



BUTLLETÍ
55

HIVERN
2023



XERRADES
INTERESSANTS

CURIOSITATS
SABIES QUÈ..?

LA RUA
HO PETA

PASSATEMPS

DURANT ELS
PREPARATIS DEL
CARNAVAL. HE ROBAT
UN OBJECTE!!
BUSCA'M!



L'INSTI...
ES POSA LES PILES

COMISSIÓ DE
L'ESCOLA BRESSOL

NOVA

L'ENTREVISTA
FLASH!

LES COMISSIONS
ESTAN OBERTES
A NOVES
INCORPORACIONS!!

COMISSIÓ INSTITUT ESCOLA

Amb el compromís ferm del Departament per tirar endavant el projecte d'institut escola a l'Esquirol, tant l'Ajuntament com el Centre s'han posat a treballar de valent en la definició del projecte constructiu i educatiu del nou centre respectivament. Per una banda es preveu que les obres del nou edifici comencin al setembre. Paral·lelament, l'equip directiu ja està treballant en el Projecte Educatiu de Centre i s'ha començat a perfilar l'equip de professores de secundària.

Tot i que, ara mateix, a l'escola i al consistori els toca la part més gran de la feina, l'AFA també s'ha posat les piles. Per una banda, per poder-nos anticipar els canvis que implicarà el nou model de centre educatiu en l'estructura i funcionament de la nova AFA. Per altra banda, per poder donar tot el suport possible a l'escola en el procés de transformació.

Per aquest motiu, el passat dijous, 9 de març, es va convocar una reunió amb totes les comissions de l'AFA al menjador de l'escola, a la qual es va convidar a totes les mares, pares i membres de les famílies de les i els alumnes de l'escola que estiguessin interessades en replantejar-se el funcionament de les mateixes en el nou model d'institut escola, i incorporar-se d'alguna manera a les mateixes.

Per aquest motiu es va presentar un esbós de cronograma amb aquelles tasques que es poden preveure tant per part del Centre i l'Ajuntament, com per part de totes les comissions de l'AFA, des d'ara fins al moment en el qual l'institut escola ja pugui desenvolupar la seva activitat amb normalitat amb el nou edifici acabat.

Es tracta precisament d'un cronograma obert, en el qual les persones que de cadascuna de les comissions (les que ja hi participaven, les que s'hi han incorporat de nou i les que s'hi puguin anar incorporant en el futur) puguin repensar tots els canvis necessaris en aquest procés d'adaptació al nou model i definir les tasques que això comportarà.

El fet que la incorporació de la secundària sigui gradual, amb un curs més cada any durant els propers quatre anys, permet que l'adaptació, tant de l'edifici, com de l'equip de secundària, com dels aspectes que afecten a les comissions sigui, també gradual. Alhora, però, implica que durant quatre anys l'institut escola s'anirà transformant de manera que cada nou curs suposarà nous reptes i noves adaptacions.

En relació a les comissions de l'AFA, tot i que totes elles aniran canviant necessàriament, es preveu que les que tindran més modificacions seran les de menjador i extraescolars. L'augment gradual d'alumnat al Centre, i les edats creixents del mateix, dels 12 fins als 16 anys, suposarà un replantejament en profunditat del menjador i la incorporació d'activitats extraescolars que donin resposta a les inquietuds i necessitats d'aquesta nova franja d'edat.

Durant el proper trimestre mirarem d'anar informant amb més detall de la definició d'aquestes noves tasques de les comissions i de la forma com es van desenvolupant. És un procés engrescador que requereix la participació, en la mesura de les possibilitats de cadascú, del màxim nombre de famílies possibles. Per això les comissions estan obertes a noves incorporacions, amb noves idees i ganes de participar en aquest projecte de futur.

XERRADES

NUTRICIÓ

XERRADA
FETA!

El passat dimecres 15 de març la Meritxell Bansell, la nutricionista que confecciona el menú del menjador escolar, ens va posar al dia sobre les necessitats nutricionals dels més petits i les recomanacions que es fan des de l'organització Mundial de la Salut i el Departament d'Educació respecte els hàbits alimentaris saludables.

A grans trets ens va explicar que **a tots els àpats hi ha d'haver aportació dels diferents tipus de nutrients, hidrats de carboni, proteïna, vitamines i minerals i també greixos saludables.** Els hidrats de carboni els obtenim principalment dels cereals i els seus derivats (si són integrals millor), ens va recomanar que les proteïnes siguin d'origen vegetal com les que provenen de les llegums. Les d'origen animal també són saludables però es recomana no menjar-ne a cada àpat i reduir les provinents de carns vermelles i de carns processades. **També vinculava aquest punt a la sostenibilitat ja que s'utilitza moltíssima més aigua per obtenir proteïna animal que per obtenir la mateixa quantitat de proteïna vegetal.** Pel que fa al peix es recomana consumir peix blau o blanc i de mida petita. Ens aporten greixos saludables, com també ho fan l'oli d'oliva, l'alvocat i els fruits sec i les llavors. L'oli d'oliva el podem fer servir tant per amanir com per fregir tot i que cal evitar els fregits!!! També ens va recordar que les vitamines i els minerals els obtenim de la verdura i la fruita fresca o dessecada i que n'hauríem de prendre cinc racions al dia. I per completar-ho tot ens va dir que cal beure molta aigua, és clar!

Per acabar, va fer un taller per diversificar esmorzars i berenars per la canalla. Rotllets de formatge amb pastanaga i poma, galetes de flocs de civada amb panses, torradetes amb humus, iogurt amb cereals... Per cert, heu tastat mai una maionesa de mongetes seques? Doncs no us n'esteu, poseu-les al vas de la batedora amb una mica d'all i oli d'oliva i bateu-ho bé! No és maionesa però té una textura semblant i és boníssima sobre un plat de verdura.



EXTRAESCOLARS

ROBÒTICA

Aprenem amb la robòtica!

En l'extraescolar de robòtica educativa el nostre objectiu és aprendre a través de la robòtica a través del mètode learning by doing.

Partint del coneixement de mecanismes i sensors (què són, com es mouen, quines funcions tenen...) construïm els nostres propis robots als que donem vida a través de motors i sensors, tot superant reptes!

Així, sense adonar-nos-en, posem a la pràctica conceptes que anirem aprenent al llarg del programa curricular a més de fomentar el treball en equip, el raonament lògic, la comunicació, la imaginació i l'empatia, valors imprescindibles al llarg de la nostra vida.



IOGA

A l'activitat extraescolar de yoga infantil ens trobem bàsicament per jugar.

A partir del joc es crea l'espai on compartir, on respectar el ritme de cada una, que vull fer ara? El meu cos te ganes de córrer o descansar? Vull riure? Necessito que el grup l'escolti?

A partir d'aquí ens adonem com batega el cor després de córrer, com és la meva respiració. Com canvia quan em relaxo, el silenci quan ens concentrem en allo que ens agrada.

I ens acompanyem en allo que ens costa, que mai ningú ens ha dit que també som capaces de aconseguir. Ens escoltem en els conflictes..

Tot jugant passen coses.



NOVA

COMISSIÓ DE L'ESCOLA BRESSOL

És exclusivament per gestionar temes relacionats amb l'escola bressol. Pretenem donar un cop de mà i col.laborar per fer de l'escola bressol un espai encara més ric tant per a famílies com pels infants, sempre de la mà de l'equip d'educadores, sobretot, i l'Ajuntament.

La comissió acaba d'engegar i, per ara, hi ha tot un seguit de propostes sobre la taula relacionades amb el pati, espais de joc, espais de reflexió amb famílies, sortides i alguna proposta d'activitat, encara per concretar. Algunes potser per aquest curs, i algunes pel curs vinent.

DE MOMENT ESTÀ FORMADA
PER 4 PERSONES, I AMB
AQUEST ESCRIT VOLEM
ANIMAR A MÉS PERSONES A
FORMAR-NE PART.



SI US ANIMEU I US VOLEU
APUNTAR, NOMÉS HEU DE
CONTACTAR AMB LES
REPRESENTANTS DE L'AFA DE
L'ESCOLA BRESSOL

MOLTÍSSIMES GRÀCIES!



**TROBAREU TOTA
LA INFORMACIÓ DE L'AFA
A LA PÀGINA WEB DE L'ESCOLA!**

<https://agora.xtec.cat/ceip-elcabreres/afa-2/>

CORREU ELECTRÒNIC:
AFALESQUIROL@GMAIL.COM

TELÈFON:
618 620 233



CARNAVAL LA RUA DE L'AFÀ

QUI S'HA
ENDUT LES MEVES
TISORES...?

ELS PREPARATIUS...



BLA.
BLA. BLA.



TOTHOM A
TREBALLAR

ARRIBA LA RUA!!



SUPER CARROSSA!!



AAUUU..



UN RIU DE CAPUTXETES, LLOPS I LLOBES!

PERDONI, UN
CENTRE DE
MANICURA PER
AQUÍ RODA...?



LES FAMILIES
GAUDINT DE
LA PASSEJADA





AAUUUU..



AQUEST LLOP
ES PENSA QUE
EM PODRÀ
ENGANYAR ...



EN EL NOSTRE
CONTE TOTJAM
FA AMICS!



JOAN MATAS

EDUCACIÓ FÍSICA DE 1R A 4T

Una cançó...

Stereo Hearts

Un llibre/conte...

Los juegos del hambre

Una pel·lícula...

Avatar

El teu menjar preferit...

la pizza

El primer que fas quan t'aixeques del llit...

una dutxa

L'últim regal que t'han fet...

una cadira de Gamer

El millor moment del dia...

quant vaig al gimnàs

Una mania...

començar el dia amb el peu dret

Un hobby...

els videojocs

El millor lloc de L'Esquirol...

l'escola

El millor de l'escola...

tot!

L'ENTREVISTA

FLASH!

ALS MÉS NOUS
DE L'ESCOLA
BENVINGUTS/ES!



AYLA BLANCH

3R

Una cançó...

Les nits no moren mai, Dr.Prats.

Un llibre/conte...

Anna Kadabra

Una pel·lícula...

Spirit

El teu menjar preferit...

el roquefort

El primer que fas quan t'aixeques del llit...

enfadar-me amb la meva mare

L'últim regal que t'han fet...

un llibre

El millor moment del dia...

el capvespre

Una mania...

anar descalça tot el dia

Un hobby...

muntar a cavall

El millor lloc de L'Esquirol...

el forn de pa

El millor de l'escola...

l'hora de gestió classe



OTTO ROYO LÁZARO

1R

Una cançó...

Els homes de neu / Sucre (Xiula)

Un llibre/conte...

Salvem L'Evo / La meravellosa i horripilant casa de la iaia

Una pel·lícula...

Hotel Transilvania

El teu menjar preferit...

ou ferrat / pastanagues/ sushi

El primer que fas quan t'aixeques del llit...

esmorzar

L'últim regal que t'han fet...

Lego Mario

El millor moment del dia...

quan surto al pati

Una mania...

mossegar-me les ungles

Un hobby...

dibuixar / llegir

El millor lloc de L'Esquirol...

la Pollancreda

El millor de l'escola...

nous amics



L'ORIGEN DEL CARNAVAL

El carnestoltes és una celebració pública que té lloc abans de la quaresma cristiana, amb data variable (entre febrer i març, segons l'any), i que combina alguns elements com disfresses, desfilades, i festes al carrer. Una de les característiques rellevants és la de ser un període de permissivitat i cert descontrol. Durant la nit del Carnestoltes tot s'hi val i diu la llegenda que per això la gent es posa màscares.

L'origen de la seva celebració sembla probable que vingui de les festes paganes, com les que es realitzaven en honor a Bacus, el déu del vi, les saturnals i les lupercals romanes, o les que es realitzaven en honor del toro Apis a Egipte. Segons alguns historiadors, els orígens d'aquesta festivitat es remunten a les antigues Sumèria i Egipte, fa més de 5.000 anys, amb celebracions molt semblants a les de l'època de l'Imperi Romà, des d'on es va expandir el costum per Europa, sent portat a Amèrica pels navegants espanyols i portuguesos a partir del segle XV.

L'etimologia i origen de la paraula carnestoltes o carnaval ens indica que prové del terme italià 'carnevale' i aquest, al seu torn, del llatí 'carnem levare' el significat del qual és carnem (carn) i levare (llevar, treure): treure la carn.

ELS ROMANS MENJAVEN CALÇOTS?

Un calçot no és més que una ceba tendra blanca que es cultiva d'una manera molt especial per aconseguir que sigui allargada. Precisament és el mètode de cultiu el que li dona el nom. I és que per tal d'aconseguir un calçot, cal anar calçant cebes ja plantades (posar terra damunt). De l'acció de calçar prové el nom del calçot. Pel que fa a l'origen hi ha diverses teories.

La primera és la que apunta que el descobriment del calçot es deu a un agricultor de Valls. L'agricultor era conegut amb el nom de Xat de Benaiges i va viure a Valls a finals del segle XIX. Es creu que aquest pagès va cremar unes cebes velles al foc i en comptes de llençar-les les va menjar. La llegenda també apunta que va ser l'inventor de la salsa per acompanyar l'àpat, que portaria el nom de salvixada. Tot i que aquesta anècdota va adquirir força durant la dècada dels anys 40 del segle XX, no hi ha documentació que acrediti aquesta història.

Una segona hipòtesi sorgeix l'any 2000, quan en una excavació en la ciutat de Brigetio, Hongria, l'arqueòleg Lázló Borhy troba una curiosa pintura. En aquesta es pot veure un home menjant un porrus capitatus, conegut avui dia com calçot. Si ens fixem en la pintura, veurem que no hem canviat gaire la nostra posició alhora de menjar el calçot. Aquesta pintura romana data del segle III d.C. i segons indiquen els arqueòlegs, el personatge és un esclau per la roba que porta. En el mateix jaciment han trobat pintures on els homes tenen a la mà terrines amb una salsa ataronjada per acompanyar el calçot. Actualment la pintura es troba al museu Klapka György de Szony a Hongria.

En l'escrit del segle IV o V d.C. De re coquinaria del romà Apici es poden trobar diverses receptes de com preparar el porrus capitatus. També existeix una referència dins l'epigrama XIII, 19 del poeta Marcial.

COLOREJA LA IL·LUSTRACIÓ

PASSATEMPS



TROBA LES 7 DIFERÈNCIES

NIVELL ALT!
GANÀPIES DE L'ESCOLA,
US ATREVIU?

