

**REVISTA ELI
2025**

INS LLIÇA

**SETEMBRE, OCTUBRE,
NOVEMBRE**



¡Feliz
NAVIDAD!

*Bon
Nadal!*



Irene Hernández

En aquest número...

Editorial: Homenatge a Toni Rodríguez

Entrevista: Julen Araujo, taekwondista

Notícia: Els aranzels

**Opinió: Grau universitari o Cicle
formatiu?**

Reportatge: La verema

**Gastronomia: Receptes amb moniatos i
bolets**

Passatemps

Oci: “Oktoberfest”

Esports: El busseig recreatiu

Cultura: Les festes majors

Medi: Incendis a Espanya

**Creació: Concurs de carbasses i
dibuixos de terror**

Idiomes: Colours of India

Al Toni

Quan el Toni va arribar a Lliçà, el 80% del alumnes esteu ara encara no havíeu nascut.

Jo vaig rebre la notícia amb tristor perquè marxava la meva companya d'aquell moment i perquè un senyor desconegut de Barcelona la feia marxar. Però resulta que ell tampoc no volia venir! L'obligaven a deixar la seva plaça a l'Institut Guineueta i també venia enfadat i sense ganes.

És cert que els inicis a vegades son complicats i el nostre ho va ser. Ens va costar als dos.

Però un dia passa que sona un «clic» i tot canvia. Deu ser el destí. I en aquell moment els dies comencen a ser millors i la feina més agradable.

Hem estat junts 16 anys amb tots els seus dies. I 16 anys son molts anys!!!

Ell ha suportat els meus pitjors dies i jo també els seus però, per compensar, hem viscut dies boníssims i plens de riures.

Per als dos, el més important de la jornada laboral, allò que no es podia deixar passar era l'estona del cafè. « A esto hemos venido,¿no?».

En encantava el «chisme» i aprofitàvem aquestes i altres estones per xerrar de tonteries, anècdotes o xafarderies.

Hem vist passar centenars d'alumnes. Alguns ara ja són profes a l'Institut.... Hem tingut un mínim de 10 subalterns, 3 directores, 6 secretaris, 5 caps d'estudis i 4 coordinadores pedagògiques. Ni parlar de la quantitat de docents!

De tots ells (o quasi tots) el Toni es feia amic. Perquè ell creia que un centre ha de funcionar amb un conjunt de peces i totes son igual d'importantes.

Així el podies veure organitzant partits de futbol o pàdel amb profes i alumnes, rient amb l'Alexis a la cantina, parlant de la vida amb la Teresa de la neteja o fent «teràpia» amb alumnes que no volien estar a classe. Això li encantava. Xerraven una estona i acabava dient «va,nen, cap a classe que ja t'has escaquejat una estona».

No he conegut mai ningú que grapi papers tan malament com el Toni. És impossible fer-ho igual.

Quan passin els anys i altres persones arribin a secretaria sempre sabran acotar «l'època Toni» mirant com estan grapats els documents.

Però a banda del seu caos de grapes, pòsits i bolis sense tap, el Toni ha estat un company únic. Divertit, solidari, compromès i sobre tot bon company.

Igual ajudava a carregar mobles que organitzava un bus o feia de conserge barallant-se amb el micro. Sempre disposat a ajudar on fes falta.

Ara el trobarem a faltar cada dia, en la feina però també en la vida perquè els seus consells i les seves anècdotes eren únics.

I si ara ens veiés aquí, a banda de dispersar-nos ràpid perquè preferiria anar a fer «un algo» al bar, aprofitaria per transmetre el seu mantra: «viure és urgent».

Perquè estudiar és important i enriquidor però una nota, una carrera o una professió no us definirà i no hauria de ser el més important a la vida.

Igual que li repetia a la seva filla, l'únic important és ser feliç.

No importa a on, fent què o amb qui, només estar feliç amb el que feu i amb qui esteu.

Per una vegada, fem-li cas!.

I que no s'aturi mai la música.

Silvia



**Fa uns dies algú va dir: "S'ha mort el Toni".
Una frase breu, feta gairebé tota amb monosíl·labs.
"S'ha mort el Toni".**

**Algú va haver de dir aquesta frase
però no se la volia creure,
potser només eren paraules
que no enunciaven cap realitat.
"S'ha mort el Toni".**

**Una frase possible però absurda.
Els que la vam sentir
no ens la volíem creure
no ens la volem creure
encara no,
encara no.**

Toni,

**Molts dels que som aquí tenim la sort d'haver pogut gaudir durant uns anys
de la teva companyia i de la teva amistat. De la teva lleialtat, de la teva
dignitat tossuda, del teu bon humor, del teu caràcter generós i apassionat.
A la vida no ens trobem amb gaires persones que mereixin aquests elogis.
Per això la teva absència és un buit enorme, a l'institut i a la vida. Et
necessitàvem viu, i no ens acabem de creure que no hi siguis.**

**Ens agradaria poder discutir amb tu, apassionadament, de política o de
futbol.**

**Ens agradaria convidar-te a una cervesa perquè ens has fotut una pallissa al
pàdel.**

**Ens agradaria sentir com et queixes del colze i de les lesions de futbolista
veterà.**

**Ens agradaria saludar-te amb un gest de la mà quan passem per davant de
secretaria o parar-nos a parlar amb tu del partit d'ahir.**

**Ens agradaria veure la teva cara de felicitat quan ens explicaves els concerts
que veies amb la teva filla Marta.**

**Ens agradaria sentir-te dient, una altra vegada, "A vivir, que son cuatro
días".**

**Et recordem al camp de futbol, retallant al defensa, trepitjant la pilota per
posar-te-la a l'esquerra, xutant amb l'exterior, celebrant un gol.**

Et recordem treballant, concentrat, al davant de la Sílvia.

Et recordem parlant de la teva filla, de vegades preocupat, sempre orgullós.

Et recordem ajudant tothom amb bona cara encara que fóssim uns pesats.



Et recordem enfadat, amb cara de pocs amics, però poc després encaixant la mà sense rancúnia davant d'un "perdona".

Et recordem rient.

Et recordem dient: "Aquests moments, fer una cervesa i parlar amb els amics, això és el que ens queda".

I sí, tot això és el que ens ha quedat de tu, i és molt, però alhora és molt poc, és massa poc. És massa d'hora per creure'ns la maleïda frase.

Gràcies, Toni, per haver compartit una part de la teva vida amb nosaltres. Et trobarem a faltar.

Lluís O.

Avui farem una entrevista al jove esportista de taekwondo Julen Araujo:

Quants anys tens?

- Tinc 14 anys.

Quant temps fa que practiques taekwondo?

- Porto 7 anys fent aquest esport.

Què et va motivar a començar amb aquesta art marcial?

- Perquè vaig provar-ho i em va agradar.

Quin cinturó ets actualment?

- Des de 2025 soc cinturó negre.

Quin va ser el repte més gran que vas enfrontar en començar?

- L'examen de cinturó és el més difícil.

Tens algun mestre o figura que admires al Taekwondo?

- Sí, el meu professor per mi és el millor i un gran referent que m'ha ajudat molt.

Com és una classe típica de Taekwondo?

- Escalfar i fer exercicis relacionats amb l'esport.

Quantes vegades a la setmana entrenes?

- Faig cinc entrenaments a la setmana.

Practiques altres disciplines a més de Taekwondo?

- No, només taekwondo perquè és la que més m'agrada.

Com prepares la teva ment i el teu cos abans d'un entrenament o competició?

- No ho treballo, no fa falta.





Quins valors us ha ensenyat el Taekwondo?

- Respectar a la gent i esforçar-se al màxim.

Com ha canviat la teva vida des que ho practiques?

- No ha canviat res perquè ho faig des de petit.

Creus que el Taekwondo t'ha fet una persona millor?

- Sí, perquè el taekwondo m'ha ensenyat molts valors.

Què en penses sobre la importància del respecte en aquesta art marcial?

- Què és el més important.

Com gestiones la frustració quan no aconsegueixes alguna cosa a l'entrenament?

- M'enfado amb mi mateix.

Has participat en tornejos? Com va ser l'experiència?

- Sí, vaig anar a Àustria i m'ho vaig passar molt bé.

Prefereixes el combat o les formes *poomsae*? Per què?

- El *poomsae*. Estic lesionat per fer combats.

Quin ha estat el teu èxit més important fins ara?

- Anar a Àustria. Em va agradar molt va ser una experiència brutal.

Quin consell donaries a algú que vol competir per primer cop?

- Que no es posi nerviós i que el més important és participar i pasasar-ho bé.

Has tingut alguna lesió? Com la vas superar?

- Sí, unes quantes. Fent repòs i cuidant-me.



Quina és la teva tècnica preferida?

- La meva tècnica preferida és l'*Are Maki*.

Alguna anècdota divertida o extranya durant un entrenament?

- No, de moment no n'he tingut cap que sigui divertida.

T'agradaria ensenyar Taekwondo en el futur?

- No, no en sabria.

Quins objectius tens en aquest art marcial?

- Guanyar moltes competicions i divertir-me.

Quina part de l'entrenament et sembla més difícil?

- Cap, m'és tot fàcil.



Autors: Iker Balsera i Gerard Balsera

ELS ARANZELS

Que està passant amb el aranzels actualment?

