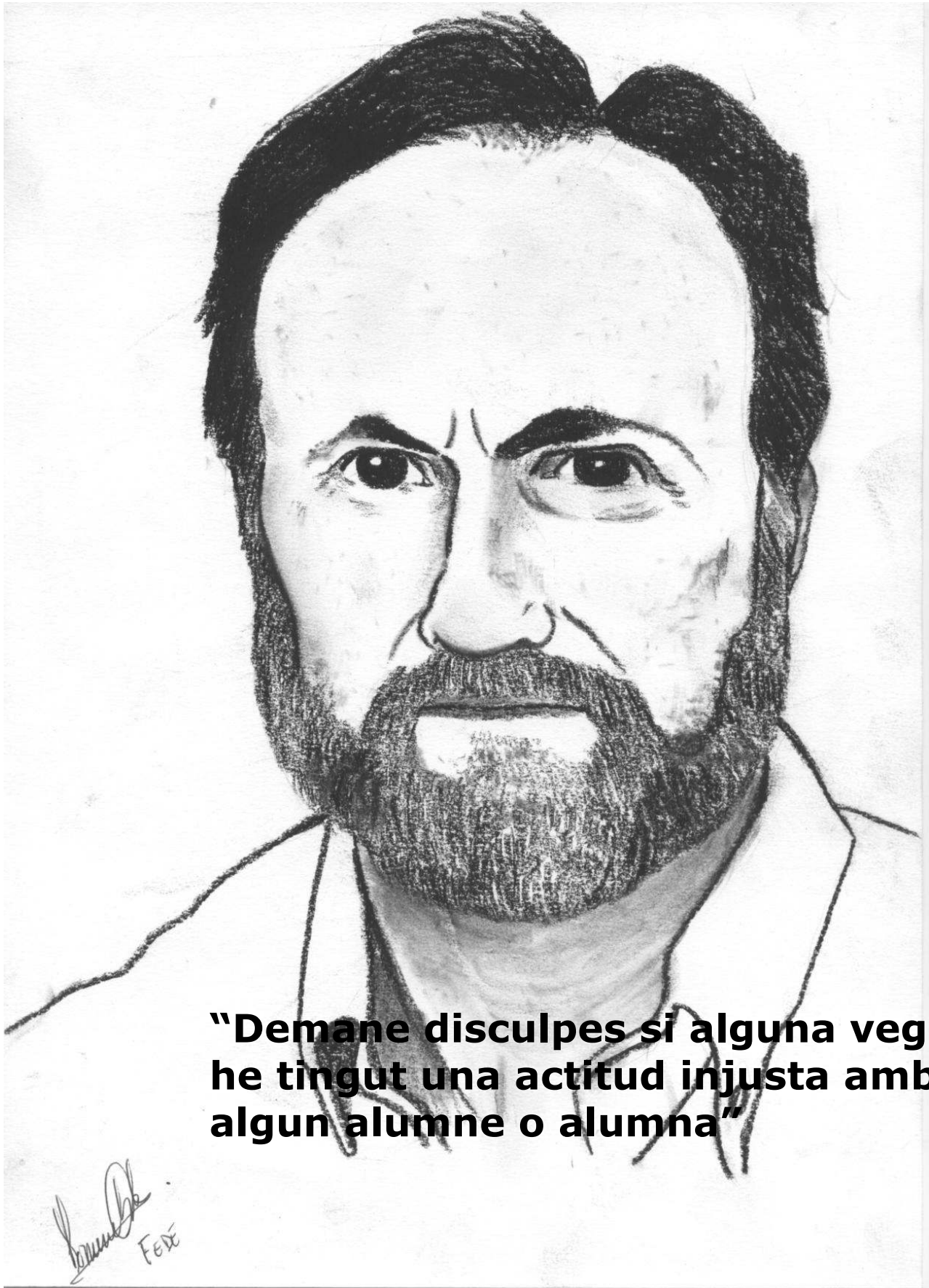
*A. Ricarte és antic alumne de l'IES

Ainhoa Palomares / Victoria Ibáñez

Entrevista a Juan Cantero i a Rafael López



“No oblidarem la faena que hem estat fent durant tota la nostra vida, però no fins al punt de desitjar tornar”



“Demane disculpes si alguna vegada he tingut una actitud injusta amb algun alumne o alumna”

AINHOA/VICKI: Fa molt de temps que us dediqueu a l'ensenyament?

JUAN CANTERO: 35 anys

RAFAEL LÓPEZ: 42 anys

per això la gent que estudiava estava més preparada.

Ara bé també hi havia gent que abandonava l'escola molt prompte.

Al llarg d'aquest anys heu notat molts canvis ?

J. Sí, bastants...Sobretot pel que fa al nivell cultural, també ha baixat l'edat dels alumnes....

R. Moltíssim, molts canvis en la disciplina i en els estudis.

Quant a la disciplina , què en penseu ? les classes han canviat en aquest aspecte al llarg de la vostra experiència ?

R. Moltíssim, perquè abans l'alumnat era més disciplinat, més obedient i es portava millor a classe.

J. Pel que fa als continguts de l'ensenyament, abans el nivell era més alt i ara és més senzill. Els alumnes s'esforcen menys i tenen menys ganes de treballar.

I quant als coneixements, els alumneseixien més preparats abans o ara ?

J. Jo crec que el nivell de coneixements abans era més alt que ara.

R. S'ha de dir que abans hi havia menys gent que estudiava que ara. El sistema educatiu era més minoritari i possiblement

La nova llei solucionarà tots aquests problemes ?

R. Les lleis per si soles no solucionen res.

J. Ha d'haver una bona voluntat per part de tots. Les lleis com que suposadament estan estudiades haurien de funcionar bé, però són necessaris altres aspectes per tal que aquestes funcionen, per exemple que tinguen una dotació econòmica per tal de desenvolupar-les. També la societat ha de creure en aquestes lleis per tal de participar en el sistema educatiu i no deixar-lo en mans del professorat només.

Ens podeu contar alguna anècdota curiosa, xocant, relacionada amb els alumnes al llarg de la

vostra experiència professional?

R. A mi el que em sembla curiós és tenir alumnes als pares dels quals ja els has donats classes. També una vegada vaig tenir una alumna la mare de la qual havia estat antiga núvia meua.

J. A mi el que em pareix curiós es trobar-te pel carrer antics alumnes meus que ja tenen una certa edat –entre 37 i 40 anys-. Clar açò és causat pel temps que jo duc dedicat a l'ensenyament a Sant Vicent: 27 anys.

Enguany són cinc les persones que es jubilen al nostre institut: Juan Cantero, Rafael López, Pepe Rios, Dolores Robles i Vicenta Signes, i no hem volgut desaproveitar aquesta avinentesa per tal de conversar una mica amb dos d'ells sobre el que deixen enrere i la nova realitat que se'ls obri.

A tots ells desitjar-los sort en aquesta nova etapa de la seua vida i convidar-los a continuar units des d'aquestes pàgines.

Heu tingut alguna experiència desagradable?

J. Més d'una. Les experiències més desagradables, per a mi, és quan algun alumne no obeeix el que tu li manes i a més es comporta de manera violenta i brusca. Ara bé, per sort, no passa açò tots els dies.

R. La meua experiència més desagradable no ha sigut amb cap alumne ni tampoc amb cap alumna. No n'he tingut mai amb cap d'ells, sinó amb algun company de treball a qui considerava més que un company, un amic.

L'ensenyament a la primària o a la secundària? què preferiu?

R. Com que fa tant de temps que no impartisc classes a xiquets de primària, jo crec que ara no ho suportaria.

J. Jo encara que no fa massa temps que impartia classes a primària, tampoc tornaria a donar classe a alumnes d'aquesta edat i a pesar que l'edat de l'adolescència és difícil, jo la preferisc.

Què penseu fer després de la vostra jubilació?

J. De tot excepte... lligar. Aficions en tinc moltes, però sobretot el que més m'agrada és viatjar.

R. M'agradaria poder dedicar-me a les meues aficions i a la família, però encara no tinc res en ment.

penseu que trobareu a faltar alguna cosa relacionada amb l'ensenyament?

R. Això no se sap mai i el que està clar és que ens hem d'adaptar a una nova vida. Com en tot sempre hi ha gent que troba a faltar el treball que ha fet sempre, mentre que d'altres estan encantats d'abandonar el treball.

J. Nosaltres mateixos no sabem el que pot ocórrer. No sabem si trobarem a faltar o no el nostre treball, però per les referències que tenim d'altres companys que ja s'han jubilat, sembla que no ens recordarem en absolut de l'ensenyament. En fi no pots oblidar allò que has estat fent durant tota la teua vida laboral, però no fins al punt de desitjar tornar-hi.



Durant l'entrevista en el Seminari de València

Si no us haguéreu dedicat a l'ensenyament, a quina altra professió us hauria agradat dedicar-vos?

J. A mi com que m'agraden les Ciències Naturals, hauria volgut dedicar-me a la investigació científica.

R. A mi el que m'agradava era l'hostaleria. Jo hauria treballat amb molt de gust en un hotel. Si no m'haguera dedicat a l'ensenyament de ben segur que ara hi estaria treballant . Algunes experiències en tinc.

J. Però de cuiner?

R. No, no, no.... A mi m'agrada de recepcionista, ja que vaig treballar una temporada, ara bé no sé si al final

m'hauria cansat, però el poc temps que vaig estar, em va agradar l'experiència.

Amb quin record us quedaríeu amb tots els anys d'experiència ?

R. A mi m'encanta trobar-me alumnes als quals els ha anat bé en els estudis, que els ha servit el que han après amb nosaltres i que a més em saluden encantats. A mi m'agrada que em saluden quan em troben pel carrer. Jo crec que és el millor d'aquesta professió.

J. El fet de trobar-te alumnes a Sant Vicent, és normal, ja que és rar eixir al carrer i no trobar-te amb algun antic alumne que comence a recordar-te els moments que va estar amb tu.



Rafael López i Juan Cantero durant l'entrevista

RAFAEL: Jo volia aprofitar l'entrevista per demanar disculpes si alguna vegada he tingut una actitud injusta amb algun alumne o alumna, ja que no ha sigut a propòsit.

JUAN: Tots dos pensem el mateix, ja que realment la intenció sempre ha estat bona, però pot ser que alguna vegada alguns alumnes s'hagen pogut sentir malament per culpa d'haver-nos deixat dur pel caràcter.



Estudis de Ràdio Sant Vicent

RadioActivitat és un programa radiofònic que realitzen alguns alumnes de IES « Sant Vicent » i que porta emetent-se des de principis d'aquest curs en el 95,2 de la FM. Una ràdio nova, jove i professional disposada a oferir a l'audiència de Sant Vicent i el seu entorn una alternativa d'oci i informació. Un mitjà de comunicació situat en el cor del municipi, just damunt del mercat, lloc de constant trobada i intercanvi.

Segons la directora de Radio Sant Vicent, la col·laboració dels qui viuen al poble és fonamental i les portes de la ràdio estan obertes a diferents propostes. Una d'aquestes propostes és la que ha presentat l'IES Sant Vicent a través de la professora Gràcia Jiménez: **Radioactivitat**.

Radioactivitat és una experiència docent –l'any passat ja va haver-hi en aquest sentit una altra experiència que es va desenvolupar al llarg de tot el curs: –de treball en la Ràdio que du emesos quatre programes al llarg del curs 2006/07, i que tracta sobre diferents temes que preocupen els alumnes i també els veïns de Sant Vicent. L'últim programa que s'ha emés ha tractat sobre l'important tema de les eleccions municipals. Altres programes han tractat sobre la sexualitat, sobre les ofertes electorals dels diferents partits polítics.....

El programa que realitzen els alumnes del nostre institut té una hora de durada i s'organitza en diferents seccions: esports, moda, música, cinema, política...etc. Funciona de la següent manera:

1. Els alumnes es reuneixen una vegada o dues al mes i acorden els temes que ha de tractar cadascun per a la preparació del pròxim programa.
2. El dijous abans de l'emissió es produïx la gravació del programa.
3. El divendres a les 18,00 hores és quan ix per antena el que s'ha gravat.

Tots aquells que estiguen interessats a participar en el programa de l'IES poden posar-se en contacte amb els alumnes que realitzen el programa o amb la professora Gràcia Jiménez que és l'encarregada.

Pel que fa a Ràdio Sant Vicent tot aquell que vulga participar-hi ho pot fer trucant per telèfon, mitjançant els xats i fòrums o opinant mentre escolten la ràdio a través de l'ordinador.

Victoria Ibáñez i Alicia Gómez



M'ha agradat molt fer Ràdioactivitat. Mai m'havia plantejat fer « periodisme » a la ràdio. Pense que n'és molt divertit. Clar que hi ha que fer feina ! però t'ho passes bé amb els companys. Jo pensava que era una cosa més tranquil·la, que entraves a la cabina i et posaves a parlar i ja està, però la realitat és que quan et quedes allà dins, tancada en el “bunker” i darrere del micro, la sang s'altera, et falta l'aire i parles com una moto. És la pujada d'adrenalina. Quan acabes creus que tot ha estat un desastre, però et sents feliç i tots et diuen que ha estat fantàstic. Encara que siga mentida, t'ho creus!

Raquel Gascón, redactora i presentadora

Aquesta experiència en la que m'he vist involucrat m'ha semblat molt interessant. És a dir, em donen un micro i em posen a parlar d'una de les coses que més m'agrada i damunt puc dir el que jo vulga. Comentar, alabar o criticar qualsevol videojoc o dissenyador d'aquest i únicament amb el límit del temps que és obligatori en tot programa de ràdio!

Daniel Fernández Granja, de *Really Virtual*

Per a mi ha estat una experiència molt entretinguda que m'ha apropat al món de la ràdio. A més m'agrada la idea que el tema que nosaltres tractem, el món del videojoc, siga tan variat i que siguem nosaltres, els joves, els que fem aquesta activitat. Al principi tots érem una mica indecisos, però ara veig que és una activitat que ha tingut molt d'èxit. Per la meua banda, no crec que calguen molts canvis pel futur, sols una major preparació per part de tots a l'hora de fer i elaborar les nostres seccions. I puc assegurar que el treball en equip és necessari!

Sergio Nogales, de *Really Virtual*



En els estudis de Radio Sant Vicent

Personalment aquesta experiència m'ha aportat molts valors que abans ni sabia que hi estaven. He après a parlar per al públic controlant els nervis i gaudint del moment, passant-m'ho el millor possible.

Ràdioactivitat ha fet nàixer al neu interior allò que anava aflorant a poc a poc: el gust de posar-me davant d'un micro, amb uns cascos, i saber que el que dius és escoltat per gent que, es suposa, està interessada en allò que tu pugues dir, i a mi, això, em plena de satisfacció.

Sempre m'ha agradat i m'ha cridat l'atenció allò de la ràdio, però des de que hem començat el programa, cada dia m'agrada més i em trobe més a gust. Tanmateix l'any vinent, o qualsevol dia, no m'importaria repetir aquesta petita aventura radiofònica per que ha sigut de les coses millors que m'han passat aquest curs.

**Olga Mira, de Secció
Calaix**

Des del nostre punt de vista el fet de participar en Ràdioactivitat ha sigut una experiència molt positiva que ens ha donat l'oportunitat d'expressar-nos lliurement davant d'una audiència. Ha estat interessant i ens ha ajudat a familiaritzar-nos amb aquest medi alhora que ens ha donat soltura.

Per altra banda, ens hem divertit ja que hi havia molt bon ambient. Definitivament ens ha picat el verí de la ràdio que es suma al desig de continuar amb aquest projecte l'any que vé.

Marina López Moro i Anna Castro, de Secció Calaix

RÀDIOACTIVITAT: EL PROGRAMA DE L'INSTITUT EN RÀDIO SANT VICENT

La iniciativa de fer un programa de ràdio no és nova. Fa dos anys ja vam tindre una primera experiència, a la desapareguda Ràdio Galena de Sant Vicent. En aquella ocasió cada programa era conduït per un grup diferent d'alumnes, també sota la responsabilitat de diferents professors.

Aquest curs s'ha inaugurat Ràdio Sant Vicent, que emet en el 95.2 de la F.M. i és de titularitat municipal. Les seues instal·lacions – molt bones- es troben a l'edifici del nou mercat, i des dels primers

contactes amb Ana Jover, la directora de l'emissora, i amb Eva Llobell, la directora de programes, ens van donar tot tipus de facilitats - i la seua confiança - per fer possible el nostre programa.

Ja teníem els mitjans! Emetríem divendres de sis a set de la vesprada. Ara calia arredonar la idea sobre el programa que volíem fer i formar un grup de col·laboradors estables. Ah! també vam trobar un nom: **Ràdioactivitat**.

Des del primer moment pensàrem en el programa com una activitat divertida i al mateix temps formativa. Entre els professors i els grapat d'alumnes disposats a participar activament i durant tot el curs en aquest projecte, decidírem que li donaríem un format que els periodistes anomenen

“magazin”, o siga un programa amb espais fixes. Aquests havien de ser entretinguts i tocar temes que despertaren l'interés de la gent jove, públic a qui ens dirigim.

Així, vam constituir uns grups – sempre oberts a noves incorporacions, naturalment- que es responsabilitzen de les diferents seccions que té cada

programa:

- *Si fa sol com si no en fa*, dedicat a la música.



ica.

- *Really Virtual*, amb el món dels videojocs.
- *Tikitaka*, sobre els esports.
- *Joves investigadors*, un espai per presentar treballs fets pels alumnes de l'institut.
- *Secció Calaix*, amb un poc d'ací i un poc d'allà...

Vam eixir a l'aire a finals de gener, i al llarg d'aquest curs hem fet també alguns programes especials sobre **sexualitat** i, sobre **joventut i política** - aquest últim per emetre durant la campanya electoral municipal- i podem dir que el balanç és molt positiu.

Entre els **alumnes-periodistes** ja es perfilen alguns **cracks** de la comunicació. A la majoria els ha entrat dins del cos el verí de la ràdio...

RadioActivitat

la revista @journal.com

Fer un programa du treball previ - encara que no tant com el que alguns poden pensar a la vista dels resultats- , però tot es compensa una vegada dins la cabina, davant dels micròfons. Els nervis donen pas a la diversió i l'adrenalina flueix al seu aire durant totes les sessions !

És evident que **Ràdioactivitat** és divertida i una gran escola pràctica de

llenguatge, de comunicació i de convivència. I qui sap si no serà també un viver de futurs professionals! Ara el que cal és que tot l'alumnat del centre, faça seu el programa, escoltant-lo, aportant-nos suggerències i col·laborant estable o puntualment amb nosaltres per fer-lo millor.

Gràcia Jiménez Tirado

Professora coordinadora de Ràdioactivitat.



Gràcia Jiménez i la Directora de Radio Sant Vicent

racó literari **L'**

Odisea de Tamori

(Part II)*

Hi ha molts immigrants que no tenen sort i es troben amb problemes com la xenofòbia, l'explotació i la pobresa.

Àlvar López Pérez

Alguns viatgers miraven a terra amb malenconia, altres miraven al mar amb por, jo en canvi inconscient del perill que corria estava content assegut al costat de mon pare. De sobte un home es tirà de cap al mar i intentà arribar a la costa. Aquest que no sabia nadar, s'ofegà ràpidament. Els viatgers després d'aquest incident quedaren espantats. Durant tot el dia no ens volgueren donar aigua ni menjar. Aquella nit no va poder dormir ningú, per: la humitat i el fred, el soroll de les ones i dels motors, el balanceig de la barca i el record del deixat enrere.



La manca d'aigua es començà a notar amb més força per la intensitat del sol i la gent començà a protestar. Aleshores els homes donaren una cullerada d'aigua a cadascun, però no era suficient. Mon pare em va donar part de seua ració. Jo vaig ser egoista i la vaig acceptar.

El sol calfava els cossos de tal manera que alguns hagueren de llevar-se part de la roba. Els viatgers començaren a deshidratar-se, i l'aigua eixia dels cossos en forma de suor que relliscava per la seua esquena.

Durant la nit la temperatura baixà molt i algunes persones encongides defallien. Quan aparegué el sol descobrirem un cos immòbil i fred entre nosaltres. Hi hagué gent que començà a cridar. Alguns envoltaren el mort en una manta i volgueren guardar-lo fins que arribaren a terra. Però els patrons ordenaren que el tiraren per la borda. El cos caigué a l'aigua i s'afonà.

Per la nit vaig escoltar el soroll d'un cos en caure a l'aigua. Ningú féu res per salvar-lo.

A l'alba divisàrem les dues barques no molt lluny. Aquestes van anar apropant-se durant el dia fins al punt de distingir les cares.

Mon pare dèbil i deshidratat perdé el coneixement i es desplomà sobre els taulells de fusta de l'embarcació. Jo li vaig agafar el cap i el vaig prémer contra el meu pit. Els seus ulls inexpressius no mostraven cap indicatiu de vida. Però el seu cor continuava bategant. Així passàrem unes hores interminables. Aleshores em dirigí als patrons i els vaig pregar que li donaren aigua. Ells em feren una mirada desafiant i ho negaren secament. Jo insistí i un m'agafà dels cabells i digué:

-Mira xiquet a mi el que m'importa és arribar a la costa, el que li passe a ton pare no és el meu assumpte.

Angoixat, responguí:

-Mon pare es mor.

-Ja he dit que no m'importa, per a mi ja és mort.

Mon pare encara no havia tornat en sí. Li vaig col·locar la meua bossa baix el cap.

El viatge continuà.

Aquella nit, moribund, intentà dir algunes paraules però de la seua boca només eixiren sons sense sentit. Jo li vaig agafar la mà. En eixe moment divisàrem unes concentracions de punts lluminosos. Era la costa. Tot el món es posà a parlar. Amb l'escàndol se'm va oblidar que mon pare estava agonitzant. Els patrons van ordenar que ningú es mogués per que podríem fer tombar la barca. En això em vaig recordar de mon pare. En tornar al seu costat, ja era mort.

Mon pare havia mort, el viatge ja no tenia sentit. Per a què havia de morir? Ningú ha aconseguit res amb la seu mort. Tornava a ma casa o continuava?

Tan prop del que estava seria una pena tornar-se enrere.

Les cases ja es distingien, la gent estava eufòrica. De cop i volta un focus de llum ens apuntà. Un vaixell verd i blanc tapava l'illa i homes amb jaquetes reflectants feien senyals per a que ens detinguérem. La gent nerviosa començà a moure's. La barca inestable pegà una volta i tots els que la ocupàvem caiguérem a l'aigua. El cadàver de mon pare s'afonà i es perdé. La majoria no sabia nadar. Els homes amb reflectants van fer el possible per pujar-nos al vaixell el més ràpid que pogueren. Immediatament ens donaren mantes i feren un improvisat examen mèdic. A l'edifici hi havia més immigrants, que com nosaltres, la seua idea havia estat fallida. Repartiren menjars i feren entrevistes personals. Quan m'arribà el torn em vaig enrecordar de mon pare i que encara no havia decidit que faria.

Com tenia menys de setze anys m'enviaren a la península ibèrica.

Amb un soroll esgarrifador l'avió aterrà. Jo i altres xiquets i joves baixarem en fila per la passarel·la. Pujàrem en un cotxe que ens portà fins un centre d'acollida.

racó literari

Ens trobàvem a La Comunitat Valenciana. Al centre Les Gavines. Allí ens donaven classes, ens alimentaven i teníem un lloc on dormir. Allí em vaig fer amic d'uns senegalesos anomenats Mukada i Lukusa. Aquestos havien arribat directament a Espanya amb la intenció de treballar i enviar els diners a sa mare. Em van convèncer que devíem escapar. Jo també compartia la seua opinió: encara que al centre ens donaven menjars no guanyàvem diners per enviar-los. Una nit saltàrem la tanca i escapàrem. Havíem de buscar feina i lloc on passar la nit. Aquella nit dormírem sobre caixes de cartó i en eixir el sol començàrem a caminar amb l'esperança de trobar alguna oportunitat. No en trobàrem cap. Pel carrer hi trobarem borratxos, marginats mig bojos, pobres rodamóns. Nosaltres no volíem acabar així.

Als meus companys se'ls va ocórrer demanar almoïna però jo no volia, era humiliant.

Aleshores et vaig observar t'havies deixat la cartera sobre la taula mentre parlaves amb un cambrer. Tenia l'oportunitat d'endur-me diners tan sols amb allargar el braç. En un impuls vaig agafar la cartera i vaig començar a córrer. Els meus amics i tu us adonàreu del que succeïa i correguéreu darrere meu. Com tu tenies les cames més llargues em vas atrapar fàcilment. Els meus companys desaparegueren.

Aleshores en vas mirar als ulls i jo paralitzat de por no em podia moure. Vas agafar la cartera de les meus mans i vas dir:

- Pareixes un tipus espavilat, tranquil no et denunciaré però, conta'm la teua història.

I això és el que m'ha passat i he fet.

L'home li donà les gràcies i es quedà mirant-lo fins que Tamori desaparegué darrere d'un edifici.

*** Narració que ha obtingut el 1r premi Sambori 2007 de l'Alacantí**

larevista05@hotmail.com

Aquestes són algunes de les opinions dels nostres alumnes de 2n de Batxillerat, sobre els professors i el centre en el qual han passat sis o set anys de la seua vida.

L'any que ve molts ja estaran en la Universitat, uns altres...

A TOTS: SORT!!!

Encara que no he passat molt de temps en aquest institut, aquests dos anys han sigut molt complets. La cara negativa la trobem en els exàmens i en les fortes pressions que rebem per la selectivitat. La part positiva representa els bons moments viscuts amb els nous companys, la part important, la part que s'ha de recordar en el futur.

JUAN JOSÉ CASTELLO

De tot el que he viscut en estos tres anys em quedaria amb el bon ambient que es nota en el centre. Sobretot tenint en compte l'actual situació de violència escolar.

Des del punt de vista acadèmic, destacaria el bon nivell que hi ha ja que és un dels centres amb més nivell de la província.

Per finalitzar aquesta reflexió, i encara que parega mentida, l'any que ve notarem a faltar aquest ambient i la proximitat del

Pel que fa a l'estància a l'institut, per problemes que ha hagut de violència, robatoris i altres assumptes, crec que s'han passat amb la vigilància posant càmeres de seguretat i porter. Ens han controlat massa.

Quant a l'ensenyament rebut crec que ha sigut molt bo en algunes assignatures, però no tant en altres.

Recordaré sempre a alguns professors que m'han aportat molt i també els bocates de la cantina.

Nereida González

Ara, en el 2n any a l'institut, i "amb un peu a l'institut i l'altre a la universitat", mire cap enrere i recorde tot el que he viscut amb els meus companys: classes, viatges, etc. I pense que aquests dos anys han merescut la pena, i sempre els recordaré com una etapa de transició entre l'escola i la universitat en què han hagut moments inoblidables amb uns professors i els meus companys.

A punt de començar la Universitat, em trobe com quan vaig començar l'institut, però després d'una primera experiència i de saber que alguns dels meus companys estaran amb mi allí, estic segura que els pròxims anys seran igual de bons com els

Aquest és l'últim any que estem a l'institut, i la veritat és que estem desitjant anar-nos, ja que molts de nosaltres portem cinc o sis anys ací. I com és normal, durant tots aquests anys, no amb tots els companys i els professors t'has portat bé. I després de molts anys de patiment per fi ens anem.

2n B

Al Maigmó, un "institut reformat", vam riure situacions un tant peculiars, com per exemple, que per accedir a l'aula de Tecnologia havíem de passar pel bany dels xics. També cal recordar el tancament d'una part del pati per una "invasió" de cucs, a més d'aquella última classe de Matemàtiques en què el professor ens deixà sentir un partit d'Espanya als mundials de Corea..

El curs següent estrenarem un nou institut, el núm. 4, on encara que passarem bons moments (mullades de globus d'aigua al pati), ens queden records menys divertits, com l'atemptat de Madrid, de l'11 de març de 2004. Foren dos anys carregats de manifestacions, vagues, embolics diversos...

Per últim, ací a l'IES Sant Vicent vam poder gravar una pel·lícula i gaudir dels últims moments, encara que una mica estressants...

Rubén Montes

En la meua opinió, el meus pas per l'institut en els dos últims anys, és a dir, durant l'època de batxillerat, no ha sigut gens agradable, perquè he estat sotmesa a moltes pressions, per culpa dels exàmens, dels exercicis i sobretot els nervis previs per la selectivitat. Per això, únicament és la part negativa, perquè també he viscut moments inoblidables junt als meus companys, experiències que encara que s'acabe l'institut no oblidaré.

Sandra Beviá

Fa dos anys, vaig entrar a aquest institut. Abans de vindre ací, estava en el col·legi "Santa Faz", on tot el món era amable i amigable amb la resta.

La meua idea d'institut, era la típica presó on tot el món era fred i la gent no es relaciona amb els nouvinguts. El primer dia tenia por de tot això, però no va anar tan malament. A les poques setmanes de classe ja contava amb amics i amigues nous, però no uns amics de classe, sinó uns amics que, en la meua opinió ho seran per a tota la vida.

Quant als professors, tenia la mateixa idea que amb els companys al principi, però com amb aquests, em vaig equivocar considerablement: hi ha professors que es preocupen moltíssim per l'educació dels alumnes i, en algunes i fantàstiques ocasions, t'ajuden en els exàmens.

Quan aquest any faça la selectivitat i me'n vaja a la universitat, una part de mi es quedarà per sempre ací.

La majoria de gent que arriba a segon de Batxiller està desitjant anar-se'n d'ací. Però, quants companys i professors deixarem de veure, i també on comprarem els entrepans de llonganisses que fan a la cantina? Ja no podrem. Hi haurà altres companys que sentiran més enyorança que jo, perquè sols he estat ací dos anys, però, en poc de temps li he agafat molta estima.

Pablo Torregrosa

Des que era ben petit, la ciència m'agradava molt i em feia molt de curiositat. És per això que somiava amb arribar a la Universitat, font inesgotable de saber. Tanmateix ara que ha arribat l'hora d'anar-se'n encara que ho veig amb il·lusió i esperances, també m'ofega un sentiment d'enyorança, tant cap a l'institut, els companys, els professors... com també al cicle de la meua vida que s'acaba aquest any. Ara vénen més responsabilitats, més treball, menys temps lliure i els saber que mai no tornarà a questa etapa, que la majoria considera la millor part de la vida.

Pel que fa a l'institut no en tinc una opinió molt clara, ja que tan sols hi he estat un any ací, però la impressió ha sigut bona.

Els companys han sigut molt bons, no hi ha hagut "mals rotllos" i tots ens portem bé.

Rodrigo Isidro

Podria utilitzar molts adjectius per a descriure el meu pas per l'institut, però la veritat és que ara mateix el primer que em ve al cap és "fugaç". Sembla com si fóra ahir quan arribava al *Maigmó* amb la incertesa de no saber exactament on anava. Veia aquell edifici com un lloc ple de persones més majors que jo. Mai no vaig pensar que quasi sense adonar-me'n i després que es reconstruïra l'institut seria jo un d'eixos xics que semblaven tan majors i que després d'innombrables records (bons i no tan bons) deixaven aquell institut.

ALVARO ARMENDARIZ

Durant aquests sis anys, he plorat, he rigut, he fruit amb els meus companys que m'han fet passar moments que mai oblidaré i que tindrè al meu record.

Respecte als professors recordaré a alguns com els millors i a uns altres amb un poquet de rancor perquè no s'han portat del tot bé amb nosaltres.

ESTELA BARBERA

Podria sintetitzar el meu pas per l'institut com dos anys molt intensos, plens de coses bones i roïnes. No hi ha res com veure els teus amics dia a dia, i compartir amb ells hores i hores de riallades, que fan més que el treball i l'estudi; però també quedaran les desil·lusions d'algunes notes, o les infravaloracions del propi esforç. No ha sigut gens fàcil arribar on estem, però ho hem aconseguit.

Elena Soriano

El meu viatge va començar al Maigmó on vaig estar un any però intens. Tant és així que el primer dia va començar amb una batalla de llimons, que va concloure (afortunadament) amb danys materials: un cristall trencat.

Vaig continuar a l'actual IES núm. 4 on vaig estar dos anys. Allí observava amb enveja als de 2n de Batx. Ja que acabaven el curs a finals de maig, sense adonar-me que un dia em tocaria a mi.

Després de sis anys d'educació, d'estudis, de maduresa, d'amistats, d'enemistats, de professors i d'anècdotes, hem arribat als últims exàmens, als últims dies... hem arribat al final. **NO PUC IMAGINAR-ME L'ANY QUE VE SENSE VINDRE A L'INSTITUT.**

CRISTINA MIRALLES

Jo, personalment, quan encara era a l'escola, veia al meu germà anar a l'institut, on es trobava amb els amics i s'ho passaven bé. Ara jo sóc a l'institut, i crec que aquell esperit que envejava s'ha perdut, ja no hi ha "pinya", la joventut s'ha desfasat massa.

Sí, jo també he maleït tots els professors (pels exàmens i tot això), però sé que l'any que ve rebré menys atencions i els trobaré a faltar.

Manel Simon

**6 anys, 3 edificis, vint-i-tants professors,
molts companys i amics, molta nervis pels
controls i ... per fi ...**

A LA UNIVERSITAT!

Carmen Hermida

“Estudies o treballes? No, jo me la casque”

Jorge Solanas / Carles Perea

En Luís Segura ens rep al seu despatx de Planificació familiar de l'Hospital de Sant Vicent. Com a jóvens venim a fer-li unes preguntes relacionades amb la seua professió –és Psicòleg i Sexòleg- que ens preocupen i que de segur ens aclarirà com va fent des de fa alguns anys amb alumnes del nostre Institut.

En la nostra edat es bo fer l'amor?

Fer l'amor és bo a qualsevol edat, però depén de què entengués per fer l'amor. Fer l'amor no és necessàriament fer el coit. Estem fent l'amor des que naixem fins que morim, però suppose que el que tu vols dir-me és follar. fer l'amor és bo per a qualsevol persona i edat,

significa que estàs fent una cosa positiva , fer l'amor és mirar una xica, masturbar-se, escriure una carta d'amor. Però respecte a follar , pot ser positiu o negatiu segons el teu comportament això també és fer l'amor.

Hem de fer l' amor?

És un comportament que té a veure amb un títol honorífic "ho he fet ja sóc major". Això no s'ha de fer. Això és un desig i el desig és el més fonamental per a fer l' amor; el desig i la responsabilitat. No ho hauríem de fer simplement perquè podem fer-ho o desitgem fer-ho o algú desitja fer-ho amb tu. El que està clar és que has de tindre la responsabilitat.

I a quina edat és normal fer-ho?

No existeix cap edat per a fer-ho. Si em preguntes per estadístiques: sobre els 16 anys normalment. I cada any va baixant i va baixant. Jo crec que fer-ho per fer-ho no és molt positiu a les vostres edats, jo no dic que no s'haja de fer.

Masturbar-se és bo o dolent?

És bo, sempre que no siga una obsessió. Si es converteix en una obsessió estaries tot el dia pensant en això. Clar que sí que és bo perquè poses en forma la imaginació. És una manera de desfogar-se (pensant: hòstia me'n vaig a pegar una) (acudit del sexòleg : Estudies o treballes , no jo me la casque)



Foto d'arxiu. Lluís Segura és entrevistat per Victòria i Verónica en el seu despatx de l'Hospital de Sant Vicent.

S'ha d'utilitzar el condó o la píndola? Quina cosa és millor?

Això depén fonamentalment dels comportaments sexuals que hi ha en al parella , de la salut sexual de la dona i de l'home i també depén del nombre de voltes que ho has fet. Per això és millor el condó perquè a part de no fecundar, evita contagis i és molt millor, però no se sent el mateix.

Si te n'agrada més d'una alhora és normal?

Doncs clar que és normal. Pots sentir atracció per moltes, igual que si t'agrada més d'un tio alhora; l'atracció humana és molt especial. Normalment ens enamorem en diferents fases de la vida, no alhora perquè és bastant difícil i rar però també

pot ser que penses que t'has enamorat però solament és que t'agrada. El més normal és tindre un tipus de perfil de dona.

Quins són els centímetres del penis normal a la nostra edat?

La talla habitual és entre 12- 18 cm.

El porno és bo?

És una manera de comercialitzar el sexe. És un tipus de sexualitat. El porno l'únic que aporta a la sexualitat és sexe i sexe i més sexe. És una manera de vore els comportaments sexuals.

Per què alguns expressen els seus sentiments com que són uns eixits i altres també ho estan però no ho fan?

Això és una qüestió d'expressió i, clar, a la vostra edat les hormones estan molt exaltades. Estar eixit és: que si he vist una mamella, que si li he vist el tanga etc. Hi ha molta gent que s'excita amb molt poquet i altres s'exciten amb molt, alguns ho expressen i altres no.

Quina és la persona que més prompte ha fet l' amor?

No tinc ni idea, no he fet comptes d' això. Jo pense que la persona comença a fer l' amor des que naix, és l'anomenat amor maternal, però si tu dius el coit, no en tinc ni idea. Això no és el més important del món, no tingueu pressa.

Si hem tingut moltes oportunitats i no hem volgut eixir és per por o perquè busques la dona perfecta?

Això ho sap cadascú perquè no ha volgut. La dona perfecta no existeix; normalment és per por, perquè no saps si eixirà bé o malament.

Existeixen les dones anorgàsmiques?

Sí, és clar que sí, i homes.

l'absència d'orgasme

no és un fet femení. Un home s'escorre i pot no sentir plaer. són dos coses diferents; existeix per una banda ejacular i per l'altra l'orgasme. Habitualment coincideixen en el temps.



Foto d'arxiu.



Donde surgen las sombras
David Lozano Garbala
Ediciones S.M. Gran Angular

Àlex desapareix després d'entrar per equivocació en un estrany videojoc. Aquest fet coincideix amb l'assassinat de tres persones en atroces circumstàncies. Juntament amb un inspector de policia, els amics d'Àlex inicien la seua recerca. I juntament amb ells penetrem en les zones més sinistres i ocultes sota els nostres peus.

OPINIÓ:

“Ens ha agradat per la seua connexió amb la realitat en què Internet, els jocs de rol i els perills que aquests comporten, estan presents.

Intriga, misteri, acció policíaca... Tot es conjuga per tal de descobrir el misteri de les desaparicions d'alguns jòvens, sobre tot d'Àlex”



Col·lecció: Jove XXL
Pàgines: 184
Preu: 10,95
ISBN: 978-84-664-0713-7
Any: 2007

Hi ha vegades que la vida es converteix en un camí molt difícil de recórrer, com passa amb el Circuit de Montecarlo, que –tots els aficionats a la Fòrmula 1 ho saben– és el més complicat del món.

En Xavier, el protagonista d'aquesta novel·la, és fanàtic de la Fòrmula 1 i la seua vida s'acaba d'embolicar molt: ha deixat embarassada la Paula, la xica nova de Quart B, amb qui ix des de principi de curs. La mare d'ella insisteix perquè avorte, però la Paula no en vol sentir ni parlar. En Xavier li dóna suport, la defensa i vol conèixer el seu fill, a qui el seu millor amic ja li ha buscat nom.

Pàgina realitzada en col·laboració dels Seminaris de Castellà i de Valencià

CLÀSSICA



ORFEO

Òpera en un pròleg i cinc actes de Claudio Monteverdi

L'òpera compleix 400 anys, per tant, el millor que podem fer es conèixer el seus inicis i després continuar investigant. Orfeo marca el naixement d'aquest gènere musical ple d'emocions musicals i literàries.



EL CANT DE LA SIBIL·LA

Llatina, provençal, galaica, castellana i catalana

La sibil·la és un ésser diví, viu en coves al bosc i és capaç d'endevinar el futur. Les diferents versions ens mostren l'evolució d'aquesta llegenda en diferents llocs d'Europa i en diferents moments musicals. La versió de Jordi Savall ens permet conèixer al major especialista espanyol en música antiga.

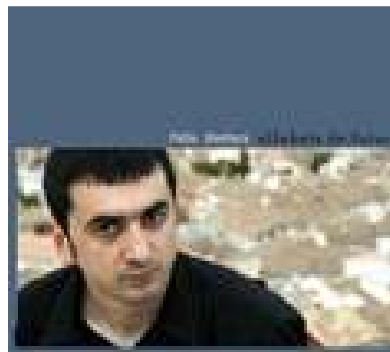
Música MEDITERRÀNIA



“El meu disc més gamberro”

Miquel Gil és una de les veus més notables de la música mediterrània, que en el seu últim disc **Eixos** (16 de maig del 2007) incorpora a la música d'arrel aromes jazzístiques o electròniques.

CANTAUTORS



Alfabet de futur

En el seu últim disc **Feliu Ventura**, vol inventar nous alfabet pel futur, amb la intenció d'esborrar els llenguatges caducs que han perdut capacitat d'expressió i acció.

Salut: Alguns consells



Dietes... amigues o enemigues? Les dietes, són un error? Sí. La prova es que si observem al nostre voltant, cada vegada hi ha més persones a règim, i el nombre de persones amb sobrepès no deixa d'augmentar! Quan es fixen prohibicions i barreres, totes les dietes creen restriccions cognitives que acaben provocant en el 80% dels casos, un augment de pes. Sense oblidar que algunes dietes poden ser perilloses per a la salut.

¿ Per a aprimar-se cal privar-se? No, per a aprimar-se cal menjar! Al privar-se es provoca l'efecte invers. D'una banda, l'organisme per a assegurar-se el seu funcionament, afavoreix el cor i el cervell i alenteix els altres òrgans. Això provoca que la despesa energètica estiga en repòs. D'altra banda, fa les seues reserves en forma de greix al teixit adipós. A més, privar-se pot conduir a diversos desequilibris, picar entre hores... Fer règim és per tant un greu error, i de fet menjar molt no significa guanyar pes.



Què s'ha de fer per a recuperar una silueta esvelta? Segons els experts en nutrició, només hi ha una consigna: està prohibit prohibir. Així la primera tasca del nutricionista consisteix a convèncer els seus pacients que no s'autocensuren. Cal canviar altres coses en la seua pròpia vida abans que el contingut del plat. Els problemes de pes són deguts a múltiples factors: genètics, bioquímics, alimentaris, sociològics, psicològics... El cos humà depèn del seu entorn, d'ací la necessitat de reduir les seues agressions externes. Abans d'atacar un dels grans plaers de la vida: el menjar, cal reduir l'estrès, respectar el seu cos i les seues sensacions, moure's més. I el contingut del plat acabarà per canviar.



Algunes regles per a disminuir l'estrès:

- Aprendre a respirar.
- Massatges.
- Activar-se amb suavitat.
- Aprendre a relativitzar.

Algunes regles per a menjar millor.

- No et prives de res.
- Controlar-se per a no picar entre hores.

- Canviar d'hàbits.
- Algunes regles per a oblidar-te de les dietes.
- Guarda la bàscula.
 - Deixa de costat algunes creences.
 - Tingues paciència.
 - Segueix amb la teua vida normal.

Para mes informació: <http://www.enfemenino.com/mag/forma/d1514.html>

Paula Marquina Carceles 3r C

Menjar

Una forma saludable de menjar sense privar-se de res.

Saltar-se un menjar és fatal per a l'organisme! Si t'asseus a la taula a hores fixes aportaràs al teu organisme tot el que necessita per a funcionar perfectament. A més a més, cremaràs més energia (en cada menjar, l'organisme crema les calories per a digerir) i evitaràs que els greixos s'emmagatzemen (quan l'organisme es priva, fa les seves reserves en forma de greix).

Desdejuni: 1 fruita fresca sencera o 1 suc de fruites + 2 llesques de pa amb cereals o integral (50 g aproximadament) + llet amb cola-caó + 1 c. de cafè + 1 iogurt o 100 g de formatge fresc o un got de llet + 1 beguda calenta no ensucrada o edulcorada.

Esmorzar 11 h (facultatiu): 1 iogurt natural.

Menjar: 1 plat de verdures crues o una amanida + 100 a 150 g de carn o peix sense **Matèria Grassa** + 100 g de fècules cuites + 200 g de verdures cuites **Matèria Grassa** + 1 iogurt + 1 fruita

Berena a 16h 30 (recomanada) : 1 fruita sencera + 1 producte lacti no ensucrat

Sopar: 1 sopa + 100 g de peix al vapor + verdures + 50 g de pa + 30 g de formatge fresc + 1 fruita

Per a cada menjar cal asseure's tranquil·lament i mastegar bé per a captar el senyal de sacietat. No cal oblidar-se de beure 1,5 litre d'aigua al dia. Si has de menjar amb presses, procura que siga un sandwich o una amanida amb poques matèries greixoses (sense vinagreta, maionesa, formatge), i sempre amb una fruita + 1 producte lacti desnatat.

Per a més informació: <http://www.enfemenino.com/>

Paula Marquina Cárceles

3°C



Maquillatge

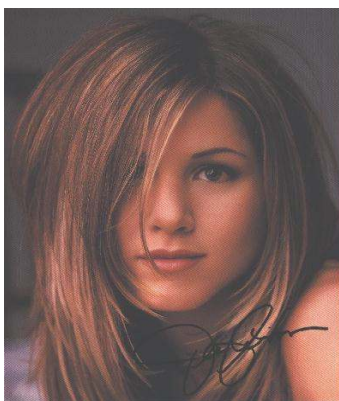
El teu rostre és més aviat triangular, rodó o rectangular? T'agradaria estructurar-lo, allargar-lo o suavitzar-lo? Gràcies al maquillatge tot és possible! « La idea és fer creure que totes les formes de rostres s'assemblen al rostre oval, el més equilibrat i harmoniós. Perquè la llum té una caiguda perfecta per tot arreu com diuen els fotògrafs!» ens explica un maquillador per a Estée Lauder. Si el teu rostre té una forma més aviat triangular, rodona o rectangular, aquest expert et proposa un programa de maquillatge especialment adaptat a la teva morfologia.

Triangular. Reconèixer un rostre triangular. El teu mentó és lleugerament afilat i els pòmuls angulosos semblen obrir la teva cara cap a l'exterior? Tens un rostre triangular, molt femení que capta naturalment la



llum. És necessari jugar amb les ombres per a recrear un rostre més ovalat. La regla d'or d'aquest maquillador per a Estée Lauder - Unificar el cutis sense accentuar l'aspecte punxegut dels pòmuls i el mentó. Després de donar alguns tocs de maquillatge, aplica lleugerament amb el pinzell les pólvores de sol sobre aquestes zones estratègiques. - Il·lumina la mirada gràcies a un llapis il·luminador just en la part superior de les galtes. No és necessari maquillar massa els ulls. Dibuixa lleugerament la corba de les celles amb un llapis i dona forma amb un raspall

Rodona. Reconèixer un rostre rodó. Tens el front ample? Les galtes farcides? El teu rostre és rodó i et dona un etern aspecte de jove. Una cara rodona pot semblar un poc aixafada. És necessari crear un relleu i feminitzar-la amb un maquillatge molt subtil. Les regles. - Amb un pinzell llarg i aixafat, allisa el teu cutis gràcies a un maquillatge líquid i cobrint. Aplica'l de forma uniforme sobre el rostre. - Difon la llum en forma de triangle amb ajuda d'un pinzell il·luminador, sota els ulls i al voltant del nas per a donar-li més volum. - Allarga la cara creant un aspecte ovalat amb l'ajuda del coloret. Crea una ombra diagonal just sota l'os del pòmul i lleugerament per sobre de les celles.



Rectangular. Reconèixer un rostre rectangular. Tens el front quadrat? Els teus maxil·lars són prominents? El teu rostre és rectangular. És necessari arrodonir-lo per a feminitzar-lo jugant amb la llum. Les regles - Aplicar una base de maquillatge líquida començant per les parts fixes i estenent-lo sempre cap a l'exterior. - Per a crear un punt de llum sota l'ull i l'inici de la galta, dona uns tocs amb un llapis il·luminador i allisa'l amb un pinzell. - Amb un coloret un poc més fosc que el color de la teva pell, juga amb les ombres per a crear un efecte arrodonit. Aplica'l amb el pinzell sobre les galtes partint de l'orella i sobre l'angle del maxil·lar si és molt pronunciat. Afig un poc de color en el front, tan sols en el naixement dels cabells. - Redibuixa la línia natural de les celles amb un llapis. Raspalla les celles cap avall, traçant una bonica corba i després

pentina-les de nou cap amunt.

Article fet per...**Paula Marquina** 3r C



EN EL TALLER DE CUINA FEM : QUICHE

AULA D'EDUCACIÓ ESPECIAL



1.- ESTENDRE LA MASSA



4.- TALLAR LA MASSA SOBRAINT



**2.- UNTAR EL MOTLE AMB UN
POC D'OLI**



5.- PUNXAR LA MASSA



**3.- POSAR LA MASSA EN EL
MOTLE**



6.- RATLLAR FORMATGE



7.- TALLAR EL BACON



8.- TALLAR EL PERNIL DOLÇ



9.- BATRE ELS OUS



10.- MESCLAR EL PERNIL DOLÇ I EL BACON AMB ELS OUS



11.- POSAR LA NATA



12.- MESCLAR-HO TOT BÉ



13.- FICAR-HO AL FORN

QUICHE

- MASSA DE PASTA FULLADA.
- 3 OUS.
- 200GR DE FORMATGE EMENTAL.
- 200GR PERNIL DOLÇ.
- 200GR DE BACON.
- 1 POT DE NATA XICOTET.
- ANOU MOSCADA.
- SAL.

REALITZAT PER:

- Gabriel Casa Proany
- Ramón Santiago Fernández
- Silvia Sanmartín Martínez
- Iván Gutierrez Serrano
- Angèlica Fonts Torregrosa
- Palmerar Rodríguez Pérez

AGRAÏMENTS A MEME PER PROPORCIONAR-NOS LA RECEPTE I PARTICIPAR EN LA SEUA ELABORACIÓ

Àries 21-03, 20-04



Èxit: Començaràs molt bé però alerta, a poc a poc aniràs perdent-ho.

Amor: Potser serà el teu any de sort, o de desgràcia?

Salut: Ves amb compte, per una imprudència podries perdre la bona salut que tindràs

Diners: Subsistiràs sense problemes però si treballes aniràs molt bé!

Taure 21-03, 20-05



Èxit: Aquest no serà el teu millor estiu

Amor: El teu poc èxit provocarà la teua solidaritat

Salut: En una cosa estaràs molt bé, i aquesta serà en salut.

Diners: En tindràs molts però alerta a gastar-los malament

Bessons 21-05, 21-06



Èxit: Tracta bé els coneguts i milloraràs

Amor: Dependrà de l'èxit que tingues

Salut: No fumes d'aquesta manera!!!!

Diners: Si treballes un poc tindràs diners pel que vulgues

Cranc 22-06, 23-07



Èxit: A poc a poc i fent bones amistats.

Amor: Una d'aquestes amistats potser serà molt bona

Salut: Alerta a sortir massa, podries posar-te molt malalt.

Diners: No gastes molt en una nit

Sagitari 23-11, 22-12



Èxit: Si no canvies perdràs molts amics

Amor: Si vas perdent amics podries perdre altres coses

Salut: Et mantindràs estable

Diners: Treballant, aconseguiràs alguna cosa

Capricorn 23-12, 20-01



Èxit: Potser triomfaràs, però porta't bé

Amor: Si vols ho aconseguiràs

Salut: No fumes aquestes coses!!!!!!!

Diners: Treballant no et bastarà n'hauràs de demanar



Aquari 21-01, 19-02

Èxit: A l'estiu l'aigua és ben vista, així que tu triomfaràs

Amor: Si arriba aquest any serà l'amor de la teva vida.

Salut: L'aigua podria fer que et refredes

Diners: La sort està al teu costat, no importa que treballes.



Peixos 20-02, 20-03

Èxit: Molta gent et coneixerà

Amor: Si tens xicot/a vos ho passareu d'allò més bé, sinó, n'aconseguiràs

Salut: Estaràs d'allò més bé, però procura fer esport

Diners: La teua parella et mantindrà sense esforços



Lleó 23-07, 23-08

Èxit: Si ets sortat aconseguiràs noves amistats

Amor: Sense sort no tindràs amor

Salut: Amb sort o sense estaràs sempre bé

Diners: Amb sort tindràs molts diners, si no tens sort, et bastarà



Verge 24-08, 23-09

Èxit: Tens molts amics, però si no els fas cas els perdràs

Amor: Intenta mantenir els amics i tindràs una sorpresa

Salut: El no perdre els amics et costarà, alerta a caure malalt

Diners: Pels amics perdràs alguns diners



Balança 24-09, 23-10

Èxit: Estàs acabat, estaràs sol com un mussol

Amor: Sol com un mussol, serà un any desastrós

Salut: Estar solitari et provocarà una depressió

Diners: Molts en tindràs, però cap et servirà



Escorpió 24-10, 22-11

Èxit: Ets perillós alerta que els teus amics s'allunyen de tu

Amor: Aquest allunyament provocarà que tot et vagi malament

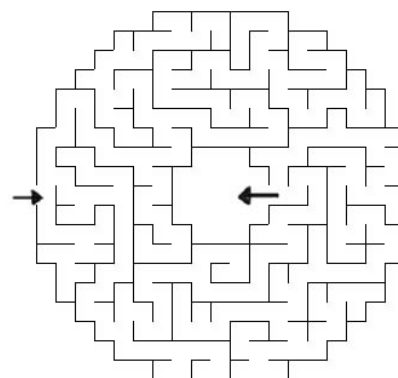
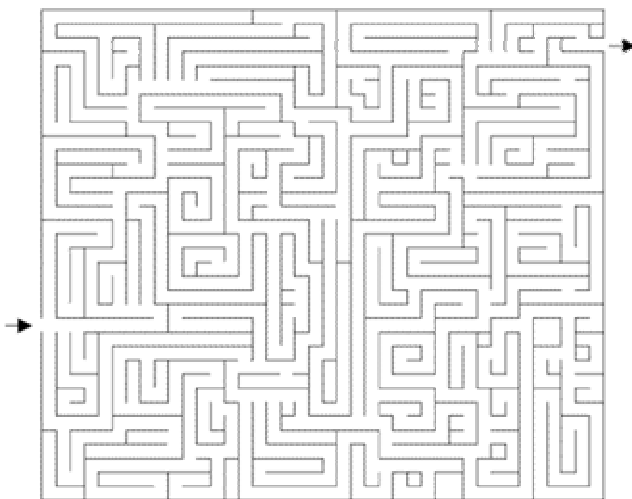
Salut: Al ser perillós pots acabar malament

Diners: Els gastaràs intentant atraure els amics.

~ Les 7 Diferències ~~Sudoku~

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

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

~Laberint~

Per fora duc vestit
verd,
i per dintre vaig
vermella,
amb botons que llenceu
els qui em mengeu.

Jo acompanyo al pobre,
amb el ric mai hi soc;
sóc enmig d'una capsa i al darrere
d'un xop



Tothom em diu
presc i sec,
Així que l'estiu
arriba,
en moltes cases
per postres
se'm mengen amb
alegria



Te panxa arrugada,
Es un gran bufador;
Sentiràs que molt gemega
Si li toques un botó

Sense mi no hi ha
diumenge,
dilluns menys,
i dimarts si.
Dijous no, però els que
falten tots els trobaràs
sense mi.

En un arbre hi ha dotze
branques,
a cada branca hi ha quatre
nius,
i a cada niu hi ha set
ocellets.

Un senyor normal i corrent camina pel carrer i veu un altre senyor i li pregunta:

- No ha vist pas un policia per aquí prop?
- No, no n'he vist cap.
- Molt bé, gràcies... Mans enlaire! Això és un atracament.

Arriba el marit a casa, a les dotze de la nit, totalment embriac. Va fent esses i amb prou feines s'aguanta dret. El rep la seva dona a punt de posar-se histèrica i li recrimina:

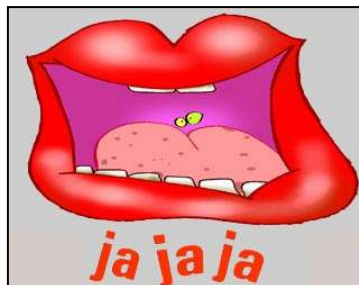
- Pep, tu a mi m'enterraràs!
- Sí, home, estic jo ara per posar-me a fer forats.

En un examen, el professor diu a un alumne que no ha sabut respondre cap pregunta:

- Li faré una darrera pregunta: si la sap contestar l'aprovaré. Quants pèls hi ha a la cua d'un cavall?
- Trenta mil cinc-cents vuitanta-tres.
- I com ho sap?
- Perdone, professor, però això ja és una altra pregunta.

La mestra li pregunta a Jaumet:

- Si jo dic vaig ser rica, és temps passat, però si jo dic sóc bonica, què és?
- Excés d'imaginació.



- Un refresc per favor, un refresc per favor, un refresc per favor, un refresc per favor!
- No em crides que no estic sord, quines galetes vols?

- Escolta pare, per què el tiet té tan poc cabell?
- És que el tiet és molt intel·ligent i pensa molt.
- I aleshores tu, per què en tens tants?
- Au, nen, calla i menja la sopa.