

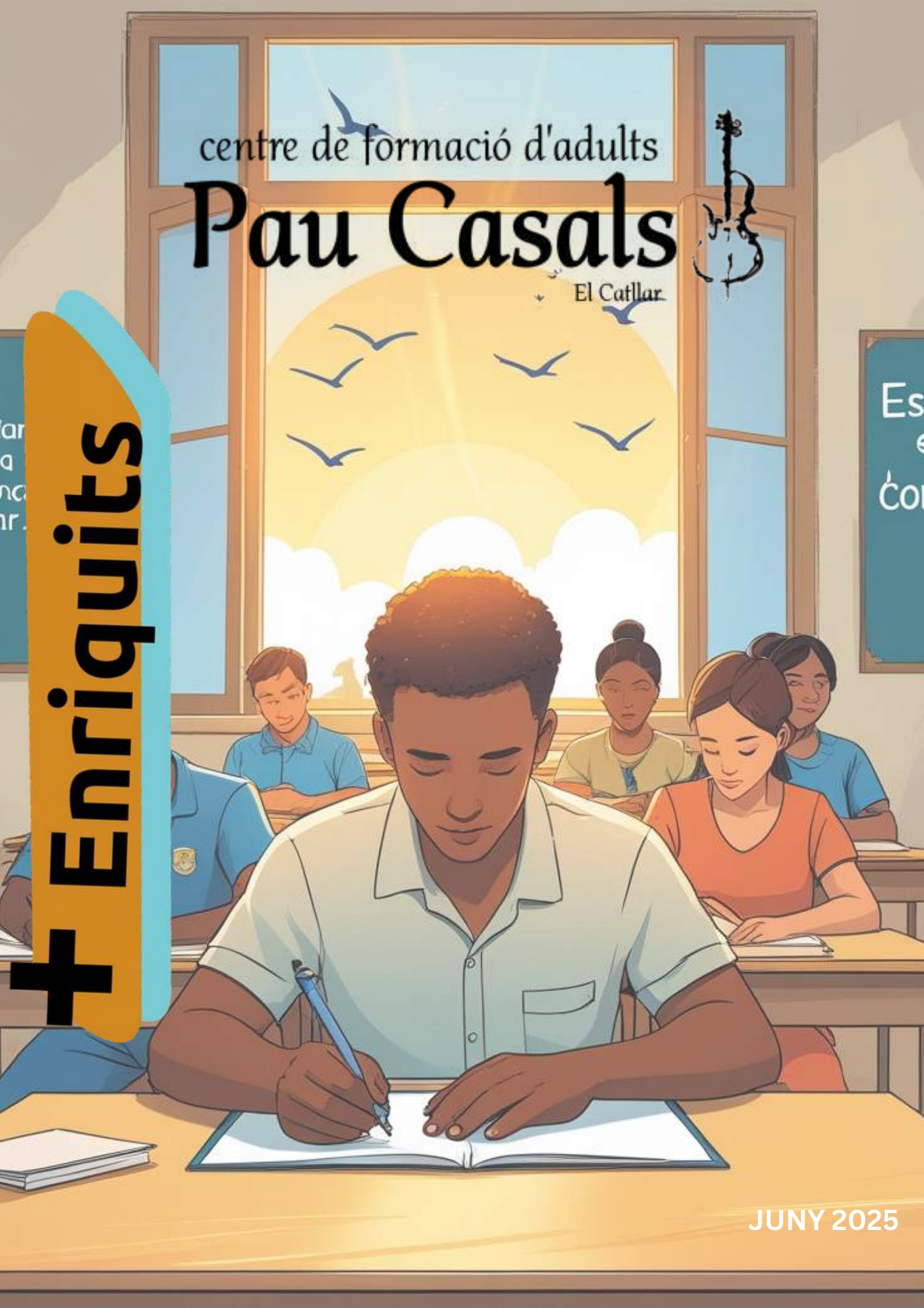
centre de formació d'adults

# Pau Casals

El Catllar



+ Enriquits



JUNE 2025



## BENVINGUTS A LA REVISTA DEL CENTRE DE FORMACIÓ D'ADULTS PAU CASALS EL CATLLAR (CATALUNYA)

A l'interior del CFA Pau Casals, on cada dia representa una oportunitat per aprendre, créixer i reinventar-se, neix aquesta revista: un espai on la paraula es converteix en eina de transformació i esperança.

Aquest no és només un recull d'articles; és una finestra oberta a la curiositat, al pensament crític, a la creativitat i a la cultura. Aquí hi trobaràs reflexions personals, coneixement compartit, històries de superació i petites grans passes cap al futur.

Parlem d'idiomes, ciències, informàtica, arts i humanitats. Però també de tot allò que ens ajuda a connectar amb qui som i amb qui volem ser. L'aprenentatge és, alhora, una forma de llibertat i un camí que no s'acaba mai.

***Benvingudes i benvinguts a aquest viatge col·lectiu, on estudiar vol dir creure que sempre hi ha una nova oportunitat.***

|    |                                                                                                                                                                                              |    |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1  |  <b>Sant Jordi a CFA PAU CASALS:</b><br>Una setmana per celebrar la cultura i la creativitat                | 4  |
| 2  |  <b>CONSTRUINT FUTUR I NATURA:</b><br>Caixes per a ratpenats                                                | 5  |
| 3  |  <b>Explorant l'univers des de</b> <b>LA CFA PAU CASALS:</b><br>Una mirada al cosmos i al nostre planeta    | 7  |
| 4  | <b>ENTREVISTA A LA COORDINADORA DE MEDI AMBIENT DEL CFA</b>                                                                                                                                  | 8  |
| 5  |  <b>ESTUDIAR ÉS TORNAR A COMENÇAR</b><br>Descobreix tot el que pots estudiar al CFA Pau Casals              | 10 |
| 6  |  <b>L'ESPERANÇA D'UN FUTUR MILLOR</b><br>La importància de la formació acadèmica al nostre CFA Pau Casals | 22 |
| 7  |  <b>LANGUAGE CAFÉ</b>                                                                                     | 24 |
| 8  |  <b>LA VERDAD SECRETA DE LA ROSA</b><br>Premio San Jordi de CFA Pau Casals                                | 27 |
| 9  |  <b>EL RECICLATGE</b>                                                                                     | 31 |
| 10 |  <b>NUMEROLOGIA 2025</b><br>Descobreix l'energia del teu any personal !                                   | 33 |
| 11 |  <b>JUGUEM I APRENEM</b><br>Sudokus, sopa de lletres i activitats lúdiques.                               | 36 |

## SANT JORDI A CFA PAU CASALS: UNA SETMANA PER CELEBRAR LA CULTURA I LA CREATIVITAT

La diada de Sant Jordi és una de les festivitats més estimades a Catalunya, i al CFA Pau Casals no és una excepció. Durant la Setmana de Sant Jordi, el centre es va omplir d'activitats culturals i creatives que van permetre als interns i internes connectar amb la tradició, l'art i la literatura

### Activitats destacades de la Setmana de Sant Jordi

La celebració va incloure una varietat d'activitats que van fomentar la participació i l'expressió artística dels interns:

- Taller de punts de llibre: Els participants van dissenyar i crear punts de llibre personalitzats, utilitzant diferents tècniques i materials.
- Concurs de microrelats: Es va organitzar un concurs literari on els interns van presentar microrelats inspirats en la temàtica de Sant Jordi, fomentant la creativitat i l'expressió escrita.
- Lectura de poemes: Es van dur a terme sessions de lectura de poemes, tant d'autors reconeguts com de creacions pròpies dels interns, promovent la reflexió i el diàleg.



- Decoració dels espais: Els diferents mòduls del centre es van engalanar amb motius de Sant Jordi, com roses i dracs, creant un ambient festiu i acollidor.

### Una celebració amb significat

Aquestes activitats no només van oferir moments de lleure, sinó que també van contribuir al desenvolupament personal dels participants, fomentant valors com la creativitat, la col·laboració i l'autoexpressió.

La Setmana de Sant Jordi al CFA Pau Casals va demostrar que, fins i tot en un entorn penitenciari, és possible viure la cultura i la tradició amb intensitat i significat.



## CONSTRUINT FUTUR I NATURA: CAIXES PER A RATPENATS

Al CFA Pau Casals, l'educació ambiental s'ha convertit en una eina poderosa per fomentar la responsabilitat i la connexió amb l'entorn. Una de les iniciatives més destacades ha estat la construcció de caixes per a ratpenats, una acció que combina aprenentatge pràctic i contribució a la conservació del medi ambient.

### Un taller amb impacte real

Els alumnes del CFA Pau Casals han participat activament en la creació d'aquestes caixes, destinades a proporcionar refugi als ratpenats al llarg del riu Gaià. Aquesta activitat no només ha permès adquirir habilitats manuals, sinó que també ha sensibilitzat sobre la importància d'aquests mamífers en l'ecosistema, especialment en el control de plagues i la pol·linització.