Donald Trump va imposar aranzels i restriccions comercials a diversos països que exporten els seus productes als Estats Units. En el cas dels productes provinents de la Unió Europea, des d'abril hi ha vigent un **aranzel global del 10%**. Això va desencadenar una "guerra comercial", on cada nació intenta protegir la seva economia. Però, al final, això pot perjudicar els consumidors i frenar el creixement econòmic global.

Per què els països apliquen aranzels?

Els països apliquen aranzels als béns i serveis importats per protegir les indústries nacionals de la competència estrangera, fomentar l'ocupació local, generar ingressos fiscals i com a eina de pressió en negociacions polítiques o comercials internacionals.



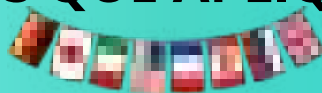
Exemples de productes afectats

- Cotxes: **pels aranzels**
 - Abans d'aranzels → 23.500€
 - Després d'aranzels → 25.799€
 - **Han augmentat un 8,9%**
- Mobles importats:
 - Abans d'aranzels → ~100€
 - Després d'aranzels → ~130€
 - **Han augmentat un 30%**

Però, què és un aranzel?

Un aranzel és un impost de duana que afecta a les mercaderies que travessen una frontera per entrar o sortir del país.

TOTS ELS PAÏSOS QUE APLIQUEN ARANZELS*



Kirguizistan (10%)			
Iemen (10%)	Butan (10%)	São Tomé i Príncipe (10%)	La Índia (26%)
Sant Vicenç i les Grenadines (10%)	Burundi (10%)	Illes Salomó (10%)	Corea del Sud (25%)
Níger (10%)	Cap Verd (10%)	Sudan del Sud (10%)	Tailàndia (36%)
Santa Lucía (10%)	República Centreafricana (10%)	Tadjiquistan (10%)	Suïssa (31%)
Nauru (30%)	Kuwait (10%)	Les Bahames (10%)	Indonèsia (32%)
Guinea Equatorial (13%)	Togo (10%)	Gàmbia (10%)	Malàisia (24%)
Iran (10%)	Surinam (10%)	Tonga (10%)	Cambodja (49%)
Líbia (31%)	Belize (10%)	Tuvalu (10%)	Regne Unit (10%)
Samoa (10%)	Papua Nova Guinea (10%)	Bahrain (10%)	Sud-àfrica (30%)
Guinea (10%)	Malawi (17%)	Catar (10%)	Brasil (10%)
Timor Oriental (10%)	Liberia (10%)	Maurici (40%)	Bangla Desh (37%)
Montserrat (10%)	Illes Verges Britàniques (10%)	Fiji (32%)	Singapur (10%)
El Txad (13%)	Afganistan (10%)	Islàndia (10%)	Israel (17%)
Mali (10%)	Zimbàbue (18%)	Kènia (10%)	Filipines (17%)
Alemanya (20%)	Benín (10%)	Liechtenstein (37%)	Xile (10%)
Àustria (20%)	Les Barbados (10%)	Guaiana (38%)	Austràlia (10%)
Bulgària (20%)	Mònaco (10%)	Haití (10%)	Pakistan (29%)
Bèlgica (20%)	Síria (41%)	Bòsnia i Hercegovina (35%)	Turquia (10%)
Txèquia (20%)	Uzbekistan (10%)	Nigèria (14%)	Sri Lanka (44%)
Xipre (20%)	República del Congo (10%)	Namíbia (21%)	Colòmbia (10%)
Croàcia (20%)	Djibouti (10%)	Brunei (24%)	Perú (10%)
Dinamarca (20%)	Polinèsia Francesa (10%)	Bolívia (10%)	Nicaragua (18%)
Eslovàquia (20%)	Les Illes Caiman (10%)	Panamà (10%)	Noruega (15%)
Eslovènia (20%)	Kosovo (10%)	Veneçuela (15%)	Costa Rica (10%)
Espanya (20%)	Curaçao (10%)	Macedònia del Nord (30%)	Jordània (20%)
Estònia (20%)	Vanuatu (22%)	Etiòpia (10%)	República Dominicana (10%)
Finlàndia (20%)	Ruanda (10%)	Ghana (10%)	Emirats Àrabs Units (10%)
França (20%)	Sierra Leone (10%)	Moldàvia (31%)	Nova Zelanda (10%)
Grècia (20%)	Mongòlia (10%)	Angola (32%)	Argentina (10%)
Hongria (20%)	San Marino (10%)	República Democràtica	Equador (10%)
Irlanda (20%)	Antigua i Barbuda (10%)	del Congo (11%)	Guatemala (10%)
Itàlia (20%)	Les Bermudes (10%)	Jamaica (10%)	Hondures (10%)
Letònia (20%)	Eswatini (Suazilàndia) (10%)	Moçambic (16%)	Madagascar (47%)
Lituània (20%)	Les Illes Marshall (10%)	Paraguai (10%)	Tunísia (28%)
Malta (20%)	Sant Pere i Miqueló (50%)	Zàmbia (10%)	Kazakhstan (27%)
Països Baixos (20%)	Sant Cristòfol i Nevis (10%)	Líban (10%)	Sèrbia (37%)
Polònia (20%)	Turkmenistan (10%)	Tanzània (10%)	Egipte (10%)
Les Comores (10%)	Granada (10%)	Iraq (39%)	Aràbia Saudita (10%)
Dominica (10%)	Eritrea (10%)	Geòrgia (10%)	El Salvador (10%)
Portugal (20%)	Guinea-Bissau (10%)	Senegal (10%)	Costa d'Ivori (21%)
Romania (20%)	Kiribati (10%)	Azerbaidjan (10%)	Laos (48%)
Suècia (20%)	Maldives (10%)	Xina (34%)	Botswana (37%)
Mèxic (25%)	Mauritània (10%)	Vietnam (46%)	Trinitat i Tobago (10%)
El Canadà (25%)	Micronèsia (10%)	Taiwan (32%)	Marroc (10%)
Andorra (10%)	Myanmar (Birmània) (44%)	El Japó (24%)	

*Els Estats Units no apareixen en aquesta llista perquè les seves dades són les de la notícia

QUÈ ÉS MILLOR, GRAU UNIVERSITARI O CICLE FORMATIU?

Aquesta és una pregunta que es fan els joves de 3r i 4t d'ESO diàriament per finalment escollir el seu futur. Però...Hi ha realment una opció millor que l'altra? La veritat és que no, les dues opcions de futur tenen pros i contres, i ara els analitzarem:

Quant dura un grau universitari?

Un grau universitari a Espanya dura, generalment, quatre anys acadèmics (240 crèdits ECTS); tot i que la durada pot variar segons la disciplina. Algunes carreres, com les d'Enginyeria, Arquitectura o Ciències de la Salut, poden tenir una extensió de cinc anys o més, i, fins i tot, carreres que formalment són de 5 anys, poden requerir més temps per ser completades.



Quant dura un cicle formatiu?

La durada d'un cicle formatiu a Espanya és, generalment, de dos anys acadèmics, distribuïts en dos cursos; encara que també pot ser de dos cursos per als cicles de grau mitjà i dos més per al superior, Pot variar segons la comunitat autònoma o la modalitat (presencial, en línia o intensiva).



Què necessites per fer un cicle formatiu?

Per fer un cicle formatiu es necessita complir els requisits d'accés segons el grau i la via que es triï, tot i que, generalment, implica tenir el títol d'ESO per a grau mitjà, o de batxillerat per a grau superior; en alguns casos cal superar una prova d'accés.

Per accedir a un cicle de grau bàsic, has de tenir 15 anys i haver cursat 3r d'ESO o, en casos excepcionals, 2n. Per al grau mitjà, s'hi accedeix amb el títol de l'ESO, una FP bàsica, o superant una prova d'accés a partir dels 17 anys.

Finalment, per el grau superior, es necessita: el títol de batxillerat o el de Tècnic de grau mitjà, o una prova d'accés superior (a partir de 19 anys), o una titulació universitària.

Com de difícil és un grau universitari?

La dificultat d'un grau universitari és molt subjectiva i depèn de diversos factors, incloent-hi els interessos, les aptituds i la motivació personal de l'estudiant; així com la càrrega acadèmica i el tipus de coneixement específic de la carrera triada. No hi ha carreres "fàcils" o "difícils" de forma universal; ja que un estudi que a una persona li resulta un gran desafiament, pot ser suportable per a una altra si està alineat amb els seus gustos i metes.

El mateix passa amb el cicle formatiu.



Què necessites per fer un grau universitari?

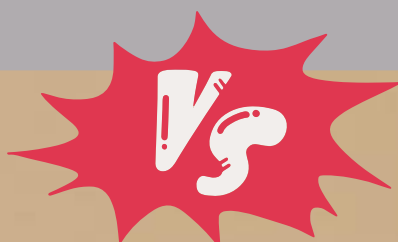
Per formar-te en un grau universitari, generalment es necessita un títol de batxillerat i haver superat les proves d'accés a la universitat (PAU o selectivitat).

Altres vies d'accés inclouen: tenir un títol de Tècnic Superior de Formació Professional, superar la prova d'accés per majors de 25 anys, o tenir una titulació universitària prèