



7 i TRIA

Publicació escolar 2n trimestre curs 2019-2020

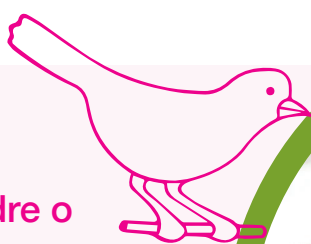
# LA MÚSICA ENS MOU!

- Música, mestre! (p.2)
- Menús del segon trimestre (p.3-6)
- Converses amb... Laura Urteaga, músic (p.7)
- El menjador que jo somnio. Al so dels tambors! (p.8)

# MÚSICA, MESTRE!

Quants sons pots reconèixer, entendre o imitar?

- ✓ El to de veu d'una persona
- ✓ Si el tren arriba, passa o arrenca
- ✓ El repicar de les campanes
- ✓ El cant d'ocells diferents
- ✓ La cançó d'un musical
- ✓ La porta de casa en obrir o tancar



La intel·ligència musical és la primera intel·ligència que es fa evident en les persones. Abans de néixer ja reaccionem als sons externs i sovint abans de començar a parlar, els bebès mouen el cos seguint melodies. Aquesta intel·ligència facilita la sensibilitat, el pensament, la memòria i els aprenentatges. Qui no ha après les taules de multiplicar cantant? També està força relacionada amb la comunicació, perquè és imprescindible discernir sons per interpretar correctament la comunicació verbal.

Mares, pares, famílies i educadors, us proposo potenciar aquesta intel·ligència:

- Identificar què sona, d'on ve, quina intensitat té o quant dura.
- Parar atenció a sons o fer-los amb instruments improvisats.
- Fer sons amb instruments musicals, inventar melodies.

- Cantar. I amb una melodia que conegueu, canvieu el to, el ritme, la velocitat, les vocals o substituiu alguna paraula per un so.
- Fer rimes amb paraules que acabin igual i agrupar paraules per com sonen.
- Cantar per memoritzar o aprendre. Busquem una melodia per a cada situació.
- Comunicem-nos amb sons utilitzant l'idioma Morse.
- Inventem la cançó de llevar-se, la de dutjar-se o d'anar a escola...
- Escoltar música: cantates, musicals, pop, rock, òpera, clàssica...

Tots som intel·ligents!

Silvia Diéguez  
Psicòloga  
[www.talentslatents.es](http://www.talentslatents.es)

  
talentslatents

Abans de néixer ja reaccionem als sons externs.



## Gener 2020

(Calendari escolar genèric. No inclou les festes locals i de lliure elecció del centre)

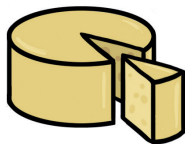
Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



**8**

Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat  
Croquetes de pernil  
Enciams variats amanits amb col lombarda i blat de moro  
logurt natural

i per sopar...  
Crema de carbassa  
Lluç a la planxa  
Fruita de temporada

**9**

Mongeta tendra amb patata  
Cuixa de pollastre a la planxa  
Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i pastanaga  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Sopa de pistons integrals  
Mandonguilles de quinoa i verdures  
Fruita de temporada

**10**

Arròs caldós d'hortalisses  
Fruita de patata i ceba  
Enciams variats amanits amb raves i olives verdes  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida al gust  
Pizza casolana amb xampinyons i formatge de cabra  
Taronja amb xocolata negra

**13**

Lenties estofades amb arròs  
Cruixents de pollastre arrebossat  
Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Saltat de verdures amb gambetes  
Remenat d'ou i ceba  
Fruita de temporada

**14**

Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix fresc de Mercat  
Enciams variats amanits amb raves i pastanaga  
logurt natural

i per sopar...  
Xampinyons saltats amb pernil  
Hamburguesa de vedella 100% amb panet  
Fruita de temporada

**15**

Coliflor amb patata  
Filet de gall dindi a la planxa amb salsa de formatge casolana  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Purè de bròquil i pastanaga  
Filet de gall al forn  
Fruita de temporada

**16**

Llacets saltats amb ceba i cansalada amb formatge ratllat  
Fruita a la francesa  
Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Verdures al forn amb aletes de pollastre adobades  
Fruita de temporada

**17**

Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques)  
Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida)  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Tomàquet natural amb olives negres  
Torrades d'escalivada i bonifol  
logurt natural amb nous

**20**

Macarrons integrals a la napolitana amb formatge ratllat  
Fruita de patata i fonoll  
Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Coliflor gratinada  
Gall dindi amb salsa de tomàquet  
Fruita de temporada

**21**

Arròs xinès  
Peix fresc de Mercat  
Rodanxetes de tomàquet i olives verdes amanides amb oli d'oliva i orenga  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Purrusalda  
Fruita de temporada

**22**

Crema de verdures de temporada amb rostes de pa al forn  
Vedella estofada amb patates  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Pastís de patata, verdures i peix  
Fruita de temporada

**23**

Cigrons estofats amb espinacs  
Cuixa de pollastre a la planxa  
Enciams variats amanits amb col lombarda i api  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Crema de carbassó  
Pinxos de rap i pebrots  
Fruita de temporada

**24**

Mongeta tendra amb patata  
Crepes de pernil cuit i mozzarella  
Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro  
logurt natural

i per sopar...  
Espirals amb pesto  
Amanida de pastanaga rallada, cogombre i formatge  
Fruita de temporada

**27**

Bledes amb patata  
Canelons gratinats amb beixamel  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Arròs 3 delícies  
Seitò arrebossat  
Fruita de temporada

**28**

Mongetes seques estofades amb pastanagues  
Peix fresc de Mercat  
Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Hummus amb bastonets de pa integral  
Amanida amb fruits secs  
logurt natural

**29**

Fideuà (sípia i gambes) amb allíoli  
Fruita de formatge  
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Orada al forn amb pèsols i pastanaga baby  
Fruita de temporada

**30**

Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Pollastre al forn amb ceba  
Patates xips  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Sopa de pasta integral  
Mandonguilles vegetals amb samfaina  
Fruita de temporada

**31**

Lenties estofades amb patates  
Calamars a la romana  
Enciams variats amanits amb raves i olives verdes  
Postres d'aniversari

i per sopar...  
Pastís d'ou amb verdures  
Pa amb tomàquet  
Fruita de temporada



## Febrer 2020

(Calendari escolar genèric. No inclou les festes locals i de lliure elecció del centre)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<p><b>3</b></p> <p>Sopa de lluç i crancs amb arròs Trita de patata i ceba Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda iogurt natural</p> <p>i per sopar... Quinoa amb verdures i fruits secs Fruita de temporada</p>	<p><b>4</b></p> <p>Cigrons estofats amb espinacs Peix fresc de Mercat Rodanxetes de tomàquet i olives negres amanides amb oli d'oliva i orenga Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Espinacs amb patata Formatge fresc amb cogombre i torradetes amb olivada Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b></p> <p>Crema de verdures de temporada amb rostes de pa al forn Estofat de pollastre amb guarnició d'arròs integral Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Salmó a la papillota amb pastanaga, carbassó i moniato Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b></p> <p>Mongeta tendra amb pastanaga i patates Hamburguesa de vedella a la planxa amb salsa de xampinyons Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Brots variats amb orellanes i panses Pinxo de daus de porc i pinya Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b></p> <p>Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat Croquetes de mill i verdures Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Pa integral amb tomàquet Trita de carbassó Fruita de temporada</p>
<p><b>10</b></p> <p>Col amb patata Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Crema de carbassa i moniato Formatge fresc amb pa amb tomàquet Fruita de temporada</p>	<p><b>11</b></p> <p>Caldó d'hortalisses amb estrelletes Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i pastanaga Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Mongeta verda saltada amb allet Remenat d'ou i porro Fruita de temporada</p>	<p><b>12</b></p> <p>Lenties estofades amb arròs Salsitxes de porc al forn Xampinyons saltats amb all i julivert Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Sipia a la planxa amb amanida variada amb blat de moro i patata al caliu Mel i mató</p>	<p><b>13</b></p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet Trita de formatge Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Sopa de meravella Llenguado a la planxa amb pebrot escalivat Fruita de temporada</p>	<p><b>14</b></p> <p>Mongetes seques bullides amb oli d'oliva Fregidets d'abadejo Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro iogurt natural</p> <p>i per sopar... Hummus amb dips vegetals Xampinyons saltats amb gambetes Fruita de temporada</p>
<p><b>17</b></p> <p>Crema de verdures de temporada amb rostes de pa al forn Gall dindi guisat amb xampinyons i pastanagues Patates rosses Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Trinxat de la Cerdanya Trita a la francesa Fruita de temporada</p>	<p><b>18</b></p> <p>Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Bastonets de cogombre amb salsa de iogurt Cuixetes de pollastre al forn amb ceba, tomàquet i patata Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b></p> <p>Arròs amb verdures Ous durs amb salsa de tomàquet i cansalada Enciams variats amanits amb col llombarda i api Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Flamet de quinoa Broquetes de rap, gamba, carbassó i tomàquet Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b></p> <p>DINAR SOMIATRUITES</p> <p>i per sopar... Arròs amb verdures i mongeta blanca Tomàquets xerri amanits amb ruca iogurt amb anacards</p>	<p><b>21</b></p> <p>DINAR AMAGAT</p> <p>i per sopar... Sopa de peix amb sèmola Mini pizzas d'albergínia i mozzarella Fruita de temporada</p>
<p><b>24</b></p> <p>Saltat de pèsols, patata, ceba i pernil salat Trita a la francesa Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Crema de porros Hamburguesa vegetal Fruita de temporada</p>	<p><b>25</b></p> <p>Espirals a la carbonara amb formatge ratllat Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Sopa de lletres Vedella amb salsa de verdures Fruita de temporada</p>	<p><b>26</b></p> <p>Espinacs amb patata Pastis de salmó amb formatge Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Pit de pollastre al curri amb cuscus Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b></p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet Mandonguilles de vedella a la jardinera Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Amanida d'escarola i olives Trita de patates i ceba Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b></p> <p>Purè de cigrons amb bastonets de pastanaga i pa torrat Cuixa de pollastre a la planxa Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Postres d'aniversari</p> <p>i per sopar... Tomàquet amb mozzarella Orada al forn amb carbassó i patata al caliu Fruita de temporada</p>

## Març 2020

(Calendari escolar genèric. No inclou les festes locals i de lliure elecció del centre)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<p><b>2</b></p> <p>Arròs saltat amb salsitxes d'au Trita de patata i ceba Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Crema de verdures Pa amb tomàquet i formatge fresc Fruita de temporada</p>	<p><b>3</b></p> <p>Mongeta tendra amb patata Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Cuscús amb cigrons, panses, carbassó i daus de pollastre Fruita de temporada</p>	<p><b>4</b></p> <p>Lenties estofades amb arròs Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Sopa minestrone Broquetes de rap i pebrot Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b></p> <p>Caldo vegetal Estofat de porc amb verdures Purè de patates Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Amanida verda Ous ferrats sucats amb pa integral Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b></p> <p>Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat Croquetes d'espínacs Rodanxetes de tomàquet i olives negres amanit amb oli d'oliva i orenga logurt natural</p> <p>i per sopar... Verdures saltades al wok amb daus de salmó i panses Fruita de temporada</p>
<p><b>9</b></p> <p>Fideuà (sípia i gambes) amb allíoli Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Bròquil i pastanaga al vapor Croquetes de peix casolanes Fruita de temporada</p>	<p><b>10</b></p> <p>Crema de mongetes seques Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro logurt natural</p> <p>i per sopar... Broquetes de verdures, gambes i pinya Falafel al forn Fruita de temporada</p>	<p><b>11</b></p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet Trita de formatge Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Bledes amb patata Bistec de bou a la planxa Fruita de temporada</p>	<p><b>12</b></p> <p>Bròquil i pastanagues amb patata Canelons gratinats amb beixamel Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Pasta saltejada amb carbassó, ceba i tonyina Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b></p> <p>Cigrons amb arròs integral i verdures Calamars a la romana Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i pastanaga Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Amanida al gust Quiche d'ou amb verdures Plàtan amb xocolata negra</p>
<p><b>16</b></p> <p>Mongeta tendra amb patata Creps de pernil cuit i mozzarella Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Sopa de lletres Salsitxes de porc amb salsa de tomàquet Fruita de temporada</p>	<p><b>17</b></p> <p>Lenties estofades amb arròs Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Cintes de carbassó amb tomàquets secs saltats Trita de patates i ceba Fruita de temporada</p>	<p><b>18</b></p> <p>Caldo amb estrelletes Hamburguesa de vedella a la planxa amb salsa de xampinyons Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Bledes amb patata Seitó arrebossat Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b></p> <p>Patates gratinades al forn Croquetes de cigrons casolanes Enciams variats amanits amb raves i pastanaga logurt natural</p> <p>i per sopar... Salsitxes vegetals amb escalivada i pa amb tomàquet Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b></p> <p>Arròs a la cassola Trita a la francesa Rodanxetes de tomàquet i olives verdes amanides amb oli d'oliva i orenga Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Saltat de xampinyons, daus de patata i ceba Calamars a la romana Fruita de temporada</p>
<p><b>23</b></p> <p>Coliflor amb patata Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de sofregit de tomàquet casolana Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Espirals saltats amb verdures, lenties i panses Fruita de temporada</p>	<p><b>24</b></p> <p>Espaguetis amb salsa de formatges Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Gall dindi amb samfaina i patata al caliu Fruita de temporada</p>	<p><b>25</b></p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet Trita de xampinyons Enciams variats amanits amb col llombarda i api Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Saltat de vegetals Bacallà amb salsa de tomàquet Fruita de temporada</p>	<p><b>26</b></p> <p>Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida) Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Cuscús amb hortalisses i fruits secs Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b></p> <p>Pèsols guisats amb patates Fregidets d'abadejo Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Postres d'aniversari</p> <p>i per sopar... Arròs xinès Remenat d'ou amb alls tendres Fruita de temporada</p>

## Abril 2020

(Calendari escolar genèric. No inclou les festes locals i de lliure elecció del centre)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<p><b>30 Març</b>                      Crema de verdures de temporada amb rostes de pa al forn                      Lasanya amb bolonyesa vegetal                      Fruita de temporada</p> <p>i per sopar...                      Macarrons amb verdures                      Truita de formatge                      Fruita de temporada</p>	<p><b>31 Març</b>                      Arròs caldós d'hortalisses                      Peix fresc de Mercat                      Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro                      Fruita de temporada</p> <p>i per sopar...                      Enciams variats amanits amb raves i blat de moro                      Hummus de lleties amb dips vegetals i bastonets de pa                      Fruita de temporada</p>	<p><b>1</b>                      Mongeta tendra amb patata                      Salsitxes de porc amb salsa de tomàquet                      Fruita de temporada</p> <p>i per sopar...                      Sopa de pistons                      Hamburguesa vegetal amb cogombre i pastanaga                      Fruita de temporada</p>	<p><b>2</b>                      Lleties estofades amb arròs                      Truita de formatge                      Enciams variats amanits amb raves i olives verdes                      Fruita de temporada</p> <p>i per sopar...                      Puré de patates                      Lluç al forn amb amanida                      Fruita de temporada</p>	<p><b>3</b>                      Macarrons integrals a la napolitana amb formatge ratllat                      Cruixents de pollastre arrebossats                      Enciams variats amanits amb col lombarda i blat de moro                      Xips i refrescs                      Crema de xocolata</p> <p>i per sopar...                      Pizza casolana de verdures i bonítol                      Fruita de temporada</p>

Peix fresc de mercat: No podem especificar el tipus de peix ni el seu mode de cocció perquè dependrà de la pesca, el temps i el mar. Sabem que serà peix de platja i sabem que seran lluç, mare de lluç, bacallanet, sorell, bròtola, llenguadina, mòllera, truita de riu, salmó, orada, verat, moixina i seitó. Cada peix serà pescat en la seva temporada i les coccions seran diverses i les determinarà el tipus de peix. Els cuinarem a l'andalusa, a la romana, enfarinat, arrebossat, a la planxa, al forn amb verdures, al forn amb ceba, tomàquet i patates, amb salsa de tomàquet o salsa verda, amb salsa d'anet i també farem suquet amb patates

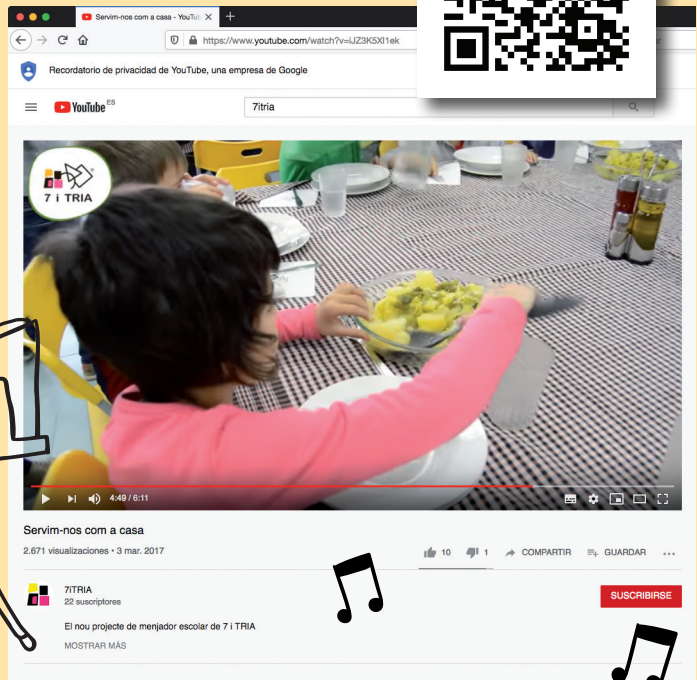
# servim-nos com a casa

## Canta amb nosaltres!!

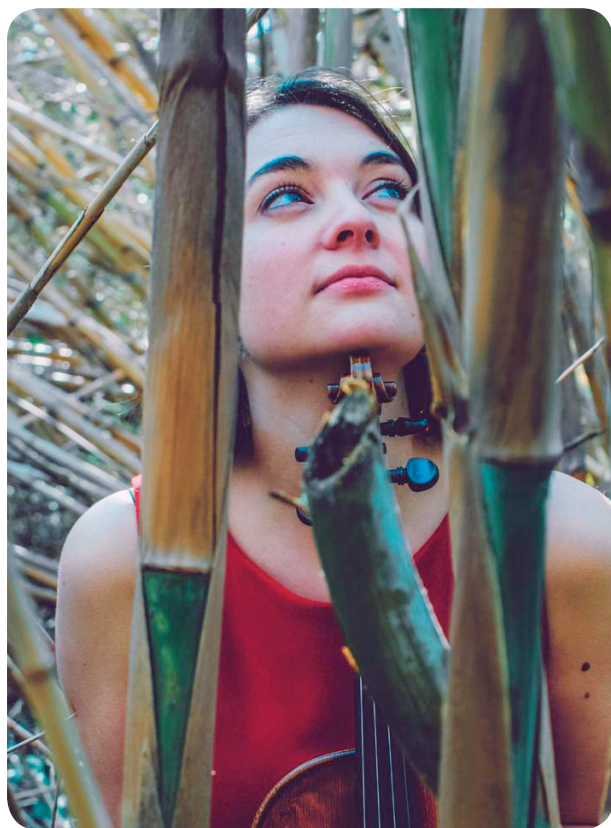
*És hora de dinar, que bé!  
 Avui vinc amb molta gana.  
 És hora de dinar, que bé!  
 Més menjar jo em serviré.  
 És hora de dinar, que bé!  
 Però avui no tinc tanta gana  
 És hora de dinar, que bé!  
 Avui no repetiré.*

*Servim-nos com a casa  
 Jo sol/a em vull servir,  
 Servim-nos com a casa  
 Ja som grans per decidir.  
 Servim-nos com a casa  
 d'això jo no en vull tant,  
 Servim-nos com a casa  
 Però una mica en vaig tastant!*

Mira el video aquí



## Converses amb... Laura Urteaga, músic.



### Com et defineixes?

Em dic Laura, tinc 26 anys i estimo per sobre de tot aprendre i deixar-me commoure de tot allò que vaig trobant pel camí.

### A què et dediques?

Sóc músic. Vaig començar a tocar el violí de ben petita i m'hi dedico professionalment des de fa uns quants anys. Compagino la vida d'intèrpret i d'estudiant amb la docència: treballo a diferents orquestres, toco amb diversos grups i faig classes, de violí, música de cambra, etc.

### Què es necessita per a ser músic?

Crec que de receptes concises n'hi ha poques en aquesta vida i hi ha músics molt diversos, que venen de mons i processos completament diferents. Però si he de triar una qualitat que crec que qualsevol músic té, és la curiositat. És aquesta la que ens mou, la que ens fa ser pacients i perseverants i la que ens empeny a estar en permanent aprenentatge. Per a mi, ser músic et força a estar en recerca permanentment, a estar en moviment, a fer camí. Coses que formen part de la vida mateixa però que sovint lluitem per aturar-les buscant l'estabilitat i allò conegut.

### Com vas descobrir que volies ser violinista?

Vaig descobrir el violí als sis anys. Els meus pares i els seus amics, van dur als fills a l'escola de música del poble i a l'hora de triar instrument, tots vàrem triar el violí, com n'haguéssim pogut triar un altre. Era la novetat!

Des de llavors el violí va entrar dins la meua rutina i mica en mica vaig anar-li dedicant més i més temps. Va ser un procés natural i d'inèrcia en part, ja que el violí per a mi era quelcom quotidià, com menjar i rentar-me les dents. Arribada l'ESO i l'hora de decidir què estudiar i a què dedicar el meu temps en un futur, no m'imaginava fent res que no fos música perquè, de fet, em moria de ganes de poder tenir molt més temps per a dedicar-hi.

### Què et va dur a interpretar la música a través d'un violí?

Com ja he dit abans, el violí em va anar a parar a les mans per casualitats de la vida. Des de llavors va ser la meua eina directa de connexió amb la música, que ja coneixia d'escoltar-la arreu: el pare amb la guitarra, l'avi amb el teclat, la família paterna cantant als sobretauls, etc.

### Com ho viu el teu entorn?

He tingut la sort que des dels inicis, el meu entorn més proper, és a dir, els meus pares, sempre m'han acompanyat, donat suport i animat molt. Com ho viuen, potser els ho hauríem de preguntar a ells. Però jo diria que són feliços si em veuen motivada i fent allò que estimo.

### Què t'aporta personalment ser violinista?

Ser violinista m'ha dut a conèixer un munt de música impressionant, que encara avui segueixo descobrint. M'obre la porta a conèixer gent nova i diversa constantment, de la qual aprenc moltíssim tant en l'àmbit musical com en el personal. I m'exposa a escoltar-me a mi mateixa permanentment.

### Si no et dediquessis a tocar el violí, què faries?

Tocaria altres instruments, de fet intento fer-ho últimament. Però més enllà de la música, la docència m'estimula moltíssim, les lletres sempre m'han agradat, la psicologia, els temes socials, etc. Per a mi la música és una cosa molt íntima d'una banda i molt per als altres alhora. Capaç de commoure i, per tant, de transformar. Si m'hagués de dedicar a una altra cosa, buscaria per aquí, ja que sento que més que mai, en un món governat per la tecnologia i el materialisme, cal més que mai cuidar les emocions i escoltar-nos els uns als altres.

### Què diries a infants i joves, joves amb les teves mateixes inquietuds inicials?

Sincerament no recordo quines eren les meves inquietuds inicials, si les tenia o no, però sí que puc dir que en tinc moltes d'inquietuds avui. Inclús després d'haver estudiat la carrera, dos màsters, d'haver viscut a l'estranger, d'haver treballat... El meu consell per a infants i joves és que s'escoltin, que pensin, que es donin temps, que siguin crítics amb ells mateixos i amb el seu entorn. I, per descomptat, que segueixin les seves inquietuds. Però que segueixin aquelles que tinguin ara, avui! El demà no el podem decidir, ni imposar. Allò que es fa amb ganes, amb amor, amb curiositat, queda per sempre i per a mi és aquesta la veritable riquesa, encara que el sistema sovint ens vulgui fer creure el contrari.



# El menjador que jo somio.

## Al so dels tambors!

**A**vui és el primer dia de curs i és l'hora d'anar a dinar. En Roger, no s'ha posat la bata de monitor sinó que vesteix un turbant al cap ple de colors. Els més petits el miren amb sorpresa i es pregunten: Qui és? Porta uns bongos i es passeja entre el menjador i el pati, fent-los sonar. En Roger els explica que ha vingut a l'escola per crear música amb tots! Avui l'acompanyen uns bongos, però cada cop que vingui durà un instrument diferent. A més, portarà instruments d'altres indrets del món, que anirà deixant a un racó del pati que han preparat amb molta il·lusió...

La percussió serà l'inici del nostre petit projecte de música al menjador de l'Escola Taxonera. Una iniciativa que neix amb la voluntat de potenciar la socialització i de desenvolupar la consciència de grup i la iniciativa individual, a través de la música i la pràctica instrumental.

Partim de la premissa que la dedicació, l'esforç i l'entusiasme són més grans en un infant amb una autoestima alta. En canvi, una baixa autoestima sol ser font de conflictes i de

tristeses. L'objectiu inicial era obrir un racó musical on poder trobar un espai relacional de benestar per a l'expressió creativa, natural i espontània. Un espai que aportés seguretat i afecte als infants del menjador i que convidés a participar-hi. Volíem facilitar l'apropament de l'infant al ritme musical i a la comunicació d'emocions a través de ritmes.

Si analitzem com petits i grans hem expressat al llarg de la història les emocions, trobem un punt en comú que es manté durant els anys: la música. Una eina que ens permet abocar sentiments, expressar estats d'ànim i fins i tot comunicar-nos-hi. En definitiva, la música és una via directa al cor. Així, doncs, l'experiència d'aquest nou racó musical ha estat un aprenentatge molt gratificant i enriquidor per als infants del menjador, per a l'equip i per al centre. Una experiència que s'ha arrelat com una part més del projecte d'escola.

**Pati Hernández**

Coordinadora de zona pedagògica



*Si analitzem com petits i grans hem expressat al llarg de la història les emocions, trobem un punt en comú que es manté durant els anys: la música.*