### Educació i sostenibilitat

Aquest projecte s'emmarca dins de les accions de l'Escola Verda, que promouen la sostenibilitat i el respecte pel medi ambient. Mitjançant activitats com aquesta, els interns poden desenvolupar una consciència ecològica i sentir-se part activa en la protecció de la natura.





## CONSTRUINT FUTUR I NATURA: CAIXES PER A RATPENATS

### 👉 Col·laboració i comunitat

La iniciativa ha comptat amb la col·laboració d'entitats locals i experts en conservació, que han aportat els seus coneixements i experiència. Aquesta sinergia ha enriquit el projecte, oferint una visió més àmplia sobre la importància de la biodiversitat i la necessitat de preservar-la.



### 🌱 Més enllà de les parets

Accions com la construcció de caixes per a ratpenats demostren que, fins i tot dins d'un centre penitenciari, és possible generar un impacte positiu en l'entorn. Aquest tipus de projectes ofereixen als interns l'oportunitat de contribuir activament a la societat i al medi ambient, fomentant valors com la responsabilitat, la col·laboració i el respecte per la natura



## EXPLORANT L'UNIVERS DES DEL CFA PAU CASALS: UNA MIRADA AL COSMOS I AL NOSTRE PLANETA

Al CFA PAU CASALS, l'educació transcendeix les parets del centre per connectar els interns amb l'immensitat de l'univers i la riquesa del nostre planeta. A través d'activitats educatives i participatives, els alumnes del CFA Pau Casals han tingut l'oportunitat d'endinsar-se en temes d'astronomia, geologia i ciències naturals, fomentant la curiositat i el coneixement científic.



### Un viatge pel cosmos

Les sessions dedicades a l'astronomia han permès als participants descobrir els secrets de l'univers: des de les constel·lacions visibles al nostre cel fins als misteris dels forats negres i les galàxies llunyanes. Mitjançant recursos visuals i explicacions adaptades, els interns han pogut comprendre millor la nostra posició en el cosmos i la importància de la ciència en la comprensió del món que ens envolta.



### La Terra sota la lupa

A més de mirar cap al cel, els alumnes han aprofundit en el coneixement del nostre planeta. Han explorat la formació de la Terra, els seus moviments, la composició del sòl i els fenòmens naturals que modelen el paisatge. Aquest enfocament ha permès valorar la fragilitat i la bellesa del nostre entorn, així com la necessitat de preservar-lo.



### Aprentatge col·laboratiu i reflexiu

Les activitats s'han desenvolupat en un ambient de col·laboració i respecte, on cada participant ha pogut aportar les seves idees i reflexions. Aquest enfocament ha afavorit no només l'adquisició de coneixements, sinó també el desenvolupament de competències socials i personals.



### Més enllà de les estrelles

Aquest projecte educatiu ha demostrat que, fins i tot en un entorn penitenciari, és possible fomentar l'interès per la ciència i la cultura. Conèixer l'univers i el nostre planeta no només enriqueix intel·lectualment, sinó que també obre noves perspectives i esperances per al futur.

## ENTREVISTA A LA COORDINADORA DE MEDI AMBIENT DEL CFA

**Entrevistador:** Bon dia. Moltes gràcies per rebre'ns. Per començar, ens podries explicar quin és el paper de l'escola verda dins del vostre CFA i per què és important en un context com el d'un centre penitenciari?

**Coordinadora:** Bon dia, gràcies a vosaltres per l'interès. El nostre CFA forma part de la xarxa d'Escoles Verdes de Catalunya, i això significa que treballem per integrar l'educació ambiental en el dia a dia del centre. En un context penitenciari, aquesta tasca pren una dimensió especial, ja que contribueix a la responsabilització, la consciència ecològica i la millora de l'autoestima dels interns.

**Entrevistador:** I en relació amb el Dia Mundial del Medi Ambient, que se celebra el 5 de juny, quines activitats teniu previstes aquest any?

**Coordinadora:** Aquest any hem organitzat diverses activitats per sensibilitzar la comunitat educativa. Tindrem una exposició amb materials reciclats fets pels alumnes, una xerrada sobre el canvi climàtic i una sessió de cinema fòrum amb un documental relacionat amb la sostenibilitat. També col·laborarem amb el personal del centre per fer una petita acció conjunta de neteja i plantació a l'hort del pati interior.

**Entrevistador:** Quin ha estat el procés per preparar aquestes activitats dins del centre penitenciari? Suposo que hi ha limitacions logístiques i de seguretat.

**Coordinadora:** Sí, és clar. Sempre hem de treballar coordinadament amb l'equip educatiu i de seguretat del centre. La clau és planificar amb temps, adaptar les propostes i, sobretot, comptar amb la participació dels alumnes, que són molt proactius i creatius. En realitat, són ells qui han proposat moltes de les idees que finalment s'han dut a terme.

**Entrevistador:** Quin impacte creus que tenen aquestes accions en els alumnes i en l'ambient del centre?

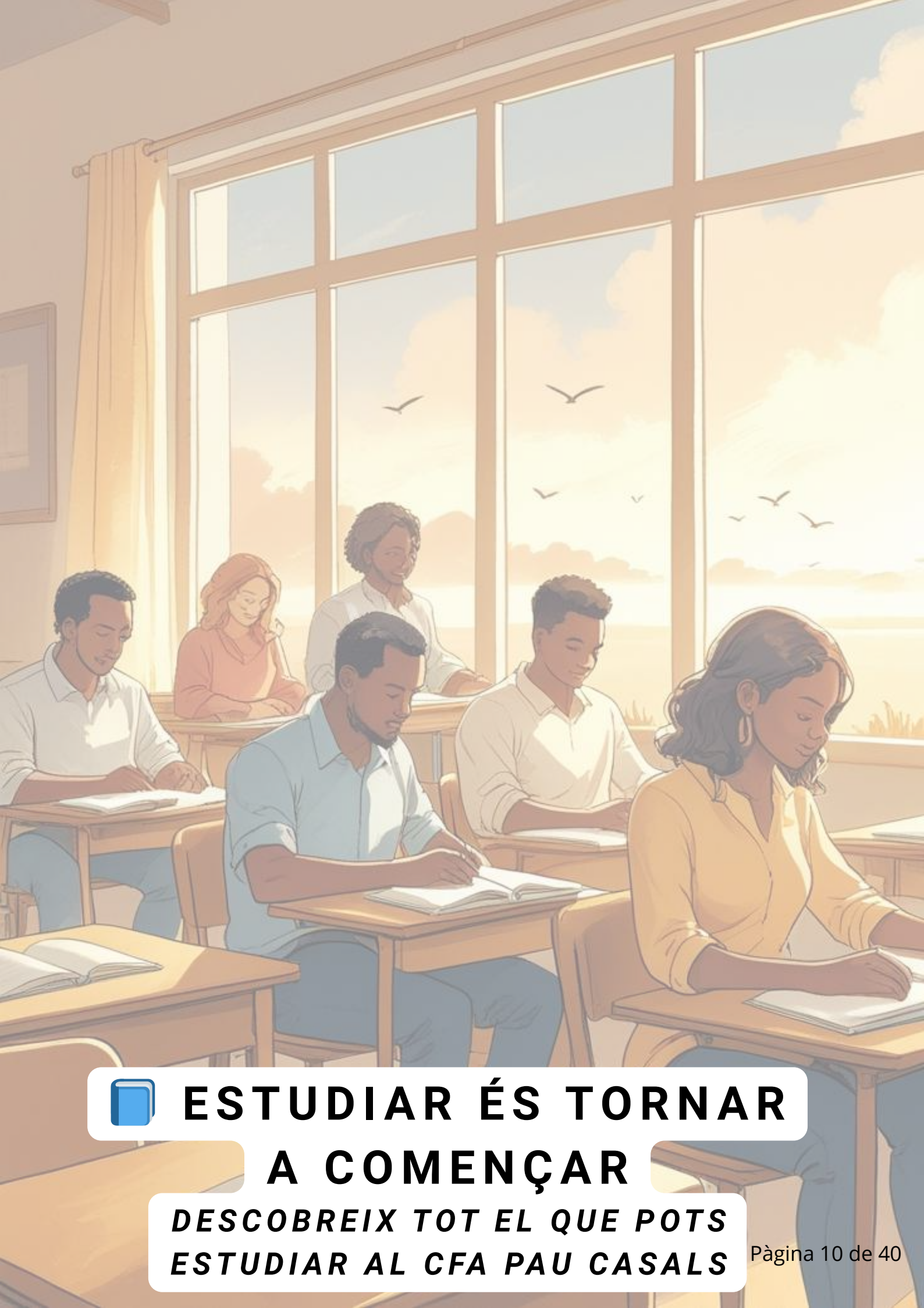
**Coordinadora:** Té un impacte molt positiu. Els alumnes se senten útils i participants d'una causa més gran. A més, el treball col·laboratiu fomenta valors com la responsabilitat, el respecte i la cura del bé comú. El Dia del Medi Ambient és una oportunitat per reflexionar, però també per actuar. I això dins del centre penitenciari és molt valuós.

**Entrevistador:** Finalment, quin missatge t'agradaria transmetre a la resta de la comunitat educativa sobre el medi ambient?

## ENTREVISTA A LA COORDINADORA DE MEDI AMBIENT DEL CFA

**Coordinadora:** Que tots podem fer alguna cosa, per petita que sigui. I que l'educació ambiental no és només una matèria, sinó una manera de viure i de relacionar-nos amb el món. Hem d'impulsar un canvi de mirada que ens ajudi a construir una societat més justa i sostenible. També des de dins d'un centre penitenciari.





# **ESTUDIAR ÉS TORNAR A COMENÇAR**

***DESCOBREIX TOT EL QUE POTS  
ESTUDIAR AL CFA PAU CASALS***

# Què pots estudiar al CFA Pau Casals?

**'El teu camí  
comença aquí**

**A l'escola, cada persona comença el seu camí des d'un punt diferent. Alguns comencen de zero, d'altres volen recuperar allò que van deixar enrere, i molts simplement tenen ganes d'aprendre, créixer i avançar.**

**Això és el que trobaràs aquí:**

- **Idiomes per comunicar-te millor i obrir-te al món.**
- **Informàtica per moure't amb seguretat en l'era digital.**
- **Educació secundària i ensenyaments post obligatoris per assolir nous reptes.**
- **Propostes creatives per emocionar-te, descobrir-te i expressar-te.**

**Aquest espai és per tu, i és només el principi.**

**El primer pas no et porta on vols, però et treu d'on estaves.**



# LES LLENGÜES QUE ENS OBREN CAMINS

CATALÀ · CASTELLÀ · ANGLÈS



## Introducció

Aprendre una llengua és molt més que estudiar vocabulari: és obrir la porta a noves formes de pensar, de comunicar-se i de créixer. Al CFA Pau Casals oferim formació en català, castellà i anglès, adaptada a diferents nivells i necessitats. Tant si comences de zero com si vols millorar, aquí trobaràs el teu espai.



## Llengua Catalana

- Nivell 1 (A1): Comunicació bàsica per a situacions personals i familiars.
- Nivell 2 (A2): Expressió en contextos habituals i entorn laboral.
- Nivell 3 (B1): Fluïdesa i interacció sobre temes generals i d'interès personal.



## Llengua Castellana

- Nivell 1 (A1): Introducció per cobrir necessitats bàsiques i quotidianes.
- Nivell 2 (A2): Comunicació habitual en la vida diària i professional.

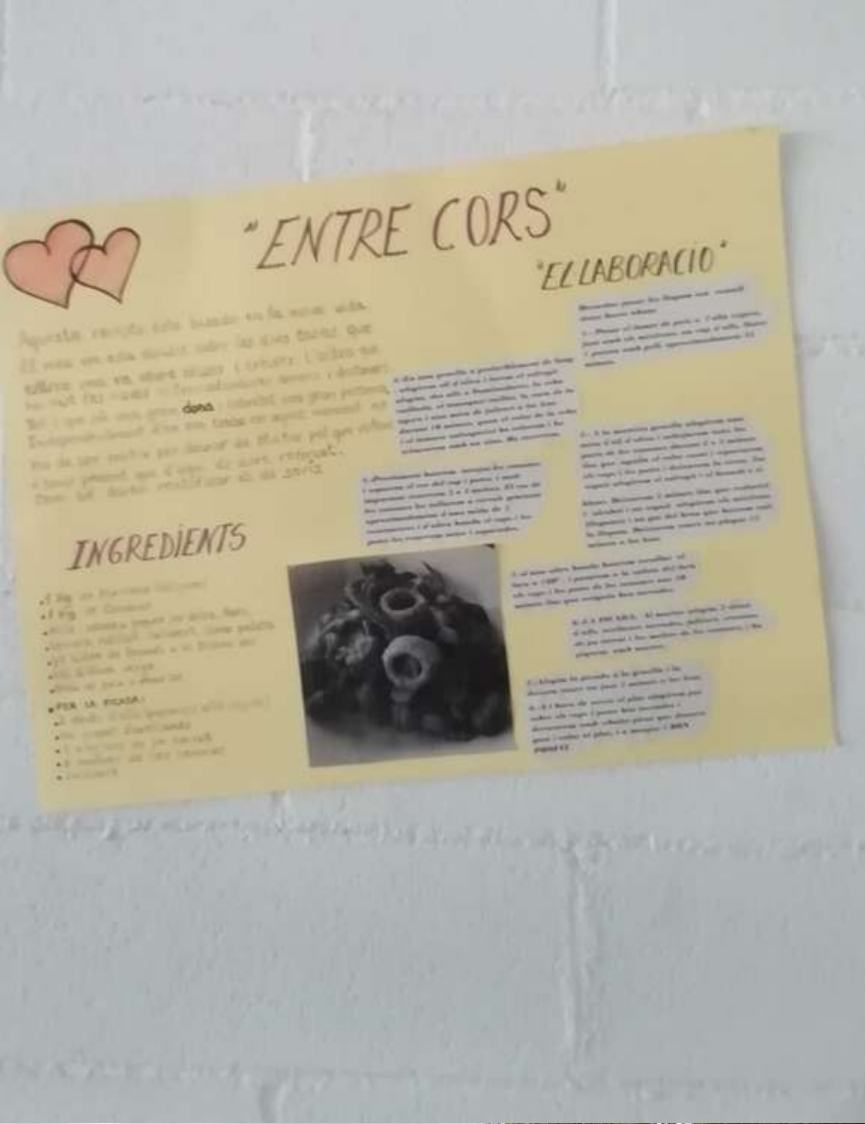


## Llengua Anglesa

- Nivell 1 (A1): Iniciació a l'anglès per a principiants.
- Nivell 2 (A2): Comunicació bàsica en entorns plurilingües i situacions quotidianes.
- Nivell 3: Millora de la comprensió i expressió per a una comunicació eficaç.

**Aprendre idiomes és també aprendre a viure millor. Estudia amb nosaltres i obre nous camins.**







# UN CLIC CAP AL FUTUR

## FORMACIÓ DIGITAL PER A LA VIDA

Vivim en una societat cada cop més digital, on saber utilitzar les tecnologies de la informació i la comunicació (TIC) és essencial. Al CFA Pau Casals oferim el programa COMPETIC, un itinerari formatiu pensat per a persones adultes que volen adquirir o millorar les seves habilitats digitals. Està dividit en quatre nivells progressius, adaptats a diferents punts de partida.



### COMPETIC Inicial

Per a qui comença de zero. Aprenderàs a navegar per internet, fer servir el correu electrònic i crear documents senzills.



### COMPETIC 1

Equival a l'ACTIC Bàsic. Et permet gestionar informació digital (text, imatge, àudio), protegir la teva privacitat i comunicar-te de manera segura.



### COMPETIC 2

Equival a l'ACTIC Mitjà. Aprofundeix en la cultura digital, la creació de continguts multimèdia i la resolució de problemes tècnics.



### COMPETIC 3

Equival a l'ACTIC Avançat. Ideal per a persones amb un bon domini de les TIC. Aprenderàs a treballar amb fulls de càlcul, bases de dades, tractament de textos i presentacions.

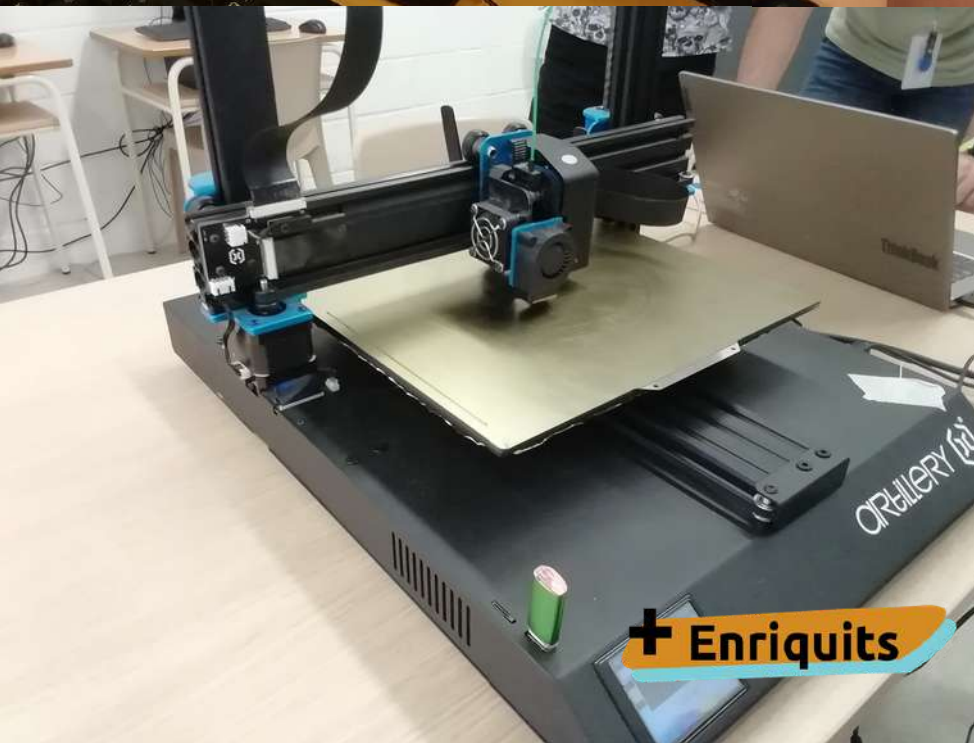
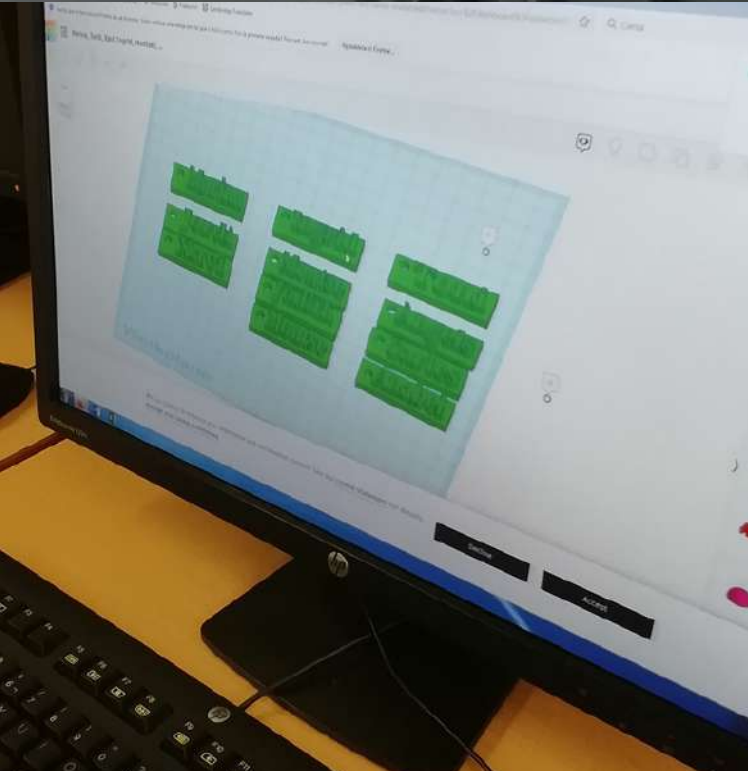


### Per què estudiar COMPETIC?

- ✓ Millora professional: Et prepara per a feines que requereixen ús habitual de l'ordinador.
- ✓ Formació contínua: Serveix de base per accedir a estudis superiors i altres formacions.
- ✓ Autonomia digital: T'ajuda a gestionar tràmits, comunicar-te i navegar de forma segura.
- ✓ Confiança i autoestima: Et dona eines reals per adaptar-te al món actual.

**Formar-te en COMPETIC és donar un pas cap al futur. El primer clic comença avui.**







# INTRODUCCIÓ AL CICLE DE FORMACIÓ INSTRUMENTAL (FI)

## REESCRIURE LA PRÒPIA HISTÒRIA

El Cicle de Formació Instrumental (CFI) està pensat per a persones adultes que volen aprendre o reforçar les habilitats bàsiques: llegir, escriure i fer càlculs. És la millor porta d'entrada per tornar a estudiar i recuperar la confiança en un mateix. Un cop finalitzats els nivells, s'obté el certificat de formació instrumental, un reconeixement oficial que pot obrir moltes altres oportunitats.

Els cursos es divideixen en nivells (FI1, FI2, FI3 i FI4), i cada un treballa tres àrees fonamentals:

- **Llengua:** per comunicar-se millor, entendre textos i expressar idees amb claredat.
- **Matemàtiques:** per resoldre problemes quotidians, calcular, gestionar diners o temps.
- **Ciències** socials i naturals: per entendre el món, la societat i com ens hi relacionem.

A més, **al nivell FI4 s'introdueix l'anglès**, per començar a familiaritzar-se amb una llengua estrangera i ampliar encara més els coneixements.

### 💡 I per a què em serveix tot això?

#### – Si fa molt que no estudies...

Aquest cicle t'ajuda a recuperar l'hàbit d'aprendre i guanyar seguretat.

#### – Si vols continuar formant-te...

Et prepara per accedir al GES (Educació Secundària) o a altres formacions.

#### – Si busques feina...

T'ajuda a comunicar-te millor, entendre documents i preparar-te per a futurs estudis professionals.

#### – Si vols sentir-te millor amb tu mateix...

***Cada aprenentatge és un pas endavant. Estudiar et dona autonomia, autoestima i eines per construir el teu propi camí.***





# APROVAR LA SECUNDÀRIA ÉS POSSIBLE

*ESFORÇ, CONSTÀNCIA I OBJECTIUS ASSOLIBLES*

El Graduat en Educació Secundària per a persones adultes (GES) és una gran oportunitat per a totes aquelles persones que volen completar la seva formació bàsica i obtenir el títol de graduat o graduada en educació secundària obligatòria (GESO). Aquest títol és fonamental per accedir a nous estudis, millorar les possibilitats laborals i guanyar confiança en un mateix.

## Què ofereix el GES?

El programa està adaptat a les necessitats de l'alumnat adult: flexible, pràctic i proper. Al CFA Pau Casals, els professors t'acompanyen en tot moment, pas a pas, perquè puguis avançar al teu ritme i superar els reptes que et proposis. Aprendràs matèries útils com llengua, matemàtiques, ciències socials i naturals, i també competències digitals i comunicatives que et seran útils en la vida diària.

## Per què estudiar el GES?

- Milloraràs les teves oportunitats laborals, ja que el títol és sovint un requisit per accedir a feines estables.
- Et sentiràs més preparat i segur davant dels reptes de la vida quotidiana.
- Et demostraràs a tu mateix que pots aconseguir-ho.

## I si fa molts anys que no estudio?

Mai és tard per tornar a començar. Moltes persones adultes, de totes les edats i situacions, han decidit reprendre els estudis i han descobert que són capaces d'aprendre, créixer i transformar la seva vida. Al CFA Pau Casals trobaràs un ambient de respecte, suport i confiança.

***Estudiar el GES és molt més que aconseguir un títol. És creure en tu, obrir portes i construir un futur millor. El primer pas comença avui.***





# ESTUDIS A DISTÀNCIA

## LA UNIVERSITAT: ARA MÉS A PROP TEU

Estudiar a distància pot ser una gran oportunitat per créixer personalment i obrir-te portes de futur, però també implica responsabilitat, organització i una certa autonomia. Tant si vols fer el batxillerat com si et planteges estudiar una carrera universitària, hi ha opcions com l'IOC, la UNED o la UOC que ho fan possible des de dins del centre. Cada itinerari té característiques pròpies: alguns disposen de materials impresos, d'altres funcionen totalment en línia, amb recursos digitals.

És important saber quin tipus d'estudis s'adapten millor a tu: cal tenir nocions bàsiques de com funcionen els ordinadors, gestionar-te el temps i seguir el ritme de treball.

**? Parla amb el teu tutor o tutora per valorar si podries accedir-hi i/o quina opció encaixa amb el teu perfil i les teves necessitats. El camí és possible, però cal certa predisposició i responsabilitat.**



ALGUN COP US HEU PREGUNTAT D'ON VENIM?



## INTRODUCCIÓ

Els fòssils i la genètica indiquen que la nostra espècie es va originar a Àfrica fa aproximadament 300.000 anys.

Tot i això, establir amb precisió quan i com va aparèixer l'Homo sapiens continua sent una de les qüestions més controvertides de la paleoantropologia en les últimes dècades.



## QUINA ÉS L'ESPÈCIE CONSIDERADA COM EL PRIMER HOME ÀFRICA?

L'Homo erectus/ergaster va aparèixer a l'Àfrica fa 2 milions d'anys i va ser la primera espècie humana que va explorar el món més enllà dels confins d'aquest continent. Va habitar a Europa i Àsia, i fins i tot va arribar fins a l'illa de Java, on va viure durant gairebé un milió i mig d'anys i on, fa 110.000 anys, va desaparèixer la seva darrera població coneguda.

## ELS PRIMERS POBLATS A ÀFRICA

L'Homo sapiens procedeix de l'Àfrica oriental, concretament a Etiòpia, des d'on es creia van migrar fa aproximadament 195.000 anys.

Una versió que, d'altra banda, ja va ser posada en dubte fa dos anys, quan es van trobar a l'actual Marroc fòssils del nostre llinatge datat de fa aproximadament 300.000 anys.

## ELS PRIMERS HUMANS QUE VAN HABITAR ÀFRICA

L'origen africà de la nostra espècie, Homo sapiens, és incontestable. Axi ho testifica el registre fòssil i la variabilitat genètica de les poblacions humanes actuals.

A l'Àfrica es troben també alguns dels nostres parents vius més propers al món animal: grans simis com ximpanzés, bonobos i gorilles, dels quals el llinatge humà es va separar fa més de sis milions d'anys. També s'han localitzat exclusivament al continent africà tots els fòssils d'hominids que van viure fa entre sis i dos milions d'anys.



## MOVIMENTS MIGRATORIS DE L'HOMO SAPIENS

Mapa de les migracions/expansió dels humans moderns "Homo Sapiens".



Projecte JG-IUSG-FCRI-Ajuts Joan Oró 2024 "Arqueologia sense fronteres. Col·laboració Científica als Centres Penitenciaris de Catalunya"





# L'ESPERANÇA D'UN FUTUR MILLOR

## *LA IMPORTÀNCIA DE LA FORMACIÓ ACADÈMICA AL NOSTRE CFA PAU CASALS*

En nom de tots els interns que formem part del CFA Pau Casals, vull expressar el meu profund agraïment per l'oportunitat que ens brinda el conveni entre el nostre centre, les universitats i les institucions que utilitzen la comunicació en línia. Gràcies a aquesta col·laboració, interns i internes podem accedir a estudis de grau mitjà i superior, una possibilitat que, en uns altres temps, semblava inassolible per a nosaltres.

Des de la meva experiència personal, estudiar periodisme a distància ha estat molt més que aprendre un ofici; ha estat un procés de transformació interior. L'educació ens dona l'oportunitat de somiar amb un futur diferent, de creure en les nostres capacitats i de demostrar que, fins i tot en les circumstàncies més adverses, la voluntat d'aprendre pot obrir camins cap a la reinserció social i la dignitat.

Aquest programa de formació, adaptat a la nostra realitat, ens permet estudiar amb flexibilitat i autonomia, sense perdre la qualitat acadèmica que ofereixen les institucions col·laboradores. L'educació a distància ens ajuda a mantenir l'esperança i a enfortir el nostre compromís amb un canvi real en les nostres vides.

Cada títol que obtenim representa un pas cap a la superació personal, cap a la reparació d'errors del passat i cap a la construcció d'un projecte de vida que valgui la pena. La formació acadèmica no sols enriqueix el nostre coneixement, sinó que també ens omple d'orgull i ens motiva a seguir endavant, amb la certesa que l'educació és l'eina més poderosa per a transformar vides.

Com bé diu una frase que porto en el meu cor: "Mai és tard per a canviar, mai és tard per a aprendre". Aquesta és l'esperança que ens impulsa a continuar lluitant, malgrat les dificultats, perquè sabem que l'educació pot obrir-nos les portes a un futur digne i ple de possibilitats.

Agraïm als qui fan possible aquesta iniciativa, perquè ens demostren que la segona oportunitat existeix i que, amb esforç i suport, podem convertir-nos en millors persones i contribuir positivament a la societat. L'educació en el nostre centre és molt més que un dret; és una esperança que ens impulsa a continuar lluitant per un futur ple de possibilitats.

# ✦ L'ESPERANÇA D'UN FUTUR MILLOR

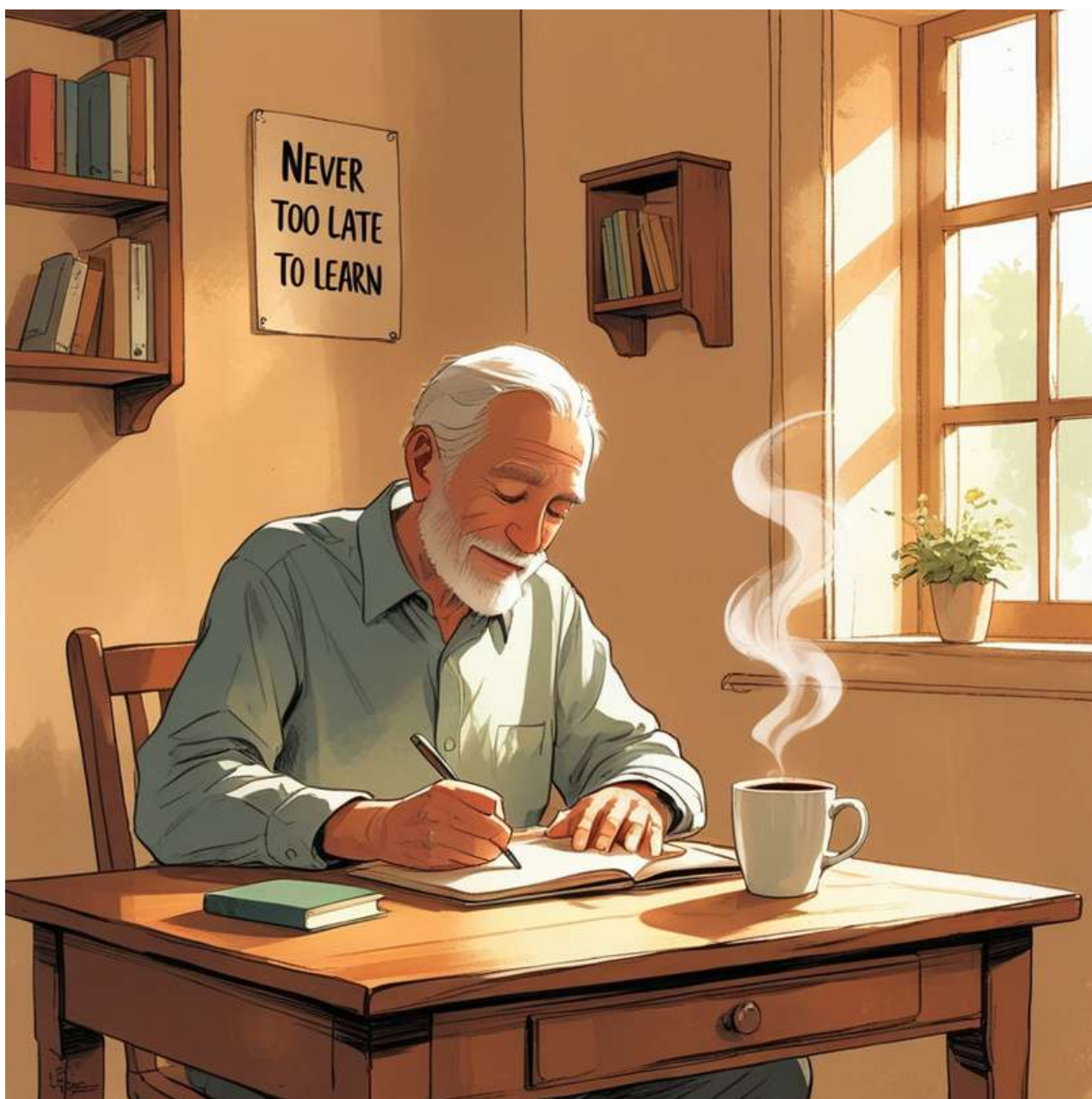
## APRENDRE PER CRÉIXER, FORMAR-SE PER TRANSFORMAR-SE

Una cosa és segura: tot esforç porta a una recompensa. Jo m'he sentit energèticament reforçat en llegir el missatge enviat per la meva professora de periodisme:

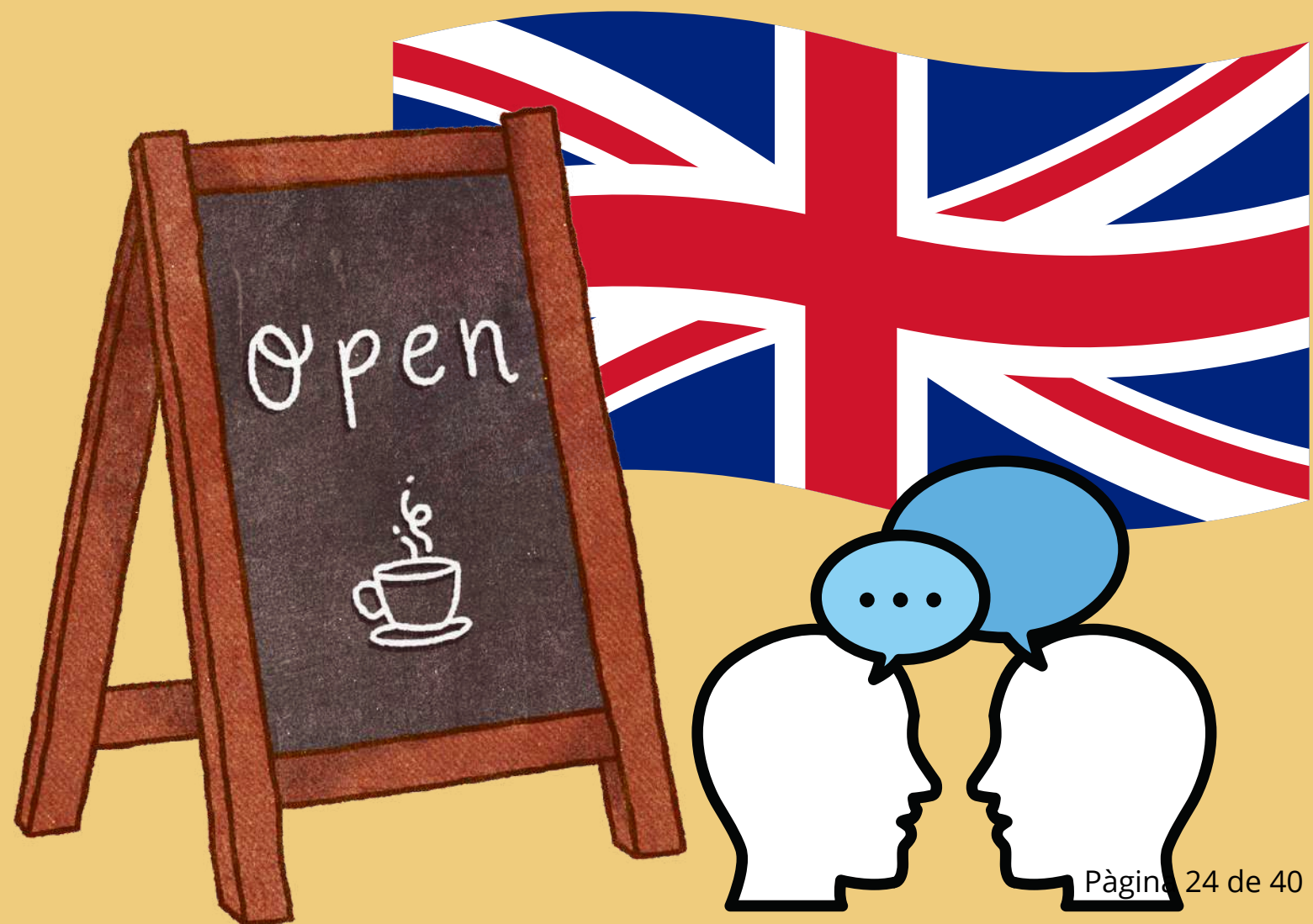
“El teu recorregut vital aporta una perspectiva imprescindible, i és un privilegi comptar amb tu com a estudiant. I només puc dir-te que, amb actituds com la teva, el llegat ja l'estàs deixant: lucidesa, responsabilitat i voluntat d'aprenentatge continu. Gràcies per la teva sinceritat, per la teva mirada crítica i per recordar-nos que sempre som a temps d'aprendre i de contribuir”.

Una forta abraçada.

Pepe, 70 anys



# LANGUAGE CAFÉ





## LANGUAGE CAFÉ 2025

*LEARNING IS EASIER WHEN WE DO IT TOGETHER!*

Hello everyone at Pau Casals School,

The English Café was an enriching experience. It was great to share time and conversations with people from different nationalities, cultures, and life situations.

From the very beginning, we didn't feel like strangers. Instead, we felt part of a group united by a common goal: speaking English. We had a good time at your school—both the teachers and the students were fantastic hosts.

We are interested in repeating the activity next year. It was a wonderful experience for us, highly recommended. We'd also be happy to organize an activity ourselves and bring it to your school.

Thank you for the warm welcome, the coffee and cookies, and the generous gift of books.

And thank you to everyone who helped make the English Café possible.

Keep in touch!

Warm regards,  
CFA Tarragona



NEXT TIME WE WANT REAL PIZZA, NOT FAKE PIZZA! 🤔



THE STORIES YOU TOLD US WERE VERY ENTERTAINING!!

# LA VERDAD SECRETA DE LA ROSA

PREMIO SAN JORDI DE CFA PAU CASALS

Era una tarde de abril en la que las flores florecían con una intensidad peculiar, como si la tierra misma estuviera respirando en una sola exhalación. En el Jardín del rey Laertes, lleno de historias y secretos, se celebraba la festividad de Sant Jordi. Los libros y las rosas se entrelazaban en una danza casi mágica. Las vendedoras ofrecían sus productos, y las transeúntes, al son del viento que jugaba entre las hojas, se dejaban arrastrar por la atmósfera de una tradición que cruzaba siglos.

En un rincón olvidado de la plaza, donde las sombras parecían más densas, una joven llamada Penélope paseaba entre las mesas, observando los libros antiguos que se ofrecían como tesoros escondidos. Cada título tenía una historia detrás, pero uno en particular le llamó la atención: *La verdad secreta de la rosa*, leyó en la tapa. Era un ejemplar con una cubierta desgastada, casi deshecha, pero con una promesa en sus páginas. Lo tomó con la curiosidad de quien sabe que las respuestas siempre están en las palabras escritas.

Al abrir el libro, se encontró con un relato que desbordaba pasión y misterio, en el que las rosas no solo eran símbolos de amor, sino también de lucha y sacrificio. Según el texto, en algún rincón olvidado de la historia, existió una rosa capaz de otorgar poder a quienes la poseyeran, pero su precio no era el de una simple flor: era la eternidad misma. Aquellas que intentaban obtenerla perdían algo más que su vida: perdían la esencia misma de su ser, ya que la rosa era en realidad un reflejo de sus deseos más oscuros y secretos.

De repente, una voz profunda interrumpió su lectura.

- *¿Le interesa el mito, joven? La rosa siempre ha sido un símbolo, pero pocos conocen su verdadero rostro* -, dijo la anciana que estaba detrás del puesto, cuyos ojos parecían haber presenciado más vidas de las que una podría imaginar.

Penélope levantó la mirada, aún atrapada en las palabras del libro. - *¿De qué habla este texto?*, preguntó.

La anciana sonrió, y su mirada pareció vagar por un tiempo, como si estuviera recordando algo distante. Por fin dijo: -*Este libro contiene una historia que pocos se atreven a contar. Habla de un mito nacido de la pluma de una poetisa llamada Jorgina que supo ver más allá que el poeta Pier Paolo Pasolini, que entendía que la belleza no es solo lo que se muestra, sino lo que se esconde. La rosa es el deseo, pero también el sufrimiento.*





Penélope frunció el ceño, intrigada. - *¿Y esa rosa tiene alguna relación con Sant Jordi?* -, preguntó.

- *Ah, Sant Jordi...*-, la anciana suspiró, mirando el horizonte. - *San Jordi no solo luchó contra el dragón, muchacha. Luchó contra el fuego interno de cada ser humano. Y la rosa, que en el relato de Jorgina aparece como un trofeo del amor, es en realidad la manifestación del deseo reprimido. Piensa en el poeta Marqués de Sade, quién veía la libertad a través del dolor, quién comprendió que el amor y el sufrimiento son dos caras de una misma moneda. La rosa no es solo un símbolo de entrega, sino también de sacrificio* -, respondió la vendedora.

Penélope se quedó en silencio, las palabras de la anciana resonaban en su mente. - *Entonces, ¿la rosa es una trampa?*, preguntó alarmada.

- *No es una trampa, sino una prueba* -, exclamó altiva la anciana. - *Es el reflejo de lo que cada una busca, de lo que cada una teme perder. Pasolini decía que el arte debe enfrentarnos con nuestras sombras, y la rosa nos enfrenta a la nuestra. Sant Jordi lo sabía, por eso luchó, no solo contra el dragón, sino contra su propio deseo de poder, contra la tentación de poseer algo tan sublime como una princesa.*

Aún con el libro en las manos, Penélope miró la rosa que adornaba la portada del ejemplar, que ahora parecía mucho más que una simple flor roja. La historia que había leído se enredaba con las palabras de la anciana, como un hilo invisible que conectaba todos los mitos y poetas que conocía.

- *Entonces, ¿qué debo hacer con la rosa de este libro?* - preguntó la joven con la sensación de que algo grande se le estaba revelando.

La anciana le ofreció una última mirada antes de responder. - *Lo que debes hacer con la rosa es decidir si eres capaz de aceptar el precio, porque todo poder tiene un costo, y no siempre es un simple dragón lo que hay que vencer.*

Penélope miró la flor de la tapa, ahora entendiendo que más allá de la belleza de sus pétalos, la rosa escondía una verdad más profunda y peligrosa. La historia de Sant Jordi no solo habla de la lucha contra el mal, sino de la batalla constante que se libra dentro de cada una de nosotras. Y quizás, en esa lucha, la verdadera rosa es la que florece en el alma de quien se atreve a enfrentarse a sí misma.

Con ese pensamiento, Penélope salió de la plaza con el libro bajo el brazo, sabiendo que no era el final, sino el principio de su propia historia.

**Penélope, la tejedora de sueños**

# El Reciclatge

## CLAU PER A UN FUTUR SOSTENIBLE

En un món cada cop més afectat pel canvi climàtic, la contaminació i la sobreexplotació dels recursos, el reciclatge representa una de les eines més efectives i accessibles per mitigar l'impacte ambiental. Reciclar no només redueix la quantitat de residus que acaben als abocadors o als oceans, sinó que també contribueix a l'estalvi d'energia i de recursos naturals.



### Què és el reciclatge?

El reciclatge és el procés mitjançant el qual els materials usats o rebutjats es recullen, es transformen i es reutilitzen per fabricar nous productes. Aquest procés permet allargar el cicle de vida dels materials, disminuint la necessitat d'extreure i processar matèries primeres verges.





## Tipus de materials reciclables



- Paper i cartró: Diaris, caixes, quaderns, etc.
- Plàstics: Ampolles, envasos, bosses (segons el tipus de plàstic).
- Vidre: Pots, ampolles i envasos de vidre no contaminats.
- Metalls: Llaunes d'alumini, acer, coure i altres metalls.
- Orgànics: Restes de menjar i residus de jardineria (compostatge).



### Què podem fer com a ciutadans?

- Separar correctament els residus a casa.
- Reduir el consum de productes d'un sol ús.
- Reutilitzar objectes abans de llençar-los.
- Informar-nos sobre els punts de reciclatge disponibles a la comunitat.
- Donar suport a polítiques i empreses que promouen pràctiques sostenibles.

## Beneficis del reciclatge

- Reducció de residus: Disminueix la quantitat de deixalles que acaben als abocadors.
- Estalvi d'energia: Produir materials reciclats requereix menys energia que fabricar-los des de zero.
- Conservació dels recursos naturals: Es redueix l'extracció de matèries primeres.
- Reducció de la contaminació: Menys residus equivalen a menys emissions tòxiques a l'aire, a l'aigua i al sòl.
- Foment de l'economia circular: Promou models de producció i consum sostenibles.



# Numerologia 2025

## Descobreix l'energia del teu any personal !

La numerologia ens ajuda a entendre els cicles vitals que travessem. Cada any té una energia pròpia, i saber quin Any Personal et correspon pot oferir-te guia i claredat. Només necessites el teu dia i mes de naixement, i l'any que vols analitzar (en aquest cas, 2025).

### 🔑 Passos per calcular-ho:

Suma el teu dia de naixement

Exemple: 26 →  $2 + 6 = 8$

Suma el teu mes de naixement

Exemple: juny (06) →  $0 + 6 = 6$

Suma els dos resultats

8 (dia) + 6 (mes) = 14 →  $1 + 4 = 5$

Suma els dígitos de l'any que vols analitzar

2025 →  $2 + 0 + 2 + 5 = 9$

Suma final

5 (de naixement) + 9 (de l'any) = 14 →  $1 + 4 = 5$

✅ El teu Any Personal per al 2025 és el número 5

📘 Cada número (de l'1 al 9) representa una energia diferent: nous inicis, creixement, comunicació, estabilitat, canvi, introspecció, espiritualitat, èxit o tancament de cicles.

## **Què significa el teu número personal al 2025?**

Un cop sàpigues quin és el teu número personal, descobreix aquí què et pot aportar aquest any. Cada número representa una energia diferent i, segons la numerologia, pot influir en la manera com viuràs l'any.

### **Número Personal 1: Nous començaments**

Aquest és l'any ideal per iniciar alguna cosa nova. Si el teu número és l'1, és el moment perfecte per començar projectes, canviar de direcció o fer un pas important en la teva vida. És l'oportunitat de prendre el control!

### **Número Personal 2: Col·laboració i pau**

El número 2 t'invita a treballar amb els altres i a trobar pau dins les teves relacions. Pot ser un bon any per enfortir llaços amb amics, família o companys. Si apareixen conflictes, és l'hora de buscar solucions tranquil·les i empàtiques.

### **Número Personal 3: Creativitat i alegria**

Aquest any és per deixar fluir la teva creativitat. Si tens el número 3, és moment d'expressar-te més, ja sigui a través de l'art, la música o simplement compartint més amb els altres. Gaudeix, riu i fes allò que et fa feliç!

### **Número Personal 4: Estabilitat i esforç**

Si el teu número és el 4, aquest serà un any per concentrar-te en allò que realment importa: l'esforç i l'organització. És el moment de construir bases sòlides per al futur. Potser et caldrà més disciplina, però valdrà la pena.

### **Número Personal 5: Canvi i llibertat**

El número 5 porta moviment. És un any per alliberar-te del que ja no et serveix, per provar coses noves i per obrir-te a la llibertat. Si el teu número és el 5, prepara't per nous camins i aventures.

### **Número Personal 6: Amor i responsabilitat**

Aquest any, la família i les relacions prendran una importància especial. El número 6 t'anima a cuidar les persones que estimes i a assumir més responsabilitats. També és un bon moment per cultivar l'amor i l'harmonia a la teva vida.

### **Número Personal 7: Reflexió i saviesa**

El número 7 t'invita a mirar cap endins. És un bon moment per reflexionar sobre les teves decisions i aprofundir en el teu món interior. Si tens aquest número, serà un any per aprendre, estudiar o senzillament reservar temps per a tu.

### **Número Personal 8: Èxit i abundància**

Si el teu número és el 8, aquest pot ser un any d'assoliments. Les oportunitats laborals i econòmiques poden aparèixer, però caldrà que siguis disciplinat i prenguis decisions clares. És l'any d'anar per les teves fites amb determinació.

### **Número Personal 9: Tancament i nou començament**

El número 9 et convida a tancar cicles. Si aquest és el teu número, serà un any per deixar enrere allò que ja no et serveix i preparar-te per una nova etapa. És temps de deixar anar el passat i fer espai per al que vindrà.

## **Consells per a tothom**

No importa quin sigui el teu número personal, recorda que l'any 2025 t'ofereix noves oportunitats per créixer. De vegades, l'energia d'un número pot ser un repte, però també pot ensenyar-te molt. Fes servir aquesta informació com una guia, però segueix sempre el teu propi camí i confia en el teu instint.

 **Que tinguis un excel·lent 2025!**

# SUDOKUS

Sudoku #1

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
|   | 3 |   | 2 |
| 4 | 2 | 1 | 3 |
| 2 | 4 |   |   |
| 3 |   |   | 4 |

Sudoku #2

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| 3 |   | 4 | 2 |
| 2 | 4 |   | 3 |
| 4 |   |   |   |
|   |   | 2 |   |

Sudoku #3

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
|   |   |  |   |
|   |   |  | 2 |
| 2 | 4 |  |   |
|   |   |  | 4 |

Sudoku #4

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

F  
Á  
C  
I  
L

Sudoku #5

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

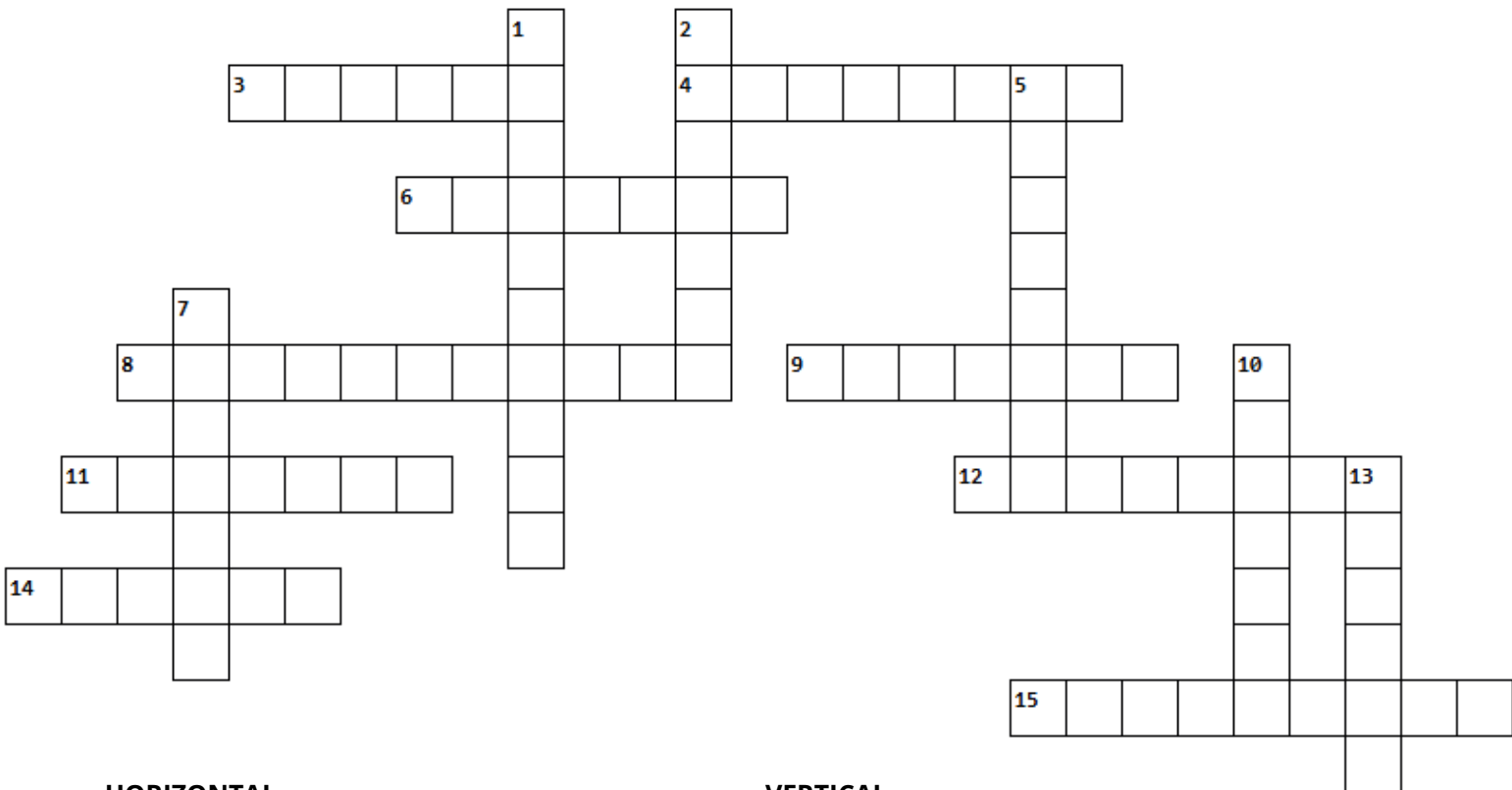
Sudoku #6

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

M  
E  
D  
I  
O

Sudoku #7

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



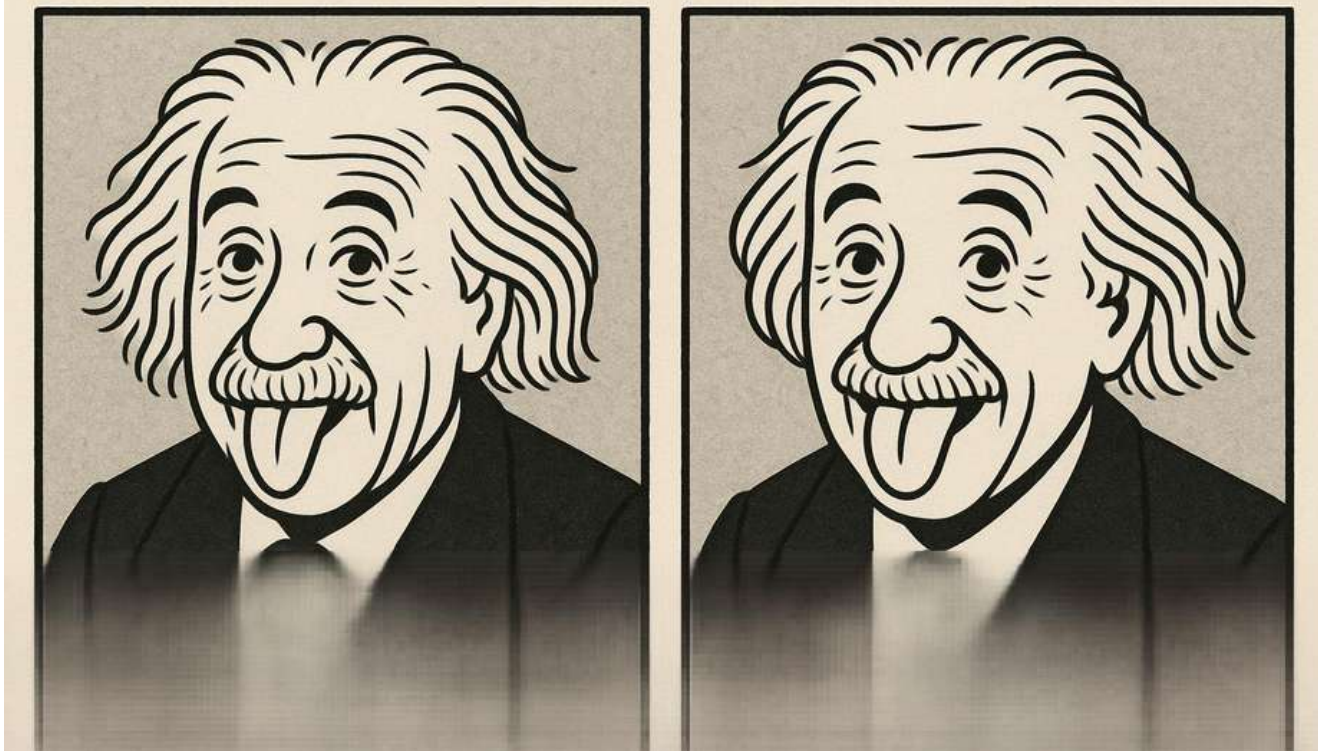
#### HORIZONTAL

- 3. – Se construye con conocimiento.
- 4. – El primer paso hacia el cambio.
- 6. – Puentes hacia otras culturas.
- 8. – Proceso de reintegración a la sociedad.
- 9. – Aprendizajes que nos hacen mejores.
- 11. – Camino de constancia y esfuerzo.
- 12. – Formación digital para el presente.
- 14. – Herramientas de libertad y conocimiento.
- 15. – Derecho, oportunidad y transformación.

#### VERTICAL

- 1. – La chispa que impulsa a seguir.
- 2. – Una de las lenguas que puedes estudiar.
- 5. – Lo que hace posible lo imposible.
- 7. – Abre la mente y el corazón.
- 10. – Acompañamiento personalizado en el camino educativo.
- 13. – Lo que empieza dentro de ti.

## TROBA 7 DIFERÈNCIES



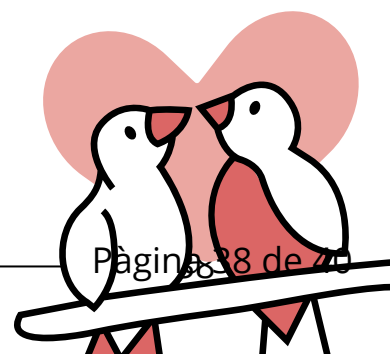
# Sopa De Lletres



**CONEIXEMENT**  
**OPORTUNITAT**  
**CREIXEMENT**  
**ESCRITURA**  
**DISCIPLINA**  
**LLIBERTAT**

**ESPERANÇA**  
**RESPECTE**  
**MOTIVACIÓ**  
**LLIBRES**  
**LECTURA**  
**CORATGE**

**ESCOLA**  
**PROGRÉS FUTUR**  
**ESFORÇ CANVI**  
**ÈXIT**  
**SOMNIS**  
**APRENDRE**



# RESPOSTES

. D . . . . I C A V I T O M . . . E . .  
 . . I L . . T N E M E X I E N O C . . L S . F  
 . . . S L . . . . . E . . . . L F . U  
 . . . C I . E S C O L A S . . . . I O . T  
 T . . . C I B . . L . . . . C . . . B R . U  
 A . . A E O P E . C E . . . . R . . . R . . R  
 T . . . P S R L R . R C . . . . I . . E . .  
 I . . . . R P A I T . E T . . . . P . S . .  
 N . . . . E E T N A . I U . . . . T . . .  
 U S . . . . N R G A T . X R . . . . U . . .  
 T O . . . . D A E . . . E A . C . R . .  
 R M . T I X . . . R N . . . M . . A . A .  
 O N . . . . . E A . . . . E . . N . . .  
 P I . . . . P R O G R S . . . . N . V . .  
 O S . . . . . . . . . . . T . . I .  
 . . . . . R E S P E C T E . . . . .

Solution #4

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

Solution #5

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

Solution #6

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

Solution #7

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

Sudoku #3

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
|   |   |  |   |
|   |   |  | 2 |
| 2 | 4 |  |   |
|   |   |  | 4 |

Solution #2

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| 3 | 1 | 4 | 2 |
| 2 | 4 | 1 | 3 |
| 4 | 2 | 3 | 1 |
| 1 | 3 | 2 | 4 |

Solution #1

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| 1 | 3 | 4 | 2 |
| 4 | 2 | 1 | 3 |
| 2 | 4 | 3 | 1 |
| 3 | 1 | 2 | 4 |

<sup>1</sup>M  
<sup>3</sup>F u t u r o  
 t  
<sup>6</sup>I d i o m a s  
 v  
<sup>7</sup>L  
<sup>8</sup>R e i n s e r c i ó n  
 c  
<sup>1</sup>E s t u d i o  
 u  
<sup>14</sup>l i b r o s  
 a  
<sup>2</sup>C  
<sup>4</sup>A p r e n d  
<sup>5</sup>E r  
 s  
 f  
 u  
 e  
<sup>9</sup>V a l o r e s  
 z  
<sup>1</sup>C o m p e t i  
<sup>1</sup>C  
 o  
 r  
 í  
 b  
<sup>1</sup>E d u c a c i ó n  
 o

# MOLTES GRÀCIES

A TOT L'ALUMNAT I PROFESSORAT QUE HA  
FET POSSIBLE AQUESTA REVISTA



*Ens veiem aviat!*