

La nostra

NÚM. 15
JUNY 2025



LA NOSTRA ESSÈNCIA,
ETS TU



TECNOS
escola cooperativa catalana

L'alimentació d'avui, el futur de demà



Com a empresa familiar, a Gumen Càtering coneixem el creixement dels infants, nens i joves com una de les etapes més importants de la seva vida. Per això, ens és imprescindible satisfer totes les necessitats energètiques i nutritives diàries fonamentals, per garantir el seu benestar i desenvolupament infantil.

La coneixença pels aliments i les tècniques culinàries tradicionals s'uneixen amb procediments cuidats minuciosament emprats amb il·lusió, juntament amb un experimentat equip creatiu on tothom aporta el millor de si mateix.

Estem satisfets de formar part de l'educació alimentària dels infants, nens i joves



Creem somriures amb gust de macedònia, de patates daurades amb pollastre cruixent, de divertits espirals amb bolonyesa.



Fomentem una dieta variada i equilibrada amb l'energia i vitalitat de les verdures i llegums.



Ajudem a que agafin el timó d'una bona educació alimentària descobrint els sabors del mar.



Actualitzem i adaptem els menús a les necessitats nutricionals, seleccionant aliments autòctons, ecològics i de temporada.



TECNOS
escola cooperativa

CASAL D'ESTIU 2025

del 25 de juny al 25 de juliol
per a infants d'13 a 6è de primària



TECNOS
casal d'estiu

Inscripcions a www.escolatecnos.cat/casal
22/04 fins al 8/6

04

Sumari

05

Editorial

06

Societat

07

Notícies
Escolars

11

L'entrevista

14

L'article

16

Notícies
Infantil

19

Festes i
Tradicions

26

Notícies
Primària

32

Notícies
Secundària

46

Notícies
Batxillerat

56

Lectures
Recomanades

57

Tecnos
Quiz

58

Humor

59

Entreteniments



Equip de la Cooperativa de la Revista escolar.

EQUIP DE REDACCIÓ

Redacció: Martina Gómez, Clàudia Maldonado, Clàudia Rimola i Clara Rovira.

Coordinació de la Revista: Roser Fradera

Fotografies: Equip de mestres i professors, a destacar la tasca de Rosa Pastor.

Col·laboradors habituals: Equip directiu, equip de mestres i professors, departament d'informàtica i secretaria.

Col·laboradors d'aquest número: Xavi Sans, M. Mampel, A. Pavón, Dani Claveria, Roger Soley, Pau Llargués, Alba Vil-lafañe, Eudald Oliver, Marta Álvarez, Nacho Jufresa, Mateo Casero, Mariona Baños i Agnès Poca.

Disseny i Maquetació: Roser Fradera

No us perdeu...

pàg. 11

L'entrevista

La Nostra ha entrevistat el Xavi Sans, mestre de Primària, amb motiu de la seva jubilació.

Article pàg. 14

Parlem sobre com fer les menstruacions femenines més sostenibles i reduir els residus que se'n generen.

TDR

pàg. 50

Fem una selecció dels millors Treballs de Recerca (TDR) d'enguany a batxillerat, no te'ls perdis i pren bona nota!

A la Gemma

Un equip està format per moltes persones i la força d'aquestes és l'energia del grup. A la Tecnos sempre ha estat així i, tot i que no podem parlar en singular, l'editorial d'enguany li dedico a la Gemma.

L'Escola Tecnos va ser fundada com "Academia Tecnos" l'any 1962 per Magí Cadevall, Llorenç Puig, Jordi Gibert i Ramon Nogué. Posteriorment, l'any 1973, es va fusionar amb l'Escola Social, fundada l'any 1923 pel Sr. Guillem Boronat i continuada pel Sr. Joan Artigues i la Sra. Pilar Alsius. I des de l'any 1983, el nostre centre funciona com a cooperativa de treball associat, amb el nom oficial d'Agrupació Pedagògica Tecnos Societat Cooperativa Catalana Limitada, primer, i com a Tecnos Escola Cooperativa, actualment.

Els nostres valors com a cooperativa els hem tingut i els tenim molt clars: compromís, vocació social, innovació, implicació, participació o autogestió. La nostra motivació és compartida i ens fa caminar cap a objectius comuns, consensuats, plurals, inclusius i transparents.

En tot aquest engranatge, la Gemma, que va ser la primera directora de tota l'escola, va suposar un revulsiu en la manera de fer i de funcionar del projecte, però amb aquesta força del grup claríssima, i en va deixar constància en un dels seus escrits quan va deixar la direcció: "Per més idees que l'equip directiu de l'escola tingui, si la resta no les comparteix i les treballa en la mateixa direcció, res no es pot tirar endavant. Aquest és el veritable sentit de les cooperatives, compartir un projecte i treballar conjuntament per fer-lo possible". Va iniciar una transformació en les metodologies, va impulsar les TAC, el projecte d'educació emocional, les llengües estrangeres, va posar de relleu la importància de l'equip psicopedagògic... i va acostar l'AFA al dia a dia de l'escola, amb el treball per comissions o amb l'escola de famílies. Les famílies sempre heu estat una peça més de la maquinària de l'escola i, per això, sempre va explicar la vostra tasca amb un punt d'orgull, per la vostra implicació i per la feina ben feta.

I totes i tots hem continuat per aquest camí. La Tecnos és la suma de tots els esforços, dels primers, dels de fa alguns anys, dels actuals i dels que

vindran. La Tecnos som totes les persones que en formem part, perquè tothom importa. Des de les aules i fins al pati, cada espai ha estat testimoni d'un esforç grupal per continuar aprenent i creixent. Tothom ha demostrat que, quan treballem junts, som capaços d'afrontar qualsevol adversitat i de transformar-la en una experiència enriquidora. No us podem oferir res millor que el model del batec col·lectiu, sempre explicat des de la primera persona del plural.

Ara és moment de fer balanç de tot el que hem viscut i de celebrar els petits i els grans èxits aconseguits. El final del curs no és només una fita temporal, sinó també una oportunitat per reflexionar sobre el camí recorregut. En aquest context, l'educació ha reafirmat el seu paper essencial. Més enllà de les assignatures i els continguts curriculars, hem treballat valors com el respecte, la solidaritat i la importància de cuidar-nos els uns als altres. Perquè educar no és només ensenyar, sinó també acompanyar i preparar per a la vida. Aquesta tasca compartida entre l'escola i les famílies és la que dona sentit a la nostra feina i al compromís que tenim amb l'alumnat. La nostra feina és una feina magnífica, vital i canviant, on no tenim temps per avorrir-nos i que provoca la satisfacció de contribuir, amb el nostre granet de sorra, en els assoliments dels infants i dels i les joves.

Als que acabeu etapa us acomiadeu amb una maleta plena de coneixements, amistats i records que us acompanyaran sempre. I als que continueu, us esperem amb il·lusió el proper curs, preparats per seguir explorant i descobrint. A les famílies, gràcies per la vostra confiança i suport incondicional. Sou una part fonamental de la nostra família Tecnos, i sense vosaltres aquest projecte no seria del tot possible. I gràcies també al professorat i a tot el personal per la dedicació i l'esforç. La vostra tasca, de vegades invisible, és clau perquè l'escola sigui un espai d'aprenentatge, convivència i creixement personal.

Ara és temps de descans, de gaudir de l'estiu i de carregar energies. Ens retrobarem al setembre amb noves metes i ganes de seguir aprenent junts.

Molt bon estiu a tothom! Equip Directiu

BENVINGUT, MILEN!

El 28 de gener, va néixer el Milen Simeonov Busquets, nét de la nostra companya i professora Tere Puig.

Moltes felicitats, família! Us desitgem que gaudiu al màxim d'aquesta nova etapa al costat del Milen.



50è ANIVERSARI

El 25 de juliol, el nostre company Xavi Messeguer va celebrar el seu 50è aniversari i, com és costum a l'escola, els companys el van felicitar amb un bonic ram.

Per molts anys, Xavi!

25 ANYS A L'ESCOLA TECNOS

El curs passat, l'Àngel Buch, professor de Tecnologia i tutor de 2n d'ESO, va complir 25 anys treballant a la nostra escola.

L'escola i els companys vam estar al seu costat per obsequiar-lo amb un bonic detall.

Moltes felicitats!



CELEBRACIÓ DE JUBILACIÓ

El 27 de juny, es va celebrar l'acte de jubilació de la M^a Teresa Planell, el Xavi Sans i la Gemma Elias.

L'escola va voler acompanyar-los en aquest acte de comiat i recordar-los que La Tecnos sempre serà casa seva.

Us trobarem a faltar, companys!

LES PAU 2025, LES MÉS COMPETENCIALS

A partir de juny de 2025, les proves d'accés a la universitat seran diferents de com han estat fins ara.

Per Clàudia Rimola

El Consejo de Ministros finalment ha aprovat la nova selectivitat que el Govern va proposar el 2022, però que des d'aleshores s'havia anat ajornant i modificant diverses vegades. Per informar-nos dels canvis que això suposa, hem parlat amb la Yasmina Ewulu, cap d'estudis de Batxillerat de la Tecnós.

El temari ja va canviar fa tres anys amb la llei d'educació general que va entrar en vigor, LOMLOE, i ara hi ha algunes matèries que han eliminat contingut i d'altres que n'han afegit.

La llei RD534/2024 incideix en la tipologia de les preguntes: es redueix a un 30% l'opcionalitat per evitar que els alumnes descartin temari a l'hora d'estudiar; es redueixen les preguntes tipus test en un percentatge inferior al 30%, per tal de fomentar el desenvolupament de les respostes; les preguntes són més competencials i no tan memorístiques.

La nova llei obliga a penalitzar errors en el text, tant ortogràfics, com d'expressió, de coherència o de cohesió textual, a totes les matèries. Això sí, amb un màxim de punts que es poden restar: en les assignatures de llengua fins a 2 punts i en totes les altres fins a 1 punt.

Les preguntes relacionades amb les lectures obligatòries en les assignatures troncal de llengua han estat eliminades i sembla que hi ha la intenció de mantenir aquest criteri que busca impulsar les competències interpretatives i la capacitat de lectura crítica per sobre de la memorització i l'anàlisi literària d'obres concretes.

El funcionament de la fase específica no ha variat, l'alumnat té la possibilitat de presentar-se a un màxim de tres exàmens per treure la millor puntuació possible, atès que es tindran en compte les dues notes més altes.

DISTINCIÓ PAU

Quatre alumnes de la promoció 2023/24 reben el reconeixement Distinció PAU.

El dia 11 de juliol de 2024 a la tarda, es va celebrar l'acte de reconeixement Distinció PAU a la sala d'actes de l'edifici ESEIAAT.

En aquest acte, el Consell Interuniversitari de Catalunya atorga aquesta distinció als alumnes de batxillerat que han obtingut en la fase general de les PAU (Proves d'Accés a la Universitat) una nota igual o superior a 9.

Tant el regidor d'Universitats i Transferència de Coneixement, Pep Forn, com la tinenta d'alcalde de Projecte de la Ciutat de Terrassa, Ona Martínez, i membres de la Corporació Local, van participar-hi. D'aquesta manera, l'Ajuntament de Terrassa va sumar-se, també, en aquest reconeixement.



Quatre alumnes de l'escola Tecnós van ser guardonats amb la Distinció PAU. Entre ells el Nil Solà, amb un 9.5, l'Ariadna Ruiz, amb un 9.3, la Bruna Santamaria, amb un 9.1, i la Carla Marquès, amb un 9.

Moltes felicitats a tots quatre, per l'esforç realitzat al llarg de tot el Batxillerat i els bons resultats obtinguts a les proves PAU.

Us desitgem uns estudis d'allò més exitosos!

FIRA DE COOPERATIVES

El dia 2 d'abril es va realitzar la fira de cooperatives, a Barcelona, un esdeveniment anual en el qual s'agrupen diverses escoles per exposar quines cooperatives d'alumnes organitza cadascuna.

Per Clàudia Maldonado i Martina Gómez

L'acte proposa diverses activitats per als seus assistents:

En primer lloc, aquests tenen un marge de temps per poder muntar la parada, exposant la cooperativa en què participen amb l'acompanyament de música i d'uns bons aperitius.

Seguidament, els participants són convocats a un discurs d'obertura on se'ls informa sobre la trajectòria d'aquesta diada i se'ls explica la importància de formar cooperatives i de fomentar aquestes idees de comunitat.

A continuació, un cop acabat el discurs, totes les persones passen per la fira per tal d'obtenir informació de les diferents cooperatives que hi participen; fet això i en finalitzar l'explicació dels responsables de cadascuna de les carpes, les entitats realitzen una pregunta als visitants per comprovar si han estat atents durant la visita i, si és així, se'ls dona un segell i una bossa de l'associació de cooperatives.

Després d'aquesta col·lecta d'informació, es fan activitats lúdiques, les quals formen un ambient acollidor i fan gaudir d'una bona estada al recinte. Aquest any, per exemple, es va decidir fer grups aleatoris on alumnes de diverses escoles podien socialitzar amb l'objectiu de compondre una cançó, la qual més tard seria exposada en un escenari.

Finalment, per acabar la jornada, es dona un discurs de tancament i agraïment cap a totes les escoles participants i es convida a ballar a la pista tota persona valenta que vulgui agafar el repte.



Esteve Garrigó
C/ Urquidona, 30
08222 Terrassa

Tel. 93 787 56 25
teve.es05@gmail.com



L'alumnat d'Infantil i Primària gaudeix de la varietat d'activitats que es realitzen a la biblioteca de l'escola.



A la biblioteca, el mes de març vam celebrar el Dia Mundial de la Poesia.

Vam escoltar i gaudir de poemes per llepar-se'n els dits, de poemes bes-tials, de poemes a la butxaca, de poemes voladors... A partir d'aquell dia tots els nens i nenes d'Infantil i Primària vam engegar motors per muntar l'exposició "POEMES ENTRE FULLES I PÀGINES" pel dia de Sant Jordi.

Aquí us deixem algunes fotografies que reflecteixen el resultat del nostre treball i entusiasme per la màgia dels versos.



Extraescolar per treballar el ben-estar emocional

Des del trimestre passat, l'escola ofereix una nova activitat extraescolar molt interessant.

Per Clàudia Maldonado i Martina Gómez

Aquesta activitat, organitzada per l'empresa Emotional Seeds, es fa els dilluns de 17.00 a 18.30 i va dirigida a alumnes de primària. Ara mateix, només hi ha 4 participants de 3r de primària, i això pot afectar-ne la continuïtat. Tanmateix, les famílies que hi participen valoren molt positivament l'activitat, diuen que és útil i que ajuda al creixement personal dels nens.



Com va sorgir la idea?

Aquesta extraescolar es va crear per abordar un problema cada cop més comú: els alumnes tenen més dificultats per gestionar l'estrès i la frustració. Amb aquesta activitat, es volen donar eines als nens per afrontar aquests moments de manera positiva.

L'objectiu principal de l'extraescolar és que els nens i nenes desenvolupin diversos àmbits:

- Potenciar la seva intel·ligència emocional.
- Construir relacions saludables.
- Relacionar-se de forma positiva i segura amb la sexualitat.
- Treballar l'autoestima i l'autoconeixement.

Peraconseguir-ho, l'activitat combina jocs, dinàmiques i obres de teatre que fan que l'aprenentatge sigui molt divertit, pràctic i alhora efectiu.

Un projecte que també inclou les famílies

Un dels aspectes més destacats d'aquest projecte és que no només es treballa amb els infants, sinó que també es programen sessions per a les famílies. Aquestes trobades tenen l'objectiu de proporcionar recursos amb els quals els pares i les mares puguin acompanyar millor als seus fills i filles durant aquest procés d'aprenentatge i creixement personal.

Així doncs, aquesta és, sens dubte, una proposta que aposta per la formació integral dels infants, posant el focus en el seu benestar emocional i en eines que els seran útils al llarg de tota la vida. Si esteu interessats a inscriure els vostres fills o filles o voleu més informació, no dubteu a contactar amb l'escola o amb Emotional Seeds!

Resultats obtinguts a les PAU

Analitzem els resultats obtinguts a les Proves d'Accés a la Universitat (PAU). Pels nostres alumnes, en relació a les notes mitjanes de Catalunya.

El curs passat el 100% dels alumnes de 2n de Batxillerat que es van presentar a la PAU del juny van aprovar.

La mitjana global del centre a la fase general va ser de 7,522 i la mitjana de nota d'accés de 7,796. Pel que fa al llistat ordenat per mitjanes de notes de la PAU, la Tecnos va ocupar el lloc 10; un curs més repetint en el primer quartil.

Volem destacar els bons resultats obtinguts a la prova de Matemàtiques, on la nota mitjana dels nostres alumnes va ser de 7,00 i, en canvi, la mitjana catalana va quedar suspesa amb un 4,79.

A la resta de matèries, la nota mitjana de l'alumnat Tecnos va ser superior a la catalana, en tots els casos.

ENTREVISTEM EL XAVI SANS

El Xavi Sans ha estat mestre de l'escola des de fa trenta-dos anys! Molt de temps formant part de la família Tecnos i ara, amb motiu de la seva propera jubilació, La Nostra l'ha entrevistat per poder conèixer-lo millor. Esperem que gaudiu molt de l'entrevista.

Per Clàudia Maldonado i Martina Gómez

L'INICI DE TOT

Bon dia, Xavi. Quan i com vas decidir que volies ser professor?

De fet, molt aviat. Em sembla que amb dotze anys ho tenia força clar... He pogut treballar en la professió que vaig escollir i això és tot un privilegi.

Quina va ser la teva formació acadèmica?

En primer lloc, la diplomatura de magisteri amb especialitat de ciències, després vaig passar per diferents formacions parcials (matemàtiques, informàtica, idiomes...), el Màster en Educació i Tecnologia i, finalment, el Doctorat. De ben gran vaig aprendre a tocar el violí!

Com i quan vas arribar a l'escola Tecnos?

Vaig arribar a la Tecnos fa trenta-dos anys, venia de treballar a Barcelona i volia tornar a la meua ciutat.

Per què vas decidir quedar-te a la nostra escola?

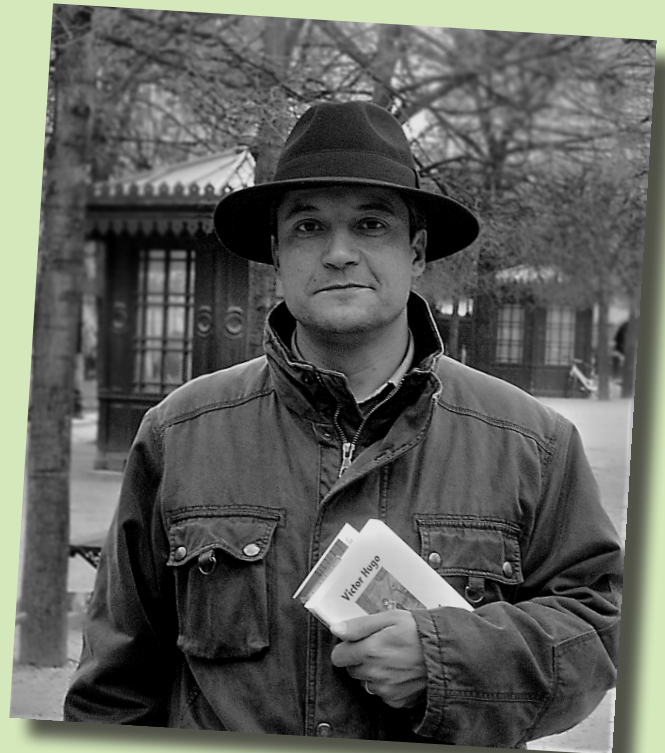
Volia quedar-me a treballar a Terrassa i la Tecnos era una molt bona opció. El projecte cooperatiu era molt atractiu.

LA TASCA DOCENT

Quants anys has estat treballant a l'escola Tecnos?

Si fem números... trenta-dos! Molt temps... Moltes vivències.

Quines són les tasques que has desenvolupat al llarg de tots aquests anys?



Fonamentalment, he fet la feina de mestre encara que ocasionalment vaig participar en la gestió de la cooperativa. Com a mestre he estat tutor i especialista, també una temporada responsable del batxillerat Dual.

Quins han estat els projectes més importants que has desenvolupat?

El projecte més important d'un mestre ha de ser sempre l'aprenentatge continu. En una taula rodona amb futurs mestres els vaig dir que "Tots som, sempre, aprenents!" I malalment aniríem si no ho fóssim. Això sí, ens hem d'anar tornant "aprenents experts." El gran eix director sempre ha de ser acompanyar i guiar l'aprenentatge.

Quina és la tasca, de totes les que has realitzat, que més t'ha omplert en l'àmbit personal?

Sense cap mena de dubte: el dia a dia a l'aula. El contacte directe amb el procés de descoberta i aprenentatge, la resta als mestres ens ve afegit...

Què és el que més t'agrada de l'ensenyament?

El descobriment del coneixement i l'intercanvi de punts de vista i reflexions. La curiositat per aprendre en general. Descobrir que cada alumne necessita un camí un xic diferent per arribar a bon port.

Quina ha estat la teva major contribució a l'escola?

Més que una contribució, l'honor i el privilegi de formar part d'un equip docent molt implicat en el procés educatiu. En qualsevol cas, he pogut participar del procés



tecnològic i veure'n l'evolució i això ha estat tot un repte.

Enyores ensenyar? Si és així, que és el que més trobes a faltar?

La pregunta és delicada... Sí que enyoro el fet d'ensenyar (sobre què significa aquest fet, o com s'entén a hores d'ara, en podríem parlar...) Trobo a faltar el moment en què un alumne canvia de mirada i obrint els ulls et diu: "Ara ho he entès!" És màgic!

Creus que t'ha quedat alguna cosa pendent de fer?

Sempre, segur! Tot! En Martí i Pol va dir que tot està per fer! I penso que tenia raó. Aprendre i ensenyar són processos continus i en tant que això és així en participem durant un temps, però l'aprenentatge és constant, canviant i ha d'estar sempre viu.

Quin consell li donaries a un professor que acaba d'entrar?

Que cerqui el coneixement, que es deixi estar de floritures, que ajudi a formar ciutadans cultes i crítics. Que gaudeixi del dia a dia. Tindrà una feina que, si vol, cada dia serà diferent! I això és un privilegi. Que es reservi una estona de la jornada per observar a aquell alumne que passa un mal moment, que té alguna dificultat concreta i que li expliqui que l'ajudarà i que se'n sortirà. Que provi de trametre el coneixement com un valor.

Com has mantingut la passió per l'ensenyament durant aquests anys?

Per convenciment. Pel repte diari de pensar que he pogut contribuir a ajudar a la descoberta del coneixement d'uns quants alumnes. Segur que no pas de tots, quan decideixes ensenyar has d'assumir que no ho faràs bé per a tothom!

RELACIÓ AMB ELS ALUMNES

Com ha estat la relació amb els teus alumnes?

He fet el possible perquè fos bona, però això no em toca pas dir-ho a mi. Des del meu punt de vista ha estat molt gratificant.

I amb les famílies?

Una mica el mateix. Espero haver complert amb la meva tasca de la forma més professional i humana possible i haver pogut posar un granet de sorra en això de l'educació dels seus fills i filles que és una responsabilitat de les famílies i és molt important.

Què ha de tenir un bon mestre a primària?

Professionalitat, ofici i, per damunt de tot, molt coneixement de base i una cultura molt àmplia. Evidentment, ha de tenir la capacitat de saber que treballa amb persones diferents i apreciar-ho com un luxe. Ha de tenir també la capacitat de desvetllar l'esperit crític dels alumnes.

Com tractaves les situacions difícils amb els estudiants o amb els pares?

Amb la màxima objectivitat possible, sempre provant d'afavorir el procés de maduració i educació de

l'alumne en qüestió, sent conscient, però, que no sempre ho faria prou bé... Quan repenses les coses amb el temps t'agradaria poder rectificar-ne algunes, això és inevitable.

D'entre tots el moments que has viscut amb els alumnes, quin recordes més afectuosament?

Vaja, una llista molt llarga. A mi m'ha agradat (i m'agrada) la meva professió. Els alumnes han estat sempre el centre d'atenció i, per tant, han estat proveïdors de moments fantàstics. Hem tingut promocions de nois i noies meravelloses, molt agraïts... No sabia triar moments, però posats a destacar-ne algun, una noia (de qui no us en diré el nom, per descomptat) que tenia veritables problemes escrivint i va acabar portant-me un dia, quan ja feia segon de batxillerat, un recull de tots els escrits que havia fet en la seva "vida escolar" a la Tecnos.

Quina és la lliçó més important que vas intentar inculcar als alumnes?

No deixis mai que ningú et digui que no pots. I si algú t'ho ha dit, treu-lo immediatament de la teva llista d'adults de referència: t'ha mentit! És possible que aconseguir algunes fites et demani més esforç del que esperaves, és probable que arribar a algunes consecucions exigeixi certs sacrificis. Jo no diré que sigui fàcil, però el que segur que tampoc diré és que sigui impossible. Endavant! Quan calgui, jo hi seré per ajudar-te.

Recordes alguna anècdota divertida que hagis viscut amb ells?

Oh sí. En una guàrdia a Educació Infantil... un menut se'm va quedar mirant fixament; quan vaig preguntar-li si el podia ajudar en alguna cosa, assenyalant els meus cabells (incipientment blancs) em va dir "T'has arrambat a la pissarra!"

EL XAVIER SANS COM A PERSONA

Com és en Xavier Sans, com et defineixes?

Això és molt difícil de dir perquè un mateix segurament pot ser molt poc objectiu. Acostumo a ser perseverant. Soc curiós de mena i m'agrada molt (moltíssim) aprendre coses noves.

Què t'agrada fer, fora de l'àmbit escolar?

Conèixer món! I la música! De fet, intento tocar amb uns amics i ens ho passem molt bé. M'agrada molt el teatre. Soc un devot de la lectura i de l'escriptura.

Com et fa sentir deixar l'escola?

Bé, això també és difícil de definir perquè, de fet, tota la meva vida ha seguit el calendari escolar (excepte molt poc temps), així que ara em caldrà readaptar-me una mica. Sempre genera sentiments contradictoris, però cada etapa vital té de tot: quelcom bo i quelcom potser un xic menys bo...

Quin record et queda d'aquesta entitat?

Especialment, el del col·lectiu de persones que en els diferents àmbits han estat i estan implicats en un projecte comú. El d'alguns companys i companyes dels qui he tingut la sort d'aprendre molt i també el record d'alguns alumnes... recordo una noia que era capaç d'escriure unes redaccions increïbles sense haver de fer mai un esborrany: em sorprenia molt! La veig de tant en tant en algunes tertúlies de televisió.

Quin valor a destacar has après durant aquests anys d'impartir classes?

L'autoestima. El fet d'ajudar a aconseguir que els nois i noies creguin en ells mateixos i en el seu potencial. Quan arribes a creure en les teves possibilitats, pots canviar el món!

Què tens pensat fer ara?

Viure a un ritme més calmat, però no gaire; continuar aprenent idiomes (ara començo amb el sisè), viatjar entre setmana -tot un luxe- i, molt especialment, gaudir dels meus, compartir música amb la banda, continuar escrivint, parlar amb les plantes i regar els amics dos cops per setmana... Potser deixar de dur rellotge. Ah, sí... i agrair-vos haver pensat en mi per aquesta entrevista. Molta sort!

Moltes gràcies, Xavi, pel temps que has dedicat a contestar l'entrevista.

Et desitgem una nova etapa plena d'il·lusions i oportunitats, sabem que l'aprofitaràs al màxim i que en sabràs gaudir de la mateixa manera que has fet fins ara.

Una forta abraçada de part de tots!

Productes menstruals sostenibles: una alternativa ecològica i conscient.

Cada mes, milions de persones experimenten la menstruació, un procés natural el qual, malauradament, ha estat envoltat de tabús des de fa molts anys. Més enllà de l'impacte personal, la menstruació també genera un impacte ambiental significatiu.

Per Clàudia Rimola



Imatge extreta de la web: www.ecoavant.com

El problema dels productes menstruals convencionals

Els productes menstruals convencionals, com compreses i tamps d'un sol ús, són responsables de grans quantitats de residus plàstics que triguen segles a descompondre's. Per això, cada vegada més persones opten per alternatives sostenibles que són més respectuoses amb el medi ambient i amb el seu benestar personal.

Les compreses i tamps d'un sol ús sovint estan fets de plàstic, cotó blanquejat i altres materials sintètics. Una sola compresa pot contenir fins a un 90% de plàstic, mentre que els tamps són majoritàriament de cotó, però solen venir embolicats en materials no biodegradables. A més, per tal de fabricar aquests productes convencionals, s'ha de fer ús de químics nocius i de grans quantitats d'aigua, fet que agreuja l'impacte ambiental.

Hi ha estudis que calculen que, al llarg de la vida, una sola persona pot generar entre 100 i 150 kg de residus menstruals, els quals, si no acaben en abocadors, acaben al mar. Aquesta situació, en el context de crisi climàtica que vivim, crea la necessitat de buscar opcions més ecològiques.

Alternatives sostenibles

Les alternatives sostenibles que més èxit han tingut en els darrers anys han estat les següents: En primer lloc, tenim la copa menstrual, un producte amb forma de copa que s'introdueix a la vagina els dies de menstruació de manera que el sagnat menstrual queda recollit a l'interior de la copa i s'ha de treure cada 12 hores com a màxim per buidar-ne el flux. La copa és un producte fet de silicona, reutilitzable i que pot durar entre 5 i 10 anys.

En segon lloc, una altra alternativa poden ser les compreses de tela reutilitzables, fabricades amb materials com cotó orgànic o bambú. Aquest producte es pot rentar i reutilitzar durant diversos anys, fet que permet generar una quantitat inferior de residus i estalviar diners; és còmode i ofereix una gran absorció sense necessitat de químics.

En tercer lloc, també existeixen les calces absorbents o menstruals. Aquestes semblen calces corrents en aparença, però estan fetes d'una combinació de cotó i polièster que reté el flux menstrual. D'aquesta manera, la part de contacte amb la pell no queda humida ni traspasa cap a fora. Hi ha diferents tipus de calces menstruals: clàssiques, esportives,



Imatge extreta de la web: www.monterrassa.cat

Imatge extreta de la web: www.rac1.cat

amb encaix... Només s'han de rentar per poder-les utilitzar de nou i poden durar anys.

Seguidament, els tampons poden ser substituïts per esponges marines. Per tal de recollir el flux, aquestes es col·loquen a la vagina igual que un tampó i, un cop plenes, s'aclareixen per poder tornar-les a col·locar. Les esponges es poden portar fins a 8 hores com a màxim, però això depèn de la quantitat de flux de cada dona. A diferència dels tampons, són naturals (no tenen cap mena de químic), biodegradables i reutilitzables. A més s'adapten amb facilitat a les parets de la vagina gràcies a la seva plasticitat.

Finalment, un altre producte menstrual sostenible és el tampó de cotó orgànic i biodegradable que, tot i ser d'un sol ús, està fet de poliuretà (un compost natural que es descompon ràpidament), no conté químics tòxics i respecta la flora vaginal. La col·locació és molt senzilla i semblant a la dels tampons habituals: només s'han de lubricar, plegar i introduir i s'han de canviar en un màxim de 6 hores. Tot i això, aquests tampons no són reutilitzables, per la qual cosa generen residus i no són tan respectuosos amb el medi ambient com els altres productes anomenats anteriorment.

Beneficis d'utilitzar productes menstruals sostenibles

Un dels beneficis principals de l'ús de productes menstruals sostenibles és la reducció de residus, ja que els productes d'un sol ús generen tones de deixalles cada any i els productes reutilitzables disminueixen molt aquesta petjada ambiental. Es calcula que una dona, al llarg de la seva vida, pot utilitzar al voltant de 15.000 tampons o compreses.

Un altre avantatge important és l'estalvi econòmic que comporta, ja que, encara que al principi la inversió en aquests productes pugui semblar elevada, a llarg termini resulta ser més econòmic. Una dona pot arribar a gastar 3.000 euros durant la seva vida en productes menstruals convencionals.

En afegiment, molts d'aquests productes contenen químics (com blanquejants o fragàncies) que poden ser irritants o perillosos per a l'organisme. En canvi, els productes sostenibles estan fets de materials i teixits naturals que permeten la transpiració i no alteren el pH vaginal.

Per acabar, productes com les copes menstruals o les calces menstruals ofereixen una comoditat que permet passar llargs períodes sense necessitat de canvis constants.

Desavantatges d'utilitzar productes menstruals sostenibles

Una de les barreres dels productes menstruals sostenibles és la inversió inicial que s'ha de fer, encara que a mesura que passa el temps aquesta inversió es compensa i val la pena.

A més, els productes reutilitzables requereixen un manteniment regular, ja que s'han de rentar després de cada ús. Això pot ser un inconvenient, sobretot en situacions en què l'accés a l'aigua neta és limitat. A part d'això, en moltes ocasions, l'ús de copes menstruals o compreses reutilitzables requereix temps i pràctica; algunes dones poden trobar complicat o incòmode utilitzar aquests productes al començament.

MÚSICA EN FAMÍLIA

Aquest curs, els alumnes d'infantil tenen l'oportunitat de participar en un projecte molt especial: Música en Família, un projecte per compartir i gaudir junts.



Cada setmana, un infant s'emporta a casa la "maleta de música", que conté diferents recursos i dinàmiques perquè les famílies puguin gaudir de moments musicals junts.

A través d'aquest projecte, les famílies poden compartir estones de música amb els seus fills i filles i gaudir de cançons durant tot el curs. Aquestes s'actualitzen cada setmana i es poden escoltar des de la GALERIA DE FOTOS TECNOS.

Aquesta iniciativa també compta amb una novetat molt interessant: les cançons estan disponibles a l'Spotify de l'escola. En aquest espai, les famílies trobaran llistes de reproducció per cada curs, amb les cançons i audicions específiques de cada nivell, així com una llista anomenada Cançons per cantar i ballar, una selecció de cançons de diversos estils per tal que tothom pugui gaudir en qualsevol moment i lloc: a casa, al cotxe o, fins i tot, a la dutxa!

A través d'aquesta activitat, es vol fomentar una experiència divertida i educativa que ajudi els infants a connectar amb la música en el seu dia a dia, alhora que fomenta la participació de les famílies en el procés d'aprenentatge.

Així, doncs, aquest curs cantem, ballem i gaudim de la música en família!



L'art d'envoltar quadrilàters

En un món ple d'estímuls i presses, trobar moments de calma per als infants és essencial. L'activitat d'embolcallar quadrilàters amb línies rectes no només és una proposta artística, sinó també una eina poderosa per promoure una ment tranquil·la i relaxada.

Comencem amb una base senzilla: un quadrilàter que les famílies ens han ajudat a retallar. Aquestes formes geomètriques, amb els seus costats rectes i angles precisos, proporcionen un marc que convida a l'ordre i la concentració. Amb fils de colors, els infants tracen línies rectes que connecten al voltant del quadrilàter, creant una trama de formes superposades, com si es tractés d'un acolorit teixit.



Aquest procés repetitiu, gairebé meditatiu, calma la ment i enfoca l'atenció. Els infants aprenen que la bellesa pot sorgir de la simplicitat, que l'ordre i la creativitat poden anar de la mà mentre es relaxen. Superposar formes i línies no només és un exercici d'exploració artística, sinó també un reflex de com podem integrar les nostres emocions i experiències. Cada línia traçada es converteix en un pont cap a l'equilibri interior.

Així doncs, embolcallar quadrilàters i teixir línies pot ser un camí per abraçar la calma, fomentar la creativitat i trobar bellesa en la simplicitat. És una invitació a respirar, connectar i deixar-se portar per la màgia de les formes i les línies.

Superposar i envoltar per promoure una ment tranquil·la i relaxada.



EL TEATRE A L'ESCOLA

A l'Etapa d'Infantil, creiem que el teatre és una eina fantàstica per treballar de manera creativa i divertida les diverses disciplines de l'aprenentatge. No només ajuda als infants a expressar-se millor i a perdre la por de parlar davant dels altres, sinó que també fa possible integrar totes les matèries de manera global i motivadora.



A les aules d'Infantil, el teatre ens aporta múltiples beneficis. Ens permet detectar les fortaleces i habilitats de cada infant, situant-lo al centre de l'aprenentatge i afavorint una educació inclusiva i global. A més, fomenta el desenvolupament de la creativitat, el pensament crític i la sensibilització, tot fent que els infants gaudeixin mentre aprenen.

A les classes del Drac i de l'Àliga hem volgut posar en pràctica aquesta manera d'aprendre a través de la representació teatral. Com a cloenda del projecte de Joan Miró, l'alumnat va dur a terme una obra de teatre creada pel mateix equip docent basada en la vida de l'artista. La classe de l'Àliga va representar la seva infantesa i joventut, mentre que la classe del Drac va acostar-nos a la seva etapa adulta i al seu univers surrealista.

Aquestes representacions, que van tenir lloc davant de la resta de l'alumnat d'Infantil, van donar sentit a tot el que havien après durant setmanes sobre la vida i l'obra de Joan Miró. No només els va permetre consolidar coneixements d'una manera vivencial i significativa, sinó que també va fomentar el treball en equip, la cooperació i la confiança en ells mateixos.

Sempre ens ha agradat obrir l'escola a l'art i cada any observem com a través del teatre i la dramatització, els infants poden conèixer millor el món que els envolta i comprendre'l d'una manera activa i participativa.



La Castanyada

Juntament amb la tardor, la Castanyada arriba a l'escola!

Cada any quan arriba la tardor, les castanyeres de l'escola ensenyen als alumnes d'infantil i primària a torrar castanyes i, un cop ben cuites, les tasten al pati tots plegats.



Els nens i nenes d'infantil, a més, poden gaudir de la representació teatral del conte de la castanyera, interpretat per les mestres de l'etapa.



Halloween

Terrorífics personatges de Halloween han visitat els alumnes d'educació infantil a les seves aules.

Els nens d'Infantil han rebut la visita d'una colla de personatges terrorífics: bruixes, esquelets, pallassos diabòlics, etc. Quin ensurt! Per sort, només eren alumnes de Primària disfressats per celebrar Halloween.



Santa Cecília

Al novembre arriba Santa Cecília, la patrona de la música, i a la Tecnos hem gaudit d'un concert musical celebrat a la sala d'actes de l'escola, entre altres activitats musicals.

Per Santa Cecília, hem rebut la visita de, que ens ha interpretat un concert a la sala d'actes, emprant diversos instruments tals com trompeta o piano. Els nens d'infantil han gaudit molt i han pogut acostar-se a l'escenari a tocar els instruments.



Ens trobem amb els padrins

Els nens i nenes d'Infantil s'han trobat amb els seus padrins, que els han ajudat a realitzar les postals de Nadal.

A Infantil ens agrada molt trobar-nos amb els nostres padrins de Primària, sempre és un bon moment per aprendre d'ells i compartir aficions com la lectura o la pintura. En aquesta ocasió, els nostres padrins han vingut i ens han ajudat a realitzar les postals de Nadal.



Celebrem el Nadal

Els nens i nenes d'infantil hem guarnit l'arbre de Nadal i hem fet cagar el Tió. Com ens hem portat molt bé, ens ha cagat moltes lllaminadures.

Les aules d'Infantil s'han omplert de tradicions nadalenques durant els dies de desembre. No ha faltat el calendari d'advent, l'arbre de Nadal, les postals i les nades, el Tió i els regals, etc.





Arriba el Carnaval

La temàtica d'enguany a l'escola han estat els musicals.

Cada curs s'ha disfressat d'una obra diferent, sempre dins la temàtica escollida.

El musical seleccionat a les aules d'Infantil ha estat El rei lleó, per tant, hem vist zebres, lleons i micos, entre molts altres animals.



Visca els musicals!

Altres musicals que també han estat representats pels alumnes de l'escola han estat: Mary Poppins, Coco, el Petit Príncep, Grease i la Bella i la Bèstia.

Els nens i nenes ho han passat d'allò més bé celebrant Carnaval al pati de l'escola i sortint a fer la Rua pels carrers de Terrassa.



Arriba Sant Jordi a la Tecnos!

A Primària, hem celebrat la Diada de Sant Jordi amb el lliurament de premis de La Ploma d'Or, una ballada de danses tradicionals i gaudint del repertori de llibres exposats a les parades!



Els nens i nenes de Primària hem celebrat la Diada de Sant Jordi recollint els premis a les millors narracions i il·lustracions del concurs *La Ploma d'Or*.

Hem celebrat la tradicional ballada de danses, acompanyats dels gegants de la Tecnos: el Sonset i la Sonseta.

Moltes felicitats a tothom, premiats i no premiats, per l'esforç realitzat i gràcies per la vostra participació!

Molt bona Diada de Sant Jordi!



El Vaixell de Paper

Secundària i Batxillerat han celebrat la diada de Sant Jordi a la Sala Crespi, on s'han realitzat la festa i el lliurament de premis del Vaixell de Paper.

La festa del Vaixell de Paper ha començat amb la interpretació de l'obra de teatre *Mar i Cel*, que han realitzat els alumnes de teatre de 4t d'ESO, dirigits per la seva professora de teatre, l'Anna Lozano.

Les actuacions musicals d'enguany han estat interpretades per diferents alumnes de l'Escola de Música de la Tecnos, tots ells de 2n d'ESO. Hem pogut escoltar:

- *Basket case*, de Green Day, interpretada al teclat per Quim Jalen-cas.
- *That way*, de Tate Mc Rae, interpretada per Anna Aparicio i Val-entina Soler (veu i teclat).
- *Constellations*, de Jade le Mac, interpretada per Núria Borràs i Carla Bosch (veu i teclat).

Com a novetat, els alumnes de Comunicació Audiovisual, a càrrec del professor Rubén Montero, han preparat dos curtmétratges que han estat pro-jectats a l'escenari:

- Informatiu *TecNews Sant Jordi*, realitzat pels alumnes de 1r de batxillerat.
- *Mostra de 5 curts experimentals*, realitzat pels alumnes de 2n de batxillerat.

Entre actuacions, s'ha repartit un primer i un segon premi a les categories de Narració (1r i 2n cicle ESO i batxillerat), Il·lustració (1r i 2n cicle ESO i Batxillerat) i Portada de la Revista (categoria única per a totes les etapes). Alhora, s'ha fet entrega d'un primer premi a la categoria de Poesia (1r cicle d'ESO i Batxillerat).

Agraïm als presentadors, Marta Álvarez i Isaac Millo, per amenitzar la gala amb tanta professionalitat.

Moltes gràcies, també, a tots els participants, pel seu esforç i dedicació, així com als membres de la Comissió, per l'organització de l'event.

Finalment, felicitem els merescuts guanyadors del certamen.

Feliç Sant Jordi!



NOU PROFESSORAT A PRIMÀRIA

L'equip de la cooperativa de la revista escolar, La Nostra, vol conèixer de primera mà les noves incorporacions de mestres a infantil i primària.

Per Clàudia Rimola

Quina és la vostra formació i on heu estudiat?

M. Mampel: Soc mestra d'Educació infantil i primària, i també vaig estudiar Pedagogia. A la UB i a la UNIR (Universidad Internacional de La Rioja).

A. Pavón: Soc mestra d'Educació Infantil. He estudiat a la UNIR (Universidad Internacional de La Rioja). Abans, però, vaig estudiar Educació Social a la UAB.

Coneixíeu anteriorment l'escola Tecnos? Com hi heu arribat?

M. Mampel: Fa cinc anys que treballo a l'escola, però formava part de l'equip d'infantil; aquest any he pujat a primària.

A. Pavón: Coneixia l'escola perquè soc terrassenca. El curs passat vaig tenir l'oportunitat de fer les pràctiques com a mestra d'infantil. Enguany he tingut la sort d'estrenar-me com a mestra a la TECNOS.

Com han estat els primers dies a l'escola? Quines han estat les primeres impressions?

M. Mampel: Els primers dies a primària han sigut molt enriquidors. M'he sentit molt acollida i en tinc molt bones impressions.

A. Pavón: Els primers dies a l'escola han estat un cúmul d'emocions i sensacions diverses, però m'he sentit acompanyada per tothom.

Quina és la vostra tasca?

M. Mampel: Soc tutora de 1r A.

A. Pavón: Faig de mestra auxiliar a Infantil (i3 A) i de mestra especialista d'anglès a infantil i primària (i3 B, i4 A, 1r, 2n i 4t).

Què és el que us agrada de l'educació? Per què us dediqueu a la docència?

A. Pavón: Valoro el poder transformador i alliberador de l'educació que té la capacitat de canviar vides. És per això que vaig escollir dedicar-m'hi, perquè ofe-



reix la possibilitat d'influir positivament en el desenvolupament personal i acadèmic dels infants, d'acompanyar-los i guiar-los en el procés de descoberta del món.

De què treballaríeu si no fóssiu mestres?

M. Mampel: Per influència de la meva mare i la meva tieta, hauria anat cap a medicina o infermeria. M'agrada força i ho he viscut molt a casa.

A. Pavón: Des de ben petita he sentit curiositat pel món de la medicina. A casa meva, amb la meva família, sempre hem seguit les sèries de metges com "Grey's Anatomy" o "House". Si no hagués escollit el camí de l'educació, potser hagués optat per aquesta disciplina o per la música.

Una última pregunta de caire personal. Què us agrada fer en el vostre temps lliure? Quines són les vostres aficions?

M. Mampel: Quan vull escampar la boira, una de les coses que més m'agrada fer és anar a la muntanya. Gaudeixo molt fent rutes i trekking. La meva afició és el ioga i el practico molt sovint entre setmana.

A. Pavón: Gaudeixo molt amb la música. Cantar és una de les coses que més m'agrada fer. El 2016 vaig decidir aprendre a tocar la guitarra per acompanyar-me. Des d'aleshores, utilitzo la música per desconnectar. Una altra de les meves aficions són els jocs de taula.

Moltes gràcies per atendre La Nostra, us desitgem un bon curs ple d'experiències!



TORNEM A L'AIGUA

L'alumnat de 2n de Primària reprèn l'activitat de natació, una activitat física ben completa.



L'alumnat de 2n de Primària ha tornat a la piscina per reprendre l'activitat de natació, després d'haver-la iniciat durant l'últim trimestre de 1r. Aquest curs, durant 10 sessions més, han continuat millorant les seves habilitats a l'aigua i gaudint d'aquesta experiència enriquidora.

Les sessions s'han dut a terme a les instal·lacions del Club Natació Terrassa, on s'ha treballat tant la coordinació motriu com la confiança i seguretat dins l'aigua. Durant aquestes classes, han tornat a practicar aspectes bàsics com la flotació i la respiració, tot jugant i aprenent de manera divertida.

La natació, a més de ser una activitat lúdica, aporta grans beneficis al desenvolupament físic i emocional. Ajuda a millorar l'autonomia dins l'aigua, fomenta la disciplina, el treball en equip i la superació personal. És un espai on cadascú pot desafiar-se i celebrar els seus progressos.

Des de l'escola, estem molt contents de veure com els infants gaudeixen de les sessions i es van superant a poc a poc. Les famílies també estan molt satisfetes amb l'activitat, ja que la natació és una gran oportunitat per fomentar l'esport, el benestar i potenciar la seguretat dins l'aigua.

Amb molta il·lusió, hem iniciat aquesta activitat esperant que tothom continuï creixent i gaudint dins l'aigua!



ALIMENTACIÓ SALUDABLE

A 2n de Primària, hem estat treballant la importància de mantenir una alimentació saludable.



Durant aquest segon trimestre, a la nostra escola hem treballat un projecte molt especial: l'alimentació saludable. Sabem que menjar bé i moure'ns és essencial per créixer sans i forts, així que hem après molt sobre aquest tema d'una manera divertida i participativa.

Per començar, hem après a elaborar menús equilibrats, tenint en compte els diferents grups d'aliments i la seva importància en el nostre dia a dia. Això ens ha ajudat a entendre millor què cal menjar per tenir energia i cuidar el nostre cos.

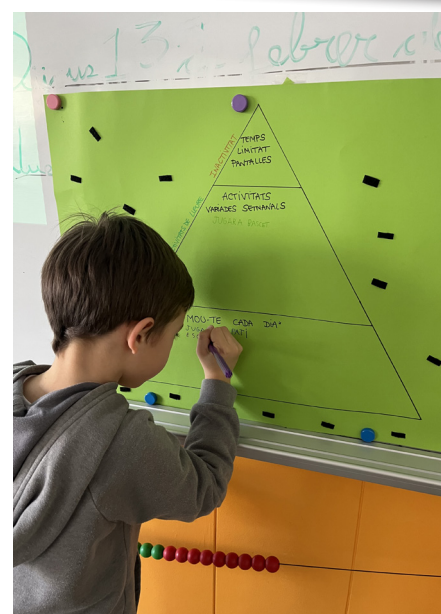
A més, hem tingut la sort de rebre la visita d'unes infermeres expertes en nutrició, que ens van fer un taller pràctic de broquetes saludables. Amb fruita, formatge i altres aliments nutritius, vam crear combinacions delicioses i vam comprendre la importància de seguir la piràmide alimentària per mantenir una dieta equilibrada.

També vam comptar amb una convidada molt especial: una mare de la nostra classe, professora d'educació física, que ens va parlar de la importància de tenir una vida activa i mantenir hàbits saludables. Ens va donar molts consells per moure'ns més en el nostre dia a dia i per fer de l'exercici físic una activitat divertida i motivadora.

Ha estat un trimestre ple de descobertes i reflexions sobre com podem cuidar millor el nostre cos amb petits canvis en la nostra alimentació i la nostra rutina diària. Esperem que aquests aprenentatges ens acompanyin sempre i que, entre tots, continuem fomentant una vida saludable tant a l'escola com a casa.

Moltes gràcies per la vostra col·laboració!

TUTORES DE 2N
Elena i Rosa



TOQUEM L'UKELELE!

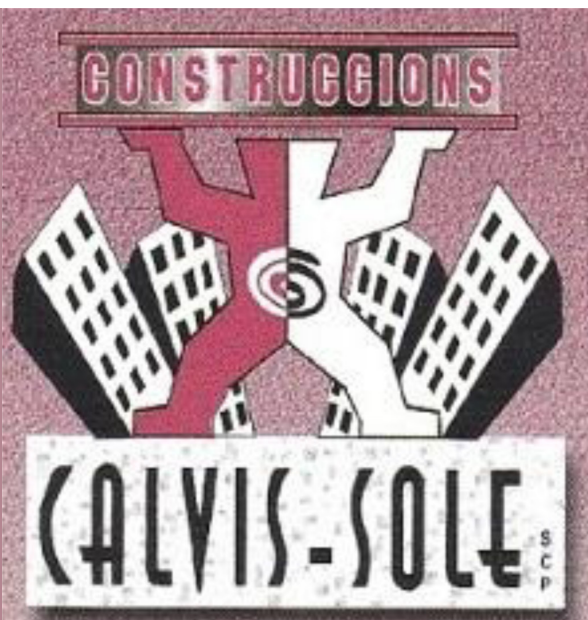
Aquest curs hem iniciat amb molta il·lusió el projecte d'ukeleles amb l'alumnat de 3r i 4t de primària.



L'aprenentatge i la pràctica d'aquest instrument ha estat tot un èxit, aconseguint entusiasmar i motivar a tots els nens i nenes. L'ukelele és una eina extraordinària per desenvolupar habilitats musicals, ja que ajuda a millorar la coordinació, la memòria i el sentit del ritme, a més de fomentar la creativitat i la confiança en un mateix.

Gràcies a aquest projecte, el nostre alumnat ha pogut descobrir els beneficis de la música en el seu dia a dia, compartint moments especials mentre aprenen a tocar junts. L'ukelele és un instrument senzill però ple de possibilitats, que obre les portes a nous aprenentatges i a una gran diversió.

Esperem que per molts anys més puguem seguir gaudint de la música, dels ukeleles i d'aquesta màgica connexió entre els nostres alumnes i el món musical a l'escola.



CARRER SANT COSME, 165

08222 TERRASSA

conscalvis@telefonica.net

TELEFON 937857449

Domènec 6209820646

Raquel 620175333

OBRES I PRESSUPOSTOS

Obra nova,

Rehabilitació integral de la llar

Manteniment a l'indústria

SEX EDUCATION FILM FESTIVAL

El dia 10 de febrer, els alumnes de 6è de primària vam tenir l'oportunitat de gaudir d'una experiència molt especial: vam anar al Cinema Catalunya de Terrassa per veure una selecció de curtmetratges dins del Sex Education Film Festival.



El Sex Education Film Festival és el primer festival internacional de curtmetratges dedicat exclusivament a l'educació sexual i va néixer l'any 2020 a la ciutat de Terrassa. L'objectiu d'aquesta activitat és crear un espai on els joves puguin aprendre sobre educació sexual d'una manera respectuosa, creativa i propera.

Els curtmetratges que vam veure eren molt diversos i ens van fer reflexionar sobre molts aspectes de la nostra vida i de les relacions amb els altres. A través d'escenes emotives, divertides i també molt educatives, vam poder entendre millor la diversitat sexual.

Aquesta sortida va ser una gran oportunitat per ampliar els nostres coneixements i per parlar de temes que són molt importants per a nosaltres, ja que l'educació sexual ens ajuda a créixer com a persones, amb valors com el respecte i la igualtat. A més a més, vam tenir l'oportunitat d'establir una conversa amb una psicòloga, professional en aquesta temàtica, on vam poder expressar els nostres dubtes i neguits creant un espai de debat molt enriquidor. Va ser una estona on vam poder connectar amb els alumnes d'altres escoles i compartir opinions sobre el que vam veure.

En definitiva, el Sex Education Film Festival és un esdeveniment que ens permet veure el món de l'educació sexual d'una manera diferent, sempre des del respecte i la sensibilitat, i ens va ajudar a entendre millor què significa ser respectuós amb un mateix i amb els altres.



My travelling journal: Els diaris viatgers tornen a casa!

*L'alumnat de 6è de primària està molt emocionat amb
el que pot passar durant els mesos de maig i juny.
Sabeu per què? Us ho expliquem!*



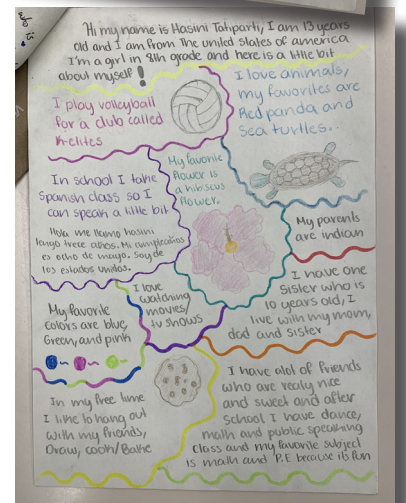
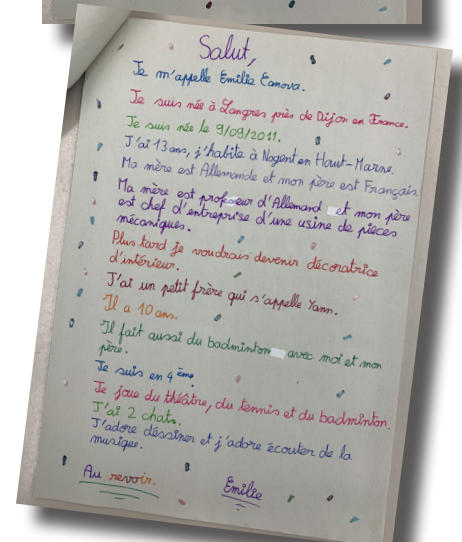
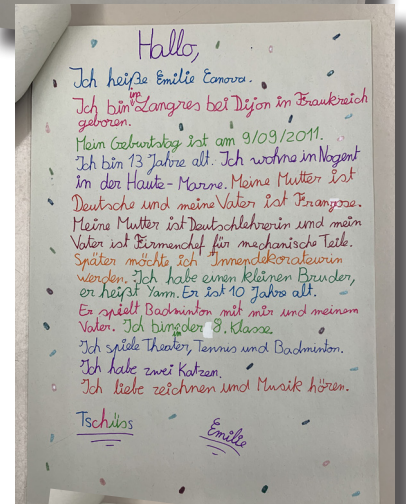
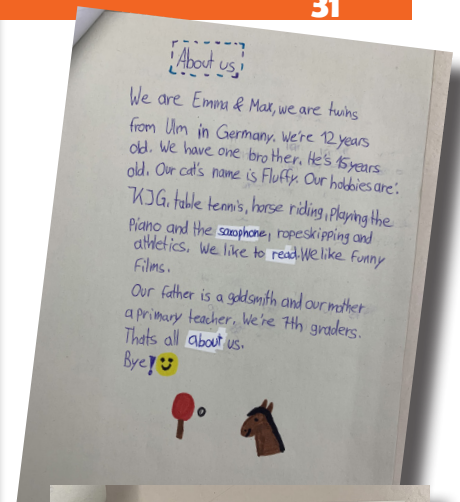
Fa gairebé un any, des del departament de llengües estrangeres, vam engegar un projecte molt especial amb els nens i nenes de 6è: My Traveling Journal. Cada infant va crear el seu propi diari viatger, on es presentaven en anglès i francès. Hi van escriure qui eren, què els agradava, quins plans tenien per al futur... i ho van acompanyar amb dibuixos, fotografies i altres detalls personals.

Quan el diari va estar enllestit, el van posar dins d'un sobre amb unes instruccions, i el van enviar a una persona de la seva edat que visqués el més lluny possible de Terrassa.

La idea del projecte era que aquest diari viatgés pel món: cada persona que el rebés havia d'escriure-hi alguna cosa sobre ella mateixa, també en anglès o francès, i tornar-lo a enviar a algú altre, encara més lluny. Però amb una condició! Quan arribés el mes de maig, qui tingués el diari havia d'enviar-lo de nou a la nostra escola!

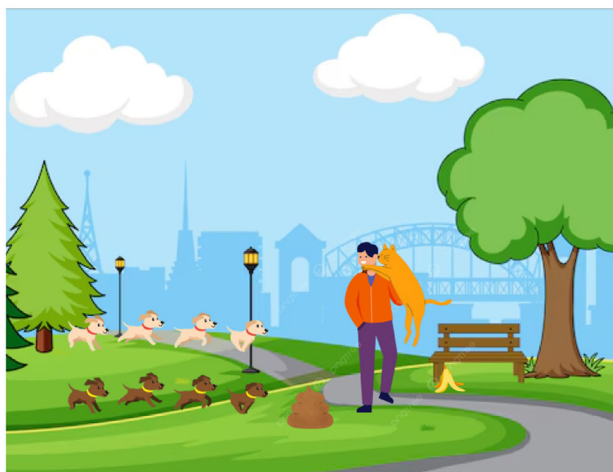
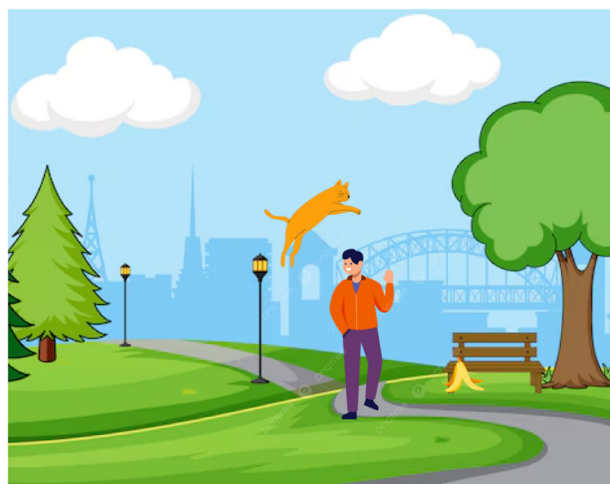
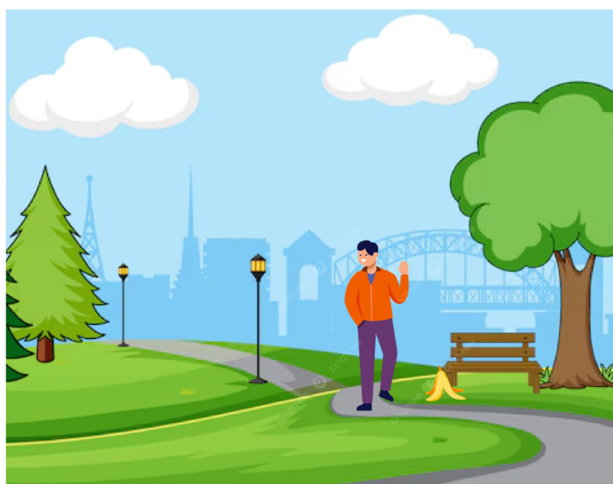
I sabeu què? Ja n'han començat a tornar! Alguns diaris han tornat després d'haver fet un llarg recorregut, i n'esperem molts més abans d'acabar el curs. Estem molt impacients per descobrir per on han passat, buscar aquests llocs en un mapa, llegir tot el que s'hi ha escrit i veure si hi ha dibuixos i fotografies.

Quina emoció seguir el viatge dels nostres diaris pel món!

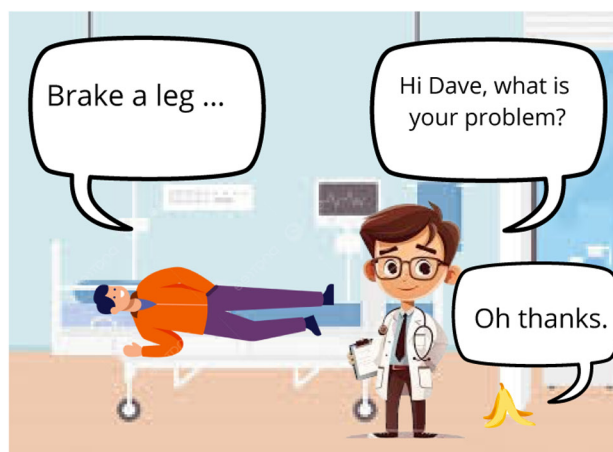


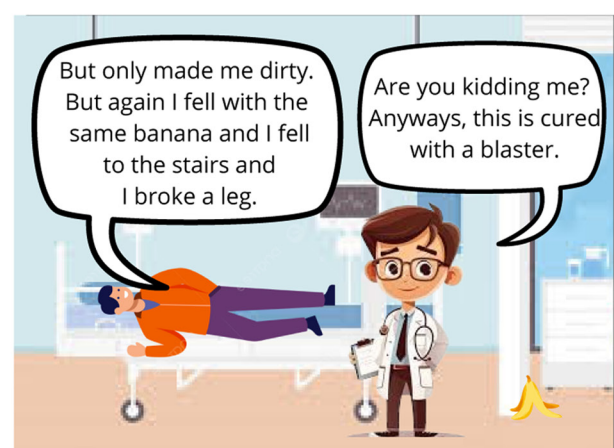
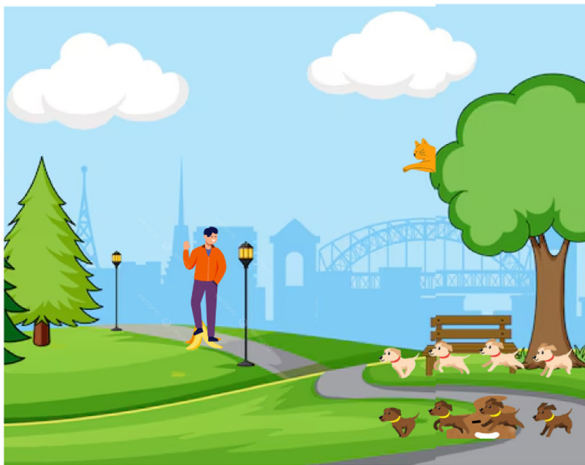
A SKETCH

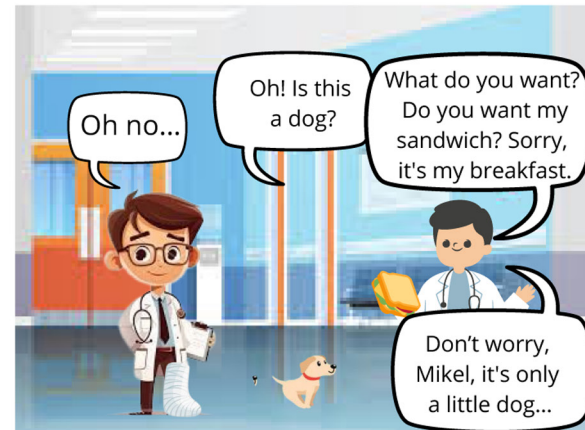
The main objective of this 1st ESO's project was to prepare a sketch. The sketch consisted of a short humorous performance (short scene). Students needed to invent the title, the characters, the script, the setting, etc. They learnt about theatre and how to express themselves.

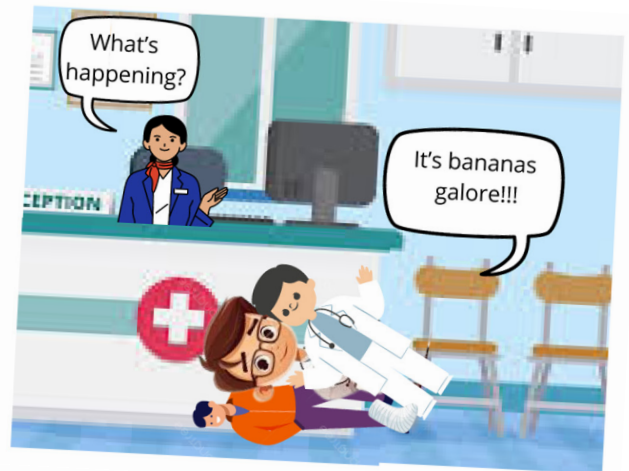


ONE HOUR LATER



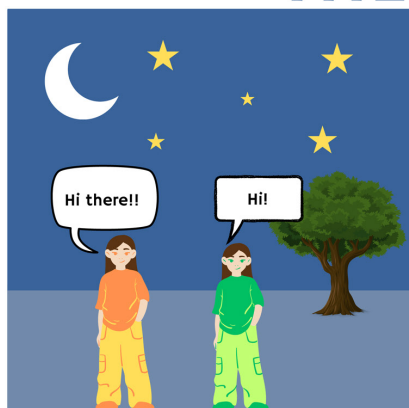






THE END

THE KIDNAPPING



THE END

TERROR SHORT FILM

The main objective of this 2nd ESO's project was to design a terror short film.

We want to share with you the results of this original project, made by 2nd ESO students, in an english subject context and guided by Sònia Caballero and Pilar Teixidó, the english teachers.

Pupils had to work in teams of 4 members to develop a project which main objective was to design a terror short film. They needed to invent the plot, the characters and the setting. After writing the script, they had to shoot and edit their film.

We attach some QR codes in order to allow you to view some films.

We have to congratulate to Tomeu Primavera, Quim Jalencas, Pau Gual and Arnau Márquez, authors of film number one; Emma Mitjavila, Maya Ballesteros, Elena Berbegal and Anel Querol, authors of film number two; Anas Habid, Haizea Rosas, Iona Detrell and Angela Frassinetti, authors of film number three, for their participation in the following films.

We hope you enjoy!

Film number 1:



Film number 2:



Film number 3:



LA CANTINA

A l'hora del pati, de 10 h a 10.30 h, al menjador de l'escola i per un preu mòdic, 4t de l'ESO participa en el projecte "La cantina".

Per Clàudia Maldonado i Martina Gómez

"La cantina" és un projecte destinat a la venda d'esmorzars, amb la finalitat de recaptar fons per al viatge de final de curs, al País Basc, de 4t d'ESO.

Aquesta petita iniciativa funciona de la manera següent: els alumnes compren els productes al Bon Preu i després els venen a la Cantina, obtenint un petit marge de benefici. Els "venedors" van rotant de 3 en 3 cada setmana per no perdre l'estona de pati i compartir responsabilitats entre tots.

Alumnes i professors de l'escola poden beneficiar-se d'aquest servei i encarregar els seus esmorzars a "La cantina" de 4t.

Bon profit a tothom!



LA CHANDELEUR: SESSIÓ DE CREPS

El passat 25 de febrer l'alumnat de francès de 4t d'ESO va participar a la tradicional sessió de creps que s'organitza cada any al menjador de l'escola.

Per tal de celebrar la Chandeleur es van elaborar creps a partir de diferents tipus de farines. Les creps van resultar exquisides i es van acompanyar de diferents ingredients com ara la xocolata, el plàtan i també algunes llamadures.

Una degustació deliciosa i una manera divertida de promoure la cultura francesa a l'escola. Agraïm a tot l'alumnat de francès de 4t per fer-ho possible amb el seu interès i entusiasme!



TEATRE EN FRANCÈS

El passat dimarts dia 18 de febrer l'alumnat de francès de 3r,4t d'ESO i 1r de Batxillerat va gaudir de l'obra de teatre en francès Lupin al Casal de Sant Pere de Terrassa.



És una obra organitzada per Transeducat i està inspirada en una sèrie de novel·les escrites per Maurice Leblanc sobre el personatge d'Arsène Lupin, un lladre que robava a les classes altes. També se n'ha fet una sèrie de televisió que alguns alumnes ja coneixien.

Van passar una estona divertida i agradable que va permetre treballar la llengua francesa fora de l'aula.

Esperem repetir la sortida el curs vinent. Gràcies Transeducat!

ESTADA A MONTPELLIER

Un grup de 20 alumnes de 3r i 4t d'ESO de francès va participar a l'estada lingüística a Montpellier del 27 al 31 de gener.

A través de l'Alliance Française de Montpellier el nostre alumnat va poder fer una bona immersió lingüística i cultural. Als matins, els alumnes van cursar dues hores de classe diàries i a les tardes, acompanyats també d'alguns professors de l'escola, van fer un parell de visites culturals: una per conèixer els racons més emblemàtics de la ciutat de Montpellier i l'altra a Nîmes. El tracte que van rebre els alumnes per part de les famílies franceses d'acollida va ser realment exquisit.

Professors i alumnat van quedar molt satisfets de l'acollida que van tenir tant per part de les famílies com de l'escola. L'últim dia, l'escola va lliurar un diploma d'assistència al curs a tot el nostre alumnat.

En definitiva, una molt bona experiència que recordaran sempre i que tant de bo es pugui repetir el curs vinent!



INTERCANVI 3R ESO

Alguns alumnes de 3r d'ESO han participat aquest curs en un intercanvi amb l'institut Peutinger- Gymnasium d'Ellwangen (Alemanya)

El passat mes de febrer, vam rebre a Terrassa als partners alemanys i durant tota la setmana vam estar fent activitats i sortides amb ells. Van conèixer la nostra escola, els vam portar pel centre de la nostra ciutat i vam visitar les esglésies de Sant Pere. També vam anar a altres ciutats com Barcelona, on vam visitar el Camp Nou, la Sagrada Família i el barri gòtic, Girona, on vam fer una gimnàstica per conèixer els punts d'interès i Sant Cugat, on vam visitar el monestir i el centre de la ciutat.

Molts alumnes van aprofitar dissabte per anar a la platja i després vam fer un sopar a l'escola amb totes les famílies i alumnes implicats en l'intercanvi.

Esperem que els hagi agradat la nostra ciutat i la nostra cultura. Ha estat una experiència molt enriquidora per a tots i estem esperant amb moltes ganes que arribi l'abril per poder fer la nostra estada a Ellwangen.



Leyca

Carrer Colom, 571
08228-TERRASSA
937841966
leyca@leyca.es

MÉS LLETRES

Per commemorar el Dia Mundial de la Poesia, hem fet una nova edició del Més Lletres, amb activitats de caràcter literari o humanístic per a l'ESO i Batxillerat.

**Més
lletres**

**21 de març
Dia mundial
de la poesia**

1r ESO

20/03/25
14:30h

Xerrada amb Arturo Padilla

Autor de *Nadar o morir*,
Extraños en un aeropuerto...



Joan Brossa, Poema visual (1971)

2n ESO

20/03/25
9:00h

Xerrada amb Josep L. Badal

Escriptor per a tota mena de
lectors.



3r ESO

18/03/25
10:00h / 12:00h

Ruta literària per Terrassa
Descoberta dels espais literaris
de la ciutat amb Jaume Closa.

4t ESO

19/03/25
11:30h

Xerrada amb Conrad Roset
Il·lustrador reconegut amb el
Premi Nacional d'Il·lustració.



1r BTX B

17/03/25
11:00h

1r BTX A

19/03/25
11:00h

**Visita a l'Arxiu Històric
Comarcal i Municipal**

Visita guiada per conèixer les
instal·lacions, les tasques i
documents de l'Arxiu.



TECNOS
escola cooperativa

VIATGES SORPRENENTS

Els alumnes de tercer d'ESO han compartit les experiències de viatge més emocionants que han viscut durant les vacances d'estiu. Els seus relats, plens d'aventures i descobriments, reflecteixen l'entusiasme i la curiositat que caracteritzen aquesta etapa de la vida. A continuació, us en presentem algunes.

Per Clara Rovira

L'Estel Marsal ha gaudit d'una setmana a Setcases, un encantador poble del Ripollès. Ha fet excursions, ha explorat una fira local i ha tastat plats típics en restaurants de la zona. De la seva experiència en destaca la bellesa del paisatge i la calidesa de la gent que va conèixer.

També ha passat un mes a Roses, on ha dedicat el temps a jugar a bitlles i a practicar pàdel; ha fruit de la platja, de la piscina i de fer passejades a la vora del mar.



L'Anny He ha passat dues setmanes a la Xina on ha gaudit dels atractius turístics de Disney a Shanghai i de les ciutats de Hangzhou i Wenzhou, de la diversitat de restaurants i dels centres comercials.

També ha visitat la seva família i s'ha retrobat amb els amics, una experiència que ha estat molt significativa per a ella.

Joan Villagrasa ha viscut nou dies a la Vall d'Ebo, tres en una casa de colònies. Les seves jornades plenes d'activitats, amb excursions al matí, jocs a la tarda i sessions de cuina, li han permès gaudir de la natura i reforçar l'amistat amb els seus companys.

Durant una setmana, ha viatjat a Egipte, on ha quedat impressionat, especialment per la descoberta del Caire i la riquesa cultural del país amb els seus nombrosos temples, algun poble perdut i la gastronomia local.



L'Ariadna Vega ha fet ruta, durant tres setmanes, per Tailàndia, Malàisia i Singapur. Els paisatges espectaculars i la diversitat cultural l'han fet gaudir de les visites a llocs emblemàtics com el Museu van Gogh, Chinatown i un mercat flotant.

També ha tingut temps per relaxar-se a la platja i gaudir de la gastronomia local en diversos restaurants i centres comercials.

Totes aquestes experiències palesen que els viatges són una font d'aprenentatge i diversió. Les històries que es generen ens recorden la importància de descobrir el món i les diferents cultures que ens envolten, així com de compartir moments inoblidables amb amics i familiars.

JORNADES CULTURALS

Com cada any, els alumnes de Secundària i de 1r de Batxillerat gaudeixen al màxim d'aquestes tres jornades plenes de xerrades, tallers i visites culturals.

Els dies 29,30 i 31 de gener, la Tecnos va celebrar les mítiques Jornades Culturals, en les quals els alumnes de secundària i de 1r de Batxillerat aprofiten per aprendre d'una manera diferent.

El dimecres 29 de gener, cada curs va veure una pel·lícula diferent en horari de matí. 1r i 2n d'ESO van visualitzar *Intocable*, *Viaje a Darjeeling*, *Del revés 2* i *Pride*. 3r, 4t d'ESO i 1r de Batxillerat van veure *Adú*, *La Sociedad de la Nieve*, *Civil War*, *Matrix* i *Ex Maquina*. A continuació, els alumnes van assistir a unes xerrades que feien referència a la temàtica de la pel·lícula que havien vist, amb l'objectiu de generar debat i reflexió.

El dijous dia 30, els alumnes van gaudir de tallers diversos. Segons el curs van realitzar:

- 1r ESO: Màgia, Korfball i Sibpalki.
- 2n ESO: Ultimate "frisbee", Manualitats i Hip Hop.
- 3r ESO: Batucada, Percussió corporal i Estructures.
- 4t ESO: Improvisació Tea, Maquillatge FX i Fotografia.
- 1r Batxillerat: Cuina, Ball i Urban Sketching.

L'últim dia de les jornades, divendres 31, es van organitzar un seguit de sortides culturals:

- 1r ESO al Bosc Vertical de Mataró.
- 2n ESO a Montserrat.
- 3r ESO a visitar les Mines de Gavà.
- 4t ESO als refugis antiaeris de Gràcia.
- 1r de Batxillerat al recinte Modernista de Sant Pau.

Els alumnes de l'escola han pogut viure un seguit d'experiències variades que complementen la seva formació aportant quelcom diferent a la seva activitat acadèmica quotidiana. Esperem que aquestes jornades siguin una font de descobriment i d'inspiració, que serveixin per despertar la curiositat i la motivació de tots.

Com cada any, volem agrair a tots els participants de la Comissió de les Jornades Culturals, que sempre treballen per oferir unes diades sorprenents als alumnes de l'escola.

Gràcies a tothom!



ENTREVISTA AL DANI CLAVERIA

Donada la seva implicació en l'organització de les Jornades Culturals de l'escola, La Nostra ha entrevistat al Dani Claveria.

Per Clàudia Maldonado i Martina Gómez

Quin és l'objectiu principal d'aquestes jornades culturals?

L'objectiu de les JJCC és, essencialment, apropar a l'alumnat una oferta cultural. La qüestió més interessant, penso, és que aquesta tasca s'aborda des de múltiples perspectives: fem tallers, xerrades, visionats de pel·lícules i documentals que poden enriquir, d'una manera o una altra, els interessos dels i les alumnes de l'escola. Són 3 dies que serveixen, també, per trencar una mica la rutina del curs.

Quines novetats s'han incorporat aquest any respecte a edicions anteriors?

Cada any es repeteixen, més o menys, molts dels tallers i conferències que s'han anat fent els últims anys. Si una activitat funciona, des de la comissió de JJCC intentem mantenir-la. Tanmateix, sí que és cert que n'hi ha algunes que poden variar d'any a any. Aquest any s'ha incorporat la visita a l'hospital modernista de Sant Pau de Barcelona, pels alumnes de Batxillerat; també la sortida a les Mines de Gavà, pels alumnes de 2n ESO; o s'ha recuperat la sortida als refugis de la Guerra Civil del barri de Gràcia de Barcelona, pels de 4t.

Pel què fa a les xerrades, es va proposar al col·lectiu Top Manta que vingués a parlar sobre el fet migratori al nostre país, un col·lectiu que ja fa un parell d'anys que perseguïem perquè vingués a fer una xerrada. També s'ha involucrat a antics alumnes de l'escola, com és el cas de l'Arnau Salvador, que ens va explicar la seva experiència en moto recorrent la Ruta de la Seda, des de Venècia fins a la Xina; o la xerrada sobre computació i els seus reptes del present, també, realitzada per antics alumnes de l'escola. Com veieu, els temes són molt diversos.

Pel què fa a les pel·lícules sempre intentem que variïn

una mica i que puguin ser d'interès per a l'alumnat, tot i que van sempre lligades a la temàtica de les conferències. Aquest any, s'han barrejat clàssics del cinema com "Matrix" (1999) amb pel·lícules més modernes i d'actualitat com "La Sociedad de la Nieve" (2023), que ens van servir per parlar, precisament, sobre els reptes en l'àmbit de la computació o el món dels efectes visuals al cinema.

Com es va decidir el tema o el fil conductor de les jornades d'aquest any?

La comissió de les JJCC no segueix un fil conductor com a tal per decidir quines activitats duu a terme. Tanmateix, sí que és cert que intentem que els temes que s'aborden siguin temes d'actualitat des de diverses perspectives: política, social, cultural... que serveixin perquè l'alumnat pugui adquirir coneixements per fer front als reptes del món actual o els serveixin per reflexionar d'alguna manera. Per exemple, aquesta edició ha servit per plantejar temes com la diversitat i al multiculturalitat; el fet migratori i les vides de les persones migrants; la presència de al IA i la robòtica avançada; el periodisme de guerra, geopolítica i els conflictes del món actual, entre d'altres.

Quins tipus de tallers s'han ofert durant aquests tres dies? Ens pots destacar-ne algun que hagi tingut un èxit especial?

S'han realitzat tallers de teatre, fotografia, urban sketching, dansa... però un taller que cada any triomfa és el d'estructures, amb l'Àngel Buch. La Dolors Zamora, ex-professora de l'escola, es va oferir a fer un taller de cuina que també va tenir molt èxit.

Com creus que aquestes jornades contribueixen al creixement personal i acadèmic dels estudiants?

Treballar qüestions que a l'aula poden resultar feixugues a través de conferències, cinefòrums, tallers, sortides o pel·lícules penso que és un dels fets més remarcables. Les JJCC són una eina molt bona perquè l'alumnat s'apropi a temes que potser, en un altre context, no s'aproprien; també resulta interessant el fet de portar testimonis que venen a parlar sobre els seus àmbits de coneixement d'una manera distesa i sincera. Com a exalumne de l'escola, recordo que em va marcar molt poder parlar amb referents polítics i culturals del moment. A més, penso que la selecció de convidats que vénen a fer les xerrades acaben sent d'una gran qualitat. No sé si moltes escoles del país tenen aquest tipus de propostes, i penso que és un fet que, com a escola, ens n'hem de sentir molt orgullosos.

NOU PROFESSORAT A SECUNDÀRIA

Donada la seva recent incorporació a l'escola Tecnos, l'equip de la cooperativa de la revista escolar, La Nostra, ha decidit realitzar una entrevista a en Dani Claveria, Pau Llargués i Roger Soley per donar-los a conèixer.

Per Clàudia Rimola

Bon dia, Dani, Pau i Roger. Quina és la vostra formació i on heu estudiat?

D. Claveria: Màster en Història Contemporània (UAB) i Màster d'Educació (UDIMA)

P. Llargués: Graduat en Biotecnologia a la UAB i Màster en Formació del Professorat a la UAB.

R. Soley: Llicenciatura en Administració i Direcció d'Empreses a la UAB i Màster d'Educació per distància a la Universitat de Perugia.

Coneixíeu anteriorment l'Escola Tecnos?

D. Claveria: Sí, en soc exalumne.

P. Llargués: Sí, soc exalumne de l'escola.

R. Soley: Sí, ja havia treballat aquí fent una breu substitució d'Economia a Batxillerat de 2002.

Com han estat els primers dies a l'escola? Quines han estat les primeres impressions?

D. Claveria: El curs passat vaig fer només 2n de Batxillerat i aterrar de nou a l'ESO ha suposat un canvi, però el curs ha començat amb bones sensacions. El fet d'haver treballat a l'escola i conèixer el professorat i part de l'alumnat ho està posant fàcil.

P. Llargués: M'he sentit com a casa, molt a gust amb els companys i l'alumnat.

R. Soley: Han estat molt fluids i tranquils gràcies a totes les companyes i companys i al bon ambient acadèmic que es respira.

Quines són les assignatures que impartiu i què en destacaríeu?

D. Claveria: Socials i Cultura i Valors, a 4t i 3r d'ESO. M'agrada la possibilitat de tractar temes que interpel·len l'alumnat en el seu dia a dia i ajudar-los a bastir el pensament crític amb el món.



Fotografia d'en Roger Soley

P. Llargués: Biologia a ESO i batxillerat. M'agrada aquesta assignatura pel component pràctic que tenen molts dels conceptes que es treballen.

R. Soley: Economia i Matemàtiques a l'ESO i Batxillerat. Les dues matèries són d'utilitat pràctica per a la vida i, per tant, tenir-ne un coneixement bàsic pot ser molt útil.

Com és l'alumnat de la Tecnos? Us han acollit bé?

D. Claveria: L'alumnat de la Tecnos té un nivell acadèmic correcte i la gestió de l'aula es pot portar amb més o menys normalitat, perquè no hi ha massa alumnes amb comportaments disruptius. Ha estat una bona acollida.

P. Llargués: És un perfil ideal per a treballar com a professor, dona gust constatar com la gran majoria de l'alumnat s'implica i es preocupa pel seu aprenentatge.

R. Soley: Majoritàriament, l'alumnat és receptiu, amb ganes d'aprendre i millorar, i a batxillerat s'esforcen perquè estan focalitzats en les PAU.

Què és el que us agrada de l'educació? Per què us dediqueu a la docència?

D. Claveria: M'agrada ajudar al jovent en el seu creixement acadèmic i personal en una etapa tan complexa com l'adolescència.

P. Llargués: M'agrada acompanyar l'alumnat en el seu creixement acadèmic i personal. El vessant social d'aquesta professió és el que t'anima a millorar personalment i a ajudar a aquells que ho necessiten.

R. Soley: M'agrada l'educació perquè ajuda a créixer i proporciona recursos que poden ser útils al llarg de tota la vida. A casa hi havia una directora d'escola i des de ben petit l'ensenyament ja va ser una de les meves vocacions.

De què treballaríeu si no haguéssiu estat professors?

D. Claveria: M'agrada molt llegir i el món editorial, així que, segurament, em decidiria per alguna cosa similar. També em vaig plantejar fer les oposicions a bomber, però va aparèixer la docència i vaig decidir-me per aquesta.

P. Llargués: Soc entrenador de futbol fora de l'escola. Si arribés el dia que amb això pogués viure, segurament faria el pas.

R. Soley: M'encanta la naturalesa i m'hagués agradat ser guia de muntanya. De fet, al moment de decidir el meu futur professional, va ser una de les opcions que em vaig plantejar.

Com us definiu? Quin tipus de professor sou?

D. Claveria: M'agrada ser un professor proper a l'alumnat, receptiu i flexible per tal d'ajudar-lo a aprendre amb les millors condicions possibles. Al mateix temps, m'agrada que hi hagi rigor, que els alumnes i les alumnes aprenguin a seguir unes pautes i que agafin hàbits de convivència, perquè puguin aprendre a desenvolupar tècniques i eines per a ser bons ciutadans. En l'àmbit acadèmic, m'agrada ser un professor exigent, per treure el millor de cada persona.



Fotografia d'en Pau Llargués



Fotografia d'en Dani Claveria

P. Llargués: Només porto 3 anys d'experiència com a docent, crec que encara m'estic "perfilant". Suposo que vindria a ser un professor més proper a l'alumnat, tot i que m'agrada també ser força exigent.

R. Soley: Em defineixo amb els adjectius de pacient i tranquil, com a persona i com a professor

I l'última pregunta, de caire més personal:

Què us agrada fer durant el vostre temps lliure? Quines són les vostres aficions?

D. Claveria: M'agrada molt la muntanya, fa anys que practico l'escalada i l'alpinisme. També soc casteller amb els Minyons de Terrassa, una activitat que faig des dels 15 anys i que ha ocupat bona part de la meua vida social. També soc molt fan dels escacs i jugo a bàsquet, a la lliga de "veteranus". M'agrada implicar-me en projectes locals, de caire cultural i social, sobretot.

P. Llargués: Bàsicament em dedico al futbol. El veig i l'entreno, m'encanta. També m'agrada llegir, vaig a nedar i esporàdicament (molt) al gimnàs.

R. Soley: Gaudeixo de la natura, la natació, l'estudi, la meditació i viatjar.

Companys, moltes gràcies per atendre La Nostra. Us desitgem un curs ple de bones experiències!

CONCURS DE PAELLES

El 10 d'octubre, els alumnes de batxillerat van poder celebrar el concurs de paelles a l'espai Barbacoa Begues, al massís del Garraf.

La jornada va transcórrer agradablement i sense incidents, exceptuant la desafortunada picada d'abella que va patir una alumna mentre cuinava... Primer de batxillerat va aprofitar les pistes de futbol i bàsquet per esbargir-se, mentre esperaven l'arribada dels companys de segon, que feien un volt turístic pels voltants del Garraf.

Vora l'una del migdia, el concurs va començar: calia encendre el foc, mantenir les brases, escalfar l'oli, afegir la carn, preparar el sofregit... Són molts els elements a tenir en compte mentre es cuina una paella a l'aire lliure, però l'experiència d'altres edicions va propiciar que tothom vingués preparat. El jurat va tastar totes i cadascuna de les propostes: paelles de carn, de peix, del senyoret... El nivell general era bo, es volia guanyar i això es notava.

La disputa final entre Els Pa-ellos, Las Pálidas i El Subratllador Verd, es va decantar pel grup Pa-ellos -Isaac Millo, Nacho Jufresa, Roc Peñarroya, Àlex Sánchez, Pol Tatché, Mateo Casero, Eudald Oliver, Dídac Oliva i Àlex Peláez- que va rebre entrades de cinema com a premi.

Per molts anys, Pa-ellos, per les vostres habilitats culinàries. Gaudiu del vostre premi!



MUSEU MOCO

L'últim dia de la primera avaluació, els alumnes de 1r de batxillerat van fer una excursió al museu Moco, situat al carrer Montcada 24 de Barcelona.

El Moco Barcelona és el segon museu privat fundat per Kim i Lionel Logchies, l'any 2021, juntament amb el museu Moco Amsterdam i Londres, fundats els anys 2016 i 2024, respectivament. El museu ocupa l'espai del Palau Cervelló, l'antiga residència privada de la família Cervelló al centre de Barcelona, i acull un conjunt d'obres que pertanyen als moviments d'art Modern i Contemporani.

Els alumnes van poder veure obres d'autors tan coneguts com Banksy, Warhol, Basquiat, Hirst i Dalí, autors propis de moviments de vanguardia com el Pop Art o el Surrealisme. Cal destacar que el Moco aposta també pels nous formats artístics i les fusions entre art i tecnologia. D'aquesta manera, els alumnes van descobrir les obres NFT (non fungible token), arxius digitals que representen la propietat d'una obra d'art única, i van gaudir de diverses sales immersives, algunes d'elles realitzades digitalment, pròpies de nous autors contemporanis com Studio Irma, Les Fantômes i Six N. Five.



TDR DOBLEMENT PREMIAT!

A l'Escola Tecnos estem d'enhorabona perquè el TdR de la nostra alumna Laia Salamó ha resultat doblement premiat. Per molts anys, Laia!



Acte de lliurament de premis a l'edifici del rectorat de la UPC.

El Treball de Recerca, Arquitectura Sostenible a l'Alta Muntanya, Disseny del refugi Ugatza, ha estat guanyador de la "25a edició del Premi UPC Arquitectura, Enginyeria, Ciències i Tecnologia".

La Laia, acompanyada de la seva família, de la Roser Fradera (tutora del treball) i de la Júlia Gràcia (directora de l'Escola Tecnos) va assistir a l'acte de lliurament de premis, que es va celebrar el passat 17 de setembre a la sala d'actes de l'edifici del rectorat de la UPC presidit per Daniel Crespo, rector de la Universitat Politècnica de Catalunya i Anna Muijal, vicerectora de Docència i Estudiantat.

Es tracta del disseny d'un refugi de muntanya modular completament sostenible: una edificació prefabricada de fusta, formada per una estructura amb panells de grans dimensions que faciliten la construcció i la seva instal·lació.

Per a poder realitzar aquest TdR, la Laia Salamó ha analitzat el funcionament i la gestió dels refugis tant dels Pirineus com dels Alps, per saber quin és el seu impacte ambiental.

El sistema Ugatza (trençalòs en basc) es fonamenta

en l'adaptabilitat i la fàcil ampliació de l'estructura i compta amb instal·lacions per a la generació d'energia renovable, una microcentral hidroelèctrica i plaques solars fotovoltaïques, i un sistema per a la conservació de l'aigua i la gestió responsable de residus.

És un model pensat per a crear xarxa amb els refugis ja existents i té en compte la seguretat dels excursionistes en tant que facilita la tasca dels equips de rescat.

Aquest TdR també ha estat el guanyador de la "VI edició del Premi a Treballs de Recerca" que organitza l'Escola de Camins, en col·laboració amb el Col·legi de Camins, Canals i Ports de Barcelona.

El dia 9 d'octubre, es va celebrar l'acte de lliurament d'aquest segon premi, a la sala José Antonio Torroja de l'Escola de Camins.

Donem l'enhorabona a la Laia per fer tan bona feina i pels premis rebuts!

Et desitgem un bon inici de curs a l'Escola de Camins, Canals i Ports de Barcelona, que gaudeixis molt dels estudis i de la vida universitària.

TÚNEL DEL TERROR!

Al llarg del curs, els alumnes de 1r de batxillerat duen a terme diverses activitats per a recaptar fons destinats a costejar el viatge d'intercanvi amb alumnes de la localitat alemanya d'Oelde. Dins d'aquest marc, el passat 31 d'octubre, es va organitzar un Túnel del terror per a la resta de companys de l'escola.



A dos quarts de tres de la tarda, els alumnes de primer de batxillerat, acompanyats dels seus tutors, estaven preparats per transformar l'escola en un escenari d'ultratomba. El recorregut del túnel abraçava les aules de batxillerat, al primer pis, la sala d'actes i la planta soterrani, on hi ha la biblioteca i les aules de desdoblament. Al pati, s'organitzava la venda d'entrades i l'accés a l'"atracció".

A les cinc en punt va començar la basarda. Els alumnes més agosarats de les diferents etapes escolars van anar entrant al túnel, disposats a gaudir d'ensurts i esglais dins d'una atmosfera pròpia d'una pel·lícula de terror. A la sortida del túnel, les cares ho expressaven tot, l'activitat era tot un èxit!

En acabar la tarda, els alumnes de primer estaven esgotats de tant xisclar i arrossegar-se per la zona habilitada, però alhora molt satisfets per la feina feta. S'ho van passar genial!



SOLUCIONS ALS ENTRETENIMENTS

pg. 59

1) MOTS ENCREUATS:

2) ENDEVINALLES:

3) SUDOKUS:

VERTICALS:
1. Excursió
2. Pati
5. Plomador
6. Xifófon
7. Menjador
10. Matiners
11. Llibre
12. Estoig

HORIZONTALS:
3. Motxilla
4. Hoquei
8. Biblioteca
9. Sonset
12. Poliesportiu
14. Olivera

1. El meló
2. La tela

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

Nivell difícil

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

Nivell mig

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

Nivell fàcil

INTERCANVI DE 1r BATXILLERAT

Des del 28 de gener fins al 4 de febrer, els alumnes de 1r de Batxillerat han gaudit de la primera part de l'intercanvi amb els alumnes alemanys de la ciutat d'Oelde.



Els nois i noies alemanys, acompanyats dels professors Marcel i Edith, van arribar dimarts 28 de gener amb molta il·lusió per conèixer els seus “partners” catalans, les seves famílies, l'escola Tecnos i la ciutat de Terrassa. Durant tota la setmana, els alumnes van gaudir d'una varietat d'activitats culturals i de lleure que van permetre establir una bona dinàmica de grup i fomentar la convivència:

Dimecres es va celebrar l'acte de benvinguda a la Tecnos. Al llarg del matí, els alumnes alemanys van conèixer els tutors catalans i les instal·lacions de l'escola i, després d'un esmorzar casolà preparat pels “partners” catalans, tots plegats van col·laborar en una gimcana de jocs cooperatius amb la qual van poder trencar el gel i passar-ho d'allò més bé.



Dijous, els alumnes d'intercanvi van participar en les activitats organitzades per a les Jornades Escolars de la Tecnos; per exemple, com cada any, van poder divertir-se en el taller de balls de saló organitzat per l'Albert Mota, que va ser tot un èxit.

Divendres va ser el dia dedicat a visitar la ciutat de Barcelona. No va faltar una visita guiada a la basílica de la Sagrada Família de Gaudí, així com una passejada pel centre de la ciutat que es va dinamitzar amb un joc en grup.

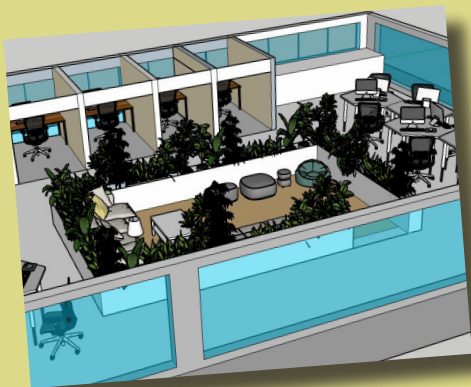
Durant el cap de setmana, els alumnes van aprofitar el temps de lleure en família i amb amics per conèixer l'estil de vida i les tradicions catalanes. Van organitzar-se per dur a terme activitats diverses en grup com pujar a la Mola, visitar la Casa Museu Alegre de Sagrera o aparcar-se a la Masia Freixa a Terrassa.

Dilluns va ser l'últim dia d'intercanvi i es va planificar una excursió per conèixer el centre antic de Tarragona i les ruïnes romanes de Tàrraco; finalment, es va acabar de passar el matí a la platja. El dia va ser esplèndid i va fer tan bona temperatura que alguns dels alumnes fins i tot s'atreverien a ficar-se dins l'aigua!

Esperem que tothom hagi gaudit al màxim de l'experiència i que arribi ràpidament el mes de maig per continuar l'intercanvi a la ciutat alemanya d'Oelde.

TREBALL DE RECERCA

Hem seleccionat quatre companys de batxillerat, representants de les diferents modalitats, perquè us expliquin el tema del seu treball de recerca i com s'han organitzat per acabar-lo exitosament.



OFICINES, SALUT MENTAL I RENDIMENT

Alumna:
Alba Villafañe

El tema del meu TdR és la influència del disseny de les oficines en la salut i benestar dels treballadors. El que m'ha motivat a fer aquest treball és el meu gran interès per la psicologia. En el meu futur acadèmic, tinc la intenció d'estudiar aquesta branca de la sanitat. A més a més, també tinc una gran curiositat pels temes de creativitat i disseny. Em fascina com el disseny pot influir en l'entorn i, per extensió, en les emocions i el comportament de les persones. És per això que vaig decidir buscar un tema que combinés aquests dos conceptes: la psicologia i el disseny d'oficines.

En aquest treball s'ha enquestat 143 treballadors d'oficines i a experts en disseny de llocs de treball i a psicòlegs per tal d'analitzar la influència del disseny de les oficines en la salut mental i la productivitat dels treballadors.

L'entrevista a Francesc Trisan, expert en Workplace Design, i a la Judith Contreras, psicòloga i cap de Recursos Humans juntament amb una recopilació bibliogràfica d'altres estudis han servit per desenvolupar l'enquesta que inclou tant aspectes de la personalitat dels participants, com de les característiques de les oficines on treballen i de la seva percepció sobre el seu estat de salut mental i productivitat.

He visitat una empresa pionera en disseny d'espais de treball saludables que recentment ha reformat les seves oficines. Aquest contacte ha servit per determinar quins són els paràmetres de disseny més rellevants en una oficina tenint en compte el benestar

dels treballadors.

Els resultats de l'enquesta s'han analitzat estadísticament utilitzant el coeficient de correlació de Pearson per aquelles variables quantitatives i els diagrames de caixes per analitzar la diferència entre diversos grups.

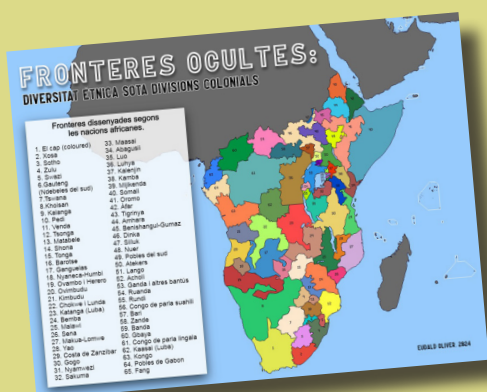
Els resultats d'aquest estudi han permès dissenyar una oficina ideal que incorpora tots els elements que influeixen de manera positiva tant en el rendiment com en la salut mental dels treballadors, creant així un espai on la gent se senti còmoda i motivada.

Aquest treball pot servir com a punt de partida perquè les empreses dissenyin les seves oficines tenint en compte el benestar i la salut dels seus treballadors sense deixar de banda la productivitat.

Al llarg del curs, m'he organitzat priorititzant una gestió eficient del temps per poder avançar de manera constant en el treball. El més important ha estat aprofitar els moments lliures que tenia durant la setmana per no deixar que la feina s'acumulés. Quan ens van deixar una setmana específica per dedicar-la exclusivament al treball, va ser una oportunitat clau per donar una bona empenta, aprofundir més en la informació necessària i avançar en les parts més complexes.

Durant l'estiu, vaig destinar els matins a treballar en el projecte, cosa que em va permetre progressar amb constància sense sentir la pressió de les classes. Aquesta dedicació durant els mesos d'estiu em va ajudar a estructurar millor el contingut, investigar a fons sobre el tema. En conjunt, aquesta planificació m'ha permès arribar al final amb el treball ben desenvolupat i sense haver d'afrontar l'estrès de fer-ho tot a última hora.

El meu consell principal per als alumnes que faran el TdR el curs vinent és que es planifiquin bé i estableixin un calendari de treball realista.



FRONTERES OCULTES

Alumne:
Eudald Oliver

En el TdR he elaborat un mapa amb fronteres alternatives per a les nacions africanes. Volia trobar un tema que no dominés per tal de poder aprendre i vaig escollir aquest perquè volia fer algun treball sobre geografia i història, atès que són dos àmbits que m'interessen.

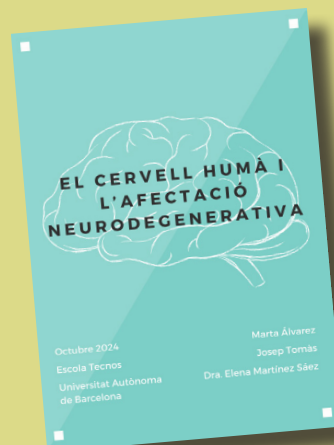
El treball ha consistit a dibuixar fronteres polítiques en el continent africà atenent criteris ètnics i no colonials, com les actuals. Abans de concebre-les, vaig haver de fer recerca dels conceptes generals dels quals parlaria i dels grups ètnics que hi ha a la zona. De cadascun estudiava algunes característiques històriques, polítiques, culturals i lingüístiques, la qual cosa em va permetre delimitar grups més amplis que vaig representar al mapa final.

És molt important aprofitar el temps que se'ns dona al juny per fer el TdR; tot i que la major part del treball es farà durant l'estiu. En el meu cas, durant les vacances, vaig treballar dues hores diàries fins que vaig acabar-lo. És útil establir dates límits per complir objectius parcials i evitar que la feina s'acumuli al darrer moment.

A l'exposició s'ha de detallar com ha estat el procés d'elaboració del treball. És una tasca senzilla perquè ja coneixes molt bé el tema. No cal explicar gaire teoria, només com s'ha fet la recerca, les dificultats que has tingut i les conclusions a les quals has arribat. La presentació també compta nota per això vaig assegurar-me d'usar colors que combinessin i una bona font per al text. Vaig assajar la part oral per assegurar-me de tenir clar tot el que volia dir i no quedar-me en blanc. No em vaig aprendre de memòria les frases explícites que volia dir perquè, si domines bé el tema, l'expressió ja surt fluida de manera natural.

El més important per fer un bon TdR és escollir un tema que et motivi i plantejar una bona hipòtesi. La recerca no ha de ser res més que una eina per a extreure unes conclusions que responguin al plantejat inicialment. És rellevant donar al treball un sentit

de continuïtat, que el principi i el final es relacionin. Per aconseguir una bona cohesió és fonamental explicar només allò que és necessari, no posar informació de més per deixar d'explicar-ne una altra. És important acotar bé els paràmetres que es tindran en compte i justificar-los. No cal dir que és indispensable repassar els errors formals i tenir una bona expressió, tant escrita com oral.



EL CERVELL HUMÀ I L'AFECTACIÓ NEURODEGENERATIVA

Alumna:
Marta Álvarez

El tema del meu TdR és el cervell humà i l'estudi sobre les afectacions neurodegeneratives. He triat aquest àmbit perquè la neurociència m'apassiona; trobo fascinant l'activitat del cervell i el seu funcionament. Fer aquest treball m'ha permès tenir un primer contacte amb aquesta disciplina i confirmar que m'agradaria continuar aprofundint-hi en el futur.

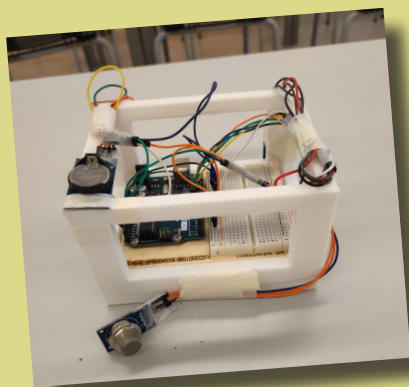
El meu treball se centra en l'angiopatia beta-amiloide, una malaltia neurodegenerativa, i el seu impacte en el cerebel. Gràcies al projecte Argó, vaig tenir l'oportunitat de realitzar una estada a l'Hospital Vall d'Hebron. Durant aquesta experiència, vaig analitzar la densitat de les cèl·lules de Purkinje, unes neurones característiques del cerebel, per determinar quines zones són les més afectades per aquesta malaltia.

El procés de realització del treball va començar el curs passat, especialment al juny, quan vaig redactar la part teòrica. Aquesta fase em va servir per formar-me i adquirir els coneixements necessaris per a la part pràctica. Al juliol, vaig passar tres dies a Vall d'Hebron sota la supervisió de la Dra. Martínez, completant l'anàlisi pràctica. Un cop acabada aquesta part, vaig finalitzar la redacció del TdR i vaig preparar la presentació de l'octubre.

Per a l'exposició oral vaig emprar Canva, eina de disseny gràfic molt útil per a estructurar idees i organitzar el discurs. Els dies previs a l'exposició, vaig assajar

diverses vegades, incloent-hi sessions davant de la meua família, que em van fer suggeriments de millora molt útils.

Per a fer un bon treball de recerca, el tema t'ha d'agradar i t'ha d'interessar. S'han d'invertir moltes hores per a poder completar-lo i és important fer-les tan agradables com sigui possible. D'altra banda, és molt important fer una bona planificació i aprofitar els dies marcats per l'escola al juny per avançar al màxim el treball.



COMPARACIÓ I ANÀLISI DE LA QUALITAT DE L'AIRE DE DIFERENTS BARRIS DE TERRASSA

Alumnes:
Nacho Jufresa i
Álex Peláez

Teníem clar des d'un inici que volíem construir un dispositiu que fes alguna funció. A més a més, a causa del nou format del TdR havíem d'escollir un tema en el qual tingués més importància la part pràctica. A causa d'aquests dos factors vam decidir que un bon treball podria ser la creació d'un aparell que pogués calcular la contaminació de l'ambient a temps real i, més endavant, dur a terme una anàlisi de les dades obtingudes per a poder esbrinar quin és el carrer amb l'aire de pitjor qualitat de Terrassa.

L'objectiu principal del nostre treball és identificar quin és el carrer més contaminat de Terrassa i desenvolupar un dispositiu que permeti obtenir les dades necessàries per extreure aquestes conclusions. Per assolir-ho, el treball s'ha estructurat en dos blocs diferenciats.

En el bloc inicial, s'ha dut a terme, en primer lloc, una recerca centrada en els contaminants atmosfèrics i en les seves repercussions tant per a la salut humana com per al medi ambient i, seguidament, s'ha realitzat una investigació sobre els sensors capaços d'analitzar aquestes substàncies amb l'objectiu de seleccionar els més adequats i integrar-los en el dispositiu proposat. En el segon bloc, s'ha descrit detalladament el procés de construcció del dispositiu, incloent-hi els materials utilitzats i el procés de programació. A més a més,

s'ha documentat el procés de recopilació de dades, així com les conclusions extretes a partir dels resultats obtinguts. Finalment, s'han presentat les conclusions generals del treball, oferint una valoració global del projecte.

Com que la nostra part pràctica consistia en la creació d'un dispositiu, havíem de fer un encàrrec en línia per demanar els diferents sensors i peces que necessitàvem. Per això, el primer que vam fer va ser investigar sobre quins serien els sensors que compraríem. Un cop fet això, ens vam posar a treballar amb la part més teòrica del treball. Després de les vacances d'estiu amb la part teòrica ja gairebé enllestida, vam començar a construir el nostre aparell i a prendre dades pels carrers.

Cal destacar que en ser dues persones era molt important mantenir una bona organització a l'hora de fer el treball. Per optimitzar el temps, vam decidir dividir-nos part de la feina, però mai preníem decisions rellevants sense el consentiment de l'altre.

Per fer l'exposició oral primer vam haver d'escollir què era allò que volíem destacar del nostre treball. Com que el temps establert per a la presentació (entre vint i vint-i-cinc minuts) era elevat, però curt en comparació a l'extensió del treball, vam considerar que havíem d'explicar totes les parts donant més pes a aquelles que, segons el nostre punt de vista, tenien més importància. Tenint present aquesta consideració, vam redactar el guió incidint especialment en la construcció de l'aparell, la recopilació de dades i les conclusions extretes a partir d'aquests resultats.

Per fer un bon treball de recerca (TdR), és fonamental escollir un tema que sigui d'interès personal, viable i ben delimitat. Això permet mantenir la motivació al llarg del procés i assegurar que el treball es pugui desenvolupar de manera eficient. Creiem que és primordial una bona organització on es planifiqui el treball per tal d'evitar acumulacions d'última hora.

El marc teòric ha de fonamentar-se en fonts fiables i recomanem guardar tots els enllaços consultats per facilitar la feina a l'hora de fer la webgrafia.

És molt important escollir un tutor amb qui es tingui una certa confiança per facilitar una comunicació regular perquè s'han de mostrar els avenços i aprofitar els seus comentaris de millora per polir el treball.

VIATGE A BERLÍN

Per Mariona Baños, Mateo Casero, Nacho Jufresa i Agnès Poca.

El viatge de final de curs a Berlín va ser una experiència única que difícilment oblidarem. Després d'uns mesos plens d'estrès i exàmens, ens mereíem uns dies de distensió, descobrint una ciutat plena d'història i gaudint de moments amb els amics. A més, entre visites culturals i llargues caminades, també vam viure unes nits a l'hostal que millor deixem en misteri...

El dia va començar ben d'hora -massa d'hora per alguns- quan vam agafar l'autocar cap a l'aeroport. Entre maletes i son, vam embarcar cap a Berlín i, just havent arribat, al migdia, ja notàrem un ambient diferent: edificis impressionants, tramvies per tot arreu i un fred que ens va obligar a posar-nos l'abric de seguida. Així, sense perdre temps, vam anar directes a visitar la cúpula del Reichstag, el parlament alemany. L'edifici en si ja impressionava, però la cúpula de vidre amb les seves vistes de la ciutat ens va deixar bocabadats. Com era d'esperar, allà van començar les primeres sessions de fotos acompanyades d'una visita guiada molt interessant.

Ja més descansats, vam dedicar el segon dia a realitzar una autèntica ruta turística per Berlín. Vam fer una visita guiada per la ciutat i vam veure llocs tan impressionants com la Porta de Brandenburg, que és molt més gran del que ens imaginàvem, el Memorial de l'Holocaust, que ens va deixar impactats amb la seva estructura i el que representa, i el famós Checkpoint Charlie, el punt de control que separava Berlín Oriental de Berlín Occidental durant la Guerra Freda. També vam passar per Alexanderplatz, on alguns ja van començar a comprar records i menjar, perquè sempre hi ha gana. A la tarda, tot i que estàvem esgotats de caminar tant, vam continuar explorant la ciutat, fent fotos i passant-ho genial entre rialles i alguna anècdota que quedarà entre nosaltres.

Dimecres va ser el dia més intens. Al matí vam visitar el camp de concentració de Sachsenhausen, una experiència dura però molt interessant, ja que poder veure de primera mà aquell lloc i escoltar les històries que ens van explicar ens va fer reflexionar molt. Després d'un matí tan intens, però, vam canviar d'aires i vam anar al Museu Egipci de Berlín, on vam veure peces impressionants, inclòs el famós bust de Nefertiti.

L'últim dia, tot i estar baldats després de diverses nits mogudes -les quals no explicarem, però seran recordades per tothom, sobretot pels professors- encara ens quedava una visita molt especial: el Mur de Berlín. Veure de prop aquelles restes plenes de grafitis i història va ser el tancament perfecte per al viatge. No ens podem oblidar que ens van acompanyar la Susana, el Jordi Torné i el Josep Tomàs, que els volem agrair, especialment, la seva paciència i bon humor!

Així doncs, finalment, amb la motxilla carregada de records i molta son acumulada, vam agafar el vol de tornada cap a casa, sabent que aquest viatge ens acompanyarà sempre com un dels millors moments del batxillerat.



A REVEURE, COMPANYS!

Vull agrair a l'escola el fet de ser la nostra segona llar. Hem passat gran part de la nostra vida a la Tecnos, companys i professors han esdevingut la nostra segona família.

Clàudia Magrinyà, 2n A

Marxo de l'escola amb una motxilla plena de bons records, des de P3 fins a 2n de batxillerat. Cada dia que he vingut a l'escola he après coses noves i he viscut moments memorables.

Núria Ferrer, 2n A

La Tecnos m'ha acompanyat durant 15 anys. Aquí he après moltes coses però, sobretot, he conegut persones molt importants per a mi que m'acompanyaran al llarg dels anys.

Agnès Poca, 2n A

Vull agrair a l'escola el fet d'haver-me ensenyat molts valors i ajudar-me a créixer com a persona.

Mar Manent, 2n A

Crec que l'escola m'ha ajudat a abordar els meus futurs reptes. Vull donar les gràcies als professors, ja que són molt bons i, sobretot, grans persones. He pogut establir una relació de proximitat amb ells i m'han aconsellat i ajudat molt sempre que ho he necessitat.

Dídac Oliva, 2n A

Crec que l'escola m'ha aportat una educació de qualitat i m'ha ajudat a convertir-me en qui sóc avui.

Pol Tatché, 2n A

He estat a l'escola Tecnos des dels tres anys. L'escola suposa per a mi el lloc on s'ha desenvolupat la major part de la meva infància i adolescència, on he conegut les meves amistats, un espai agradable on he pogut créixer i gaudir.

Eudald Oliver, 2n A

El millor record de l'escola són totes les experiències viscudes tant amb els companys com amb els professors.

Nacho Jufresa, 2n A



Els millors records que m'emporto de l'escola són les convivències de primària així com els viatges i intercanvis de secundària i batxillerat. Són experiències viscudes que no oblidaré mai.

Gina Carreras, 2n A

Al llarg dels anys que he estudiat a la Tecnos, he après molts valors com ara la constància, la disciplina i, sobretot, l'esforç. A més d'aportar-me coneixements i experiències, l'escola m'ha ajudat a afrontar els meus reptes.

Àlex Pelàez, 2n A

La meua experiència a l'escola està plena de bons moments: riures a classe, excursions i viatges... tots ells acompanyats dels meus companys i companyes.

Mariona Baños, 2n A

Els moments viscuts amb els companys de la meua promoció seran bons records que m'emportaré de l'escola. Vull agrair a la Tecnos el fet de ser tan inclusiva, oberta i acollidora, a més de donar-te sempre suport i recolzament en els moments complicats.

Mar Anglada, 2n A

Vull agrair a l'escola per haver-me donat unes amistats tan boniques que mai pensava que tindria.

Abril Arroyo, 2n B





Vull agrair a l'escola el fet d'acompanyar-me en aquest llarg viatge i tot el suport rebut. També vull agrair el bon rotllo que desprenen els professors. L'escola és una bona família.

Anna Gota, 2n B

Un cop acabada aquesta etapa, m'emporto tot l'aprenentatge adquirit i la família que hem creat. Em quedo amb tots els riures viscuts amb els companys i companyes, amb les experiències viscudes.

Elena Trias, 2n B

Vull agrair a l'escola el fet d'haver-me sentit tan acollida, acompanyada i estimada cada dia.

Laia Pujolà, 2n B

L'escola Tecnos ha estat el meu punt de partida, tant en l'aspecte acadèmic com en el personal. He estat en aquesta escola des dels tres anys i m'emporto amistats i relacions per a tota la vida, així com uns valors i uns coneixements que defineixen qui soc.

Mateo Casero, 2n B

Al llarg de tots aquests anys, l'escola Tecnos m'ha aportat il·lusió per aprendre i conèixer coses noves però, sobretot, unes molt bones amistats i records que perduraran sempre.

Queralt Garcia-Cascón, 2n B

Hi ha tantes anècdotes divertides que he tingut la sort de viure a l'escola que no podria explicar-ne només una! Dono les gràcies pels companys que he trobat i les amistats que he fet; per totes les persones amb qui he format una família.

Jana Caparrós, 2n B

Durant els anys que he estat aquí, l'escola m'ha aportat moltes coses positives. Aquí he conegut persones inoblidables que m'han ajudat a créixer i que sempre recordaré afectuosament. Alhora, l'escola m'ha aportat una maduresa que m'ha permès seguir endavant en els moments més complicats.

Alba Villafañe, 2n B

L'escola m'ha ajudat a desenvolupar habilitats molt necessàries per fer front als reptes de la nova etapa que ara comença. Alhora, m'ha aportat moltes amistats i bons records.

Alexandra Carrillo, 2n B

L'escola m'ha proporcionat les eines, els valors i les aptituds necessàries per emprendre aquesta nova etapa que es presenta, per enfrontar-me als reptes que puguin sorgir en un futur.

Georgina Videra, 2n B

Al llarg dels anys, hem format tots una pinya que s'ha convertit en una família que durarà per sempre. A l'escola, no només m'he format a nivell de coneixement sinó que m'he convertit en una millor persona, amb una ment oberta i moltes ganes de seguir aprenent.

Marta Álvarez, 2n B

L'escola Tecnos m'ha fet créixer tant en l'àmbit acadèmic com en el personal. En aquest espai he après a valorar, a ser més disciplinat, a fer front als problemes, etc. Vull agrair a l'escola per haver-me fet millor persona i unir-me amb les persones que he trobat aquí.

Lluís Argemí, 2n B



LLIBRES RECOMANATS

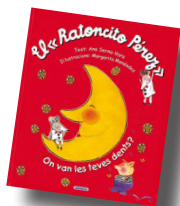
De cara a l'estiu, els nostres alumnes us han fet una sèrie de propostes perquè gaudiu de la lectura més que mai.

Per Clàudia Rimola

PRIMÀRIA

Juan Farias
EL RATONCITO PÉREZ

Ed. Tikal-Susaeta



El **Biel Giménez**, de 1r de primària, recomana als seus companys aquesta lectura. El Biel s'ha sentit identificat amb el personatge del llibre perquè a tots dos els ha caigut una dent.

El **Ratoncito Pérez** explica la història del famós ratolí que s'emporta les dents de llet dels nens i els deixa una petita recompensa. Es segueixen les aventures del ratolí mentre compleix la seva missió, transmetent la màgia i la il·lusió infantil.

Òscar Sardà
EL FOLLET ORIOL

Ed. Sopa de contes



L'**Ainet Ballana**, de 1r de primària, diu que aquest és un llibre que li ha agradat molt, sobretot per les boniques il·lustracions. "El Follet Oriol" és una col·lecció de contes infantils protagonitzats pel follet Oriol, un personatge amable i valent que viu aventures en un bosc encantat. A través de les seves històries, es transmeten valors com l'amistat, la solidaritat i el respecte per la natura. És ideal pels primers lectors.

Nathalie Pons
LA VERITABLE HISTÒRIA DEL LLOP

Ed. Barcanova



Aquest llibre parla d'un llop cansat de ser sempre "el dolent" i un dia decideix demostrar que ell no és així. L'**Arnau Herrero** ens l'ha recomanat perquè quan va començar a llegir-lo el va trobar una mica avorrit, però, després, li va agradar més i ara s'ha convertit en el seu llibre preferit!

SECUNDÀRIA

Arturo Padilla
SUPERVIVIENTES DETRÁS DE LAS CÁMARAS

Ed. Paralelo Cero



La **Júlia Messeguer**, de 1r d'ESO, diu que li ha agradat aquest llibre perquè va d'aventures i hi ha escenes dramàtiques però sense aparèixer violència massa forta. Arturo Padilla de Juan s'ha convertit en un dels seus autors preferits.

J. K. Rowling
HARRY POTTER

Ed. Empúries



En **Pep Navarro**, 2n ESO, recomana molt la saga de Harry Potter perquè és una història plena d'aventures, màgia i personatges que atrapen des del principi.

La manera d'escriure de l'autora permet transportar el lector al món de Hogwarts i fer-lo sentir part de la història. A més, els llibres expliquen molts detalls i moments que no apareixen a les pel·lícules, cosa que els fa encara més especials.

Alexandre Dumas
EL COMTE DE MONTECRISTO

Ed. 62 edicions



Al **Miquel Montañá**, de 4t d'ESO, li agrada molt llegir, sobretot les novel·les d'història. A una persona de la seva edat recomanaria "El Comte de Montecristo", ja que és un clàssic ple d'aventures, emoció i venjança que enganxa molt.

Tot i que és un llibre llarg, la seva trama està molt ben construïda i sempre passen coses inesperades, per això és entretingut.

BATXILLERAT

Elisabeth Gaskell
NORD I SUD

Ed. Viena Editorial



A la **Clara Callén**, 1r de batx, aquest llibre li agrada molt perquè tracta sobre diversos temes en una sola història. És un perfecte equilibri entre la novel·la social i la novel·la d'amor o sentimental perquè, mentre s'explica una història d'amor, s'expliquen també les condicions de vida a "Manchester", una ciutat industrial anglesa, durant el s. XIX.

La protagonista de la història és la **Margaret Hale**, una noia que ha crescut amb els seus tiets a Londres en una casa benestant. Quan la seva cosina es casa, la Margaret ha de tornar a casa dels seus pares.

Ramon Folch
NAUFRAG FELIÇ

Ed. Viena Editorial

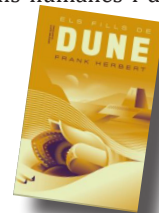


Naufrag felix, escrit per **Ramon Folch**, és un dels millors llibres que la **Clàudia Maldonado**, 1r Batxillerat, ha llegit. El recomana perquè li va fer veure l'amor des d'una perspectiva totalment diferent.

La història és profunda i fa reflexionar, de manera que el lector es replanteja molts aspectes de les relacions humanes i dels sentiments.

Frank Herbert
DUNE

Ed. Raig Verd



En **Marc Aragón**, de 1r de Batxillerat, ens recomana aquest llibre de ciència-ficció. És un llibre dens que té molta acció, cosa que enganxa i fa que vulguis saber més sobre què passarà a continuació.

El llibre tracta d'un grup de nobles que són traïts i els supervivents decideixen aïllar-se al desert; allà és on succeeix la major part de la història. Molta gent ha vist la pel·lícula d'aquest llibre, però en Marc troba que el llibre és millor.

TECNOS QUIZ:

Ets el rei de la puntualitat?

Per Clara Rovira

1 Quan tens un projecte o feina per lliurar, com acostumes a organitzar-te?

- a) Començo a treballar-hi amb temps per evitar pressions d'última hora.
- b) Normalment, acabo corrent, però sempre arribo a temps.
- c) Tinc tendència a passar la data de termini i necessito que em donin més temps.

2 Quina és la teva actitud quan quedes amb amics?

- a) Acostumo a arribar una mica tard. No ho faig expressament, però sempre em passa.
- b) Sempre arribo amb temps i m'espero.
- c) Arribo exactament a l'hora, ni abans ni després.

3 Davant d'un examen important, quina és la teva estratègia?

- a) Estudio setmanes abans per saber-ho tot.
- b) Ho deixo gairebé tot per a l'última nit, confiant en la meua capacitat de concentració.
- c) Preparo un pla d'estudi intens uns dies abans i el segueixo.



Majoria de A: Organitzada i previsor

Sempre tens les coses sota control. Prefereixes planificar amb antelació i evitar riscos innecessaris. Tens un pla B per si de cas. No t'agrada deixar res per a última hora. La teua manera de fer és metòdica i tranquil·la, i això et permet afrontar els reptes amb calma.

4 Quan vas a una festa o esdeveniment social...

- a) Sempre arribo tard, sigui perquè no m'organitzo o perquè m'entretinc.
- b) Arribo puntual, potser, fins i tot, abans que comenci.
- c) Surto de casa amb el temps just per arribar al moment que començarà.

5 Quan has de fer un viatge llarg, com prepares tot allò necessari?

- a) Faig les maletes el dia abans i reviso tot el que necessito amb calma.
- b) Ho deixo per al matí del viatge.
- c) Planifico i començo a preparar les coses dies abans per no oblidar res.

6 Com afrontes la decoració de Nadal a casa?

- a) La casa està decorada des de principis de desembre.
- b) Penjo quatre coses ràpidament, normalment la nit de Nadal.
- c) Ho deixo córrer perquè, al final, sempre penso: "ja no val la pena".



Majoria de B: Espontània, però impuntual

Tens una actitud relaxada davant la vida i prefereixes gaudir del moment sense obsessionar-te amb els horaris. Això, però, fa que sovint arribis tard o deixis les coses per fer a última hora. Ets una persona amb caràcter espontani i t'agrada improvisar. Això no obstant, de vegades et pots estressar una mica per no complir amb els temps límits, encara que acostumes a compensar-ho amb el teu entusiasme.

7 Què fas quan t'has de llevar d'hora?

- a) Poso un parell d'alarmes i ho preparo tot abans d'anar a dormir.
- b) Confio en el despertador, tot i que sovint acabo anant amb presses.
- c) Poso moltes alarmes perquè, per llevar-me, no en tinc prou amb una.

8 Com prepares un regal d'aniversari per a algú especial?

- a) Entro en una botiga el mateix dia, trio el primer que veig i penso: "Segur que li agradarà".
- b) Compró el regal amb uns dies d'antelació per assegurar-me que agradi.
- c) Em presento sense res i dic: "El teu regal soc jo, què més vols?"

9 Com gestionas l'hora de marxar d'un lloc per agafar un tren o un avió?

- a) Arribo a l'estació o a l'aeroport amb temps, no m'arrisco.
- b) Arribo just quan ha de sortir.
- c) Corro pels passadissos preguntant per no perdre'l.

10 Com afrontes la lectura d'un llibre del qual t'hauràs d'examinar?

- a) Començo a llegir-lo de seguida i el tinc acabat en pocs dies.
- b) El començo aviat, però el llegeixo a trossos, quan tinc un moment lliure.
- c) Em confio i l'acabo llegint amb presses un o dos dies abans de l'examen.

Majoria de C: Eficaç sota pressió

Encara que no et caracteritzes per ser la persona més planificada, tens una gran capacitat de treballar sota pressió. Et motives especialment quan el temps s'acaba i les coses han de sortir tant sí com no. És llavors quan et concentres al màxim i treus el millor de tu. Tot i que no sembla la manera més eficient, acostumes a aconseguir els resultats desitjats, i això et dona confiança en el teu sistema.

ACUDITS ESCOLARS

Per als apassionats del acudits, esperem que gaudiu de la selecció que hem fet per a vosaltres. Segur que us sentireu identificats amb moltes de les situacions que es descriuen.

El director de l'escola pregunta a un alumne:

- A veure, Lluís, com t'imagines l'escola ideal?
- Tancada, senyor director, tancada.

El primer dia de classe, un profe nou es presenta als seus alumnes:

- Bon dia. El meu cognom és Llarg.

I un nen diu:

- No passa res. Tenim temps.

La Laura pregunta a la professora:

- Profe, és veritat que no ens pot castigar per una cosa que no hem fet?

- És clar que no - contesta la mestra.

I la Laura diu:

- Perfecte, perquè no he fet els deures.

Un alumne diu al mestre:

- Profe, no em trobo bé.

I el mestre contesta:

- Doncs busca't millor.

A classe de mates, el mestre diu a un alumne:

- Juli, deperta el teu company!

I en Juli respon:

- Despertí'l vostè, que és qui l'ha fet adormir.

A classe de medi, una nena pregunta a la mestra:

- A vostè li agraden els cavalls?
- Sí, és clar - contesta la mestra.

- Ha, ha, ha - riu la nena -, doncs té el mateix gust que les eugues!

- Àngela, per què fas els nombres tan petits?

- Perquè es notin menys les errades, senyu.

El primer dia de classe en una escola religiosa, una nena diu a la seva companya:

- Aquella d'allà és la monja més forta de Catalunya.

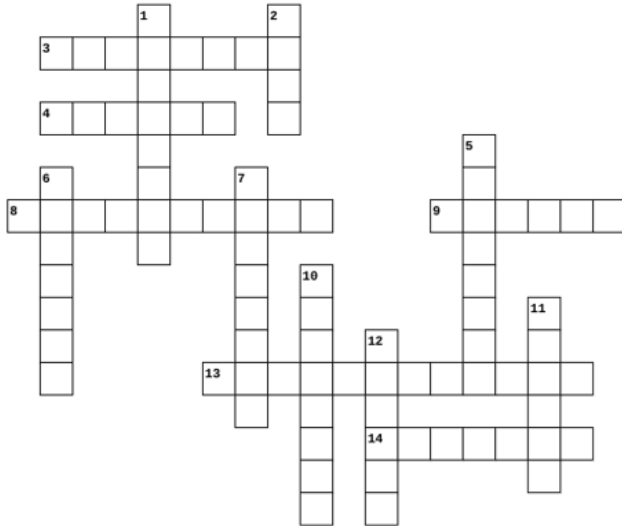
- Ah, sí? - diu l'amiga -. I com es diu?

- Sor Zenèguer.

ENTRETENIMENTS

Per Clàudia Rimola

1. MOTS ENCREUATS



2. ENDEVINALLES

Rodó, rodonet,
de fora verdet,
de dintre molt dolç,
i ple de pinyols.

Te la dic, te la diré
i te la repetiré,
i tu no sabràs
el que és.

HORITZONTAL

3. Bossa gran que portem a l'esquena per guardar tot el que necessitem per l'escola, com llibres, quaderns, l'estoig o l'esmorzar. Normalment té tirants per posar-la a les espatlles.
4. Esport en equip que consisteix en fer servir un estic per fer gol a la porteria contrària.
8. Espai ple de llibres on es pot anar a llegir, agafar llibres en préstec o fer deures. Però, sobretot, en silenci!
9. Gegant de l'escola.
13. Lloc gran de l'escola on es poden practicar molts esports diferents.
14. Arbre que hi ha a un dels patis de l'escola.

VERTICAL

1. Sortida que es fa fora de l'escola a llocs com museus, parcs, monuments o altres llocs d'interès.
2. Estona del dia on es surt de la classe que serveix per esmorzar, córrer, jugar i divertir-se.
5. Concurs que s'organitza a primària per Sant Jordi.
6. Instrument musical que té moltes barres de colors o de fusta que sonen quan les piquem amb unes baquetes.
7. Lloc de l'escola on nens, nenes i professors poden dinar.
10. Tots aquells nens i nenes que van a escola abans que comencin les classes. Allà poden esmorzar, jugar, pintar...
11. Objecte ple de pàgines que ens explica històries, contes o ensenya coses noves.
12. Funda o capsa que serveix per guardar els llapis, bolígrafs, gomes i altres materials escolars.

3. SUDOKU

NIVELL FÀCIL

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

NIVELL MIG

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

NIVELL DIFÍCIL

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

Solucions als entreteniments a la pàg. 48

Topete, 34 • 08221 TERRASSA
93 785 83 55
secretaria@tecnos.cat
www.escolatecnos.cat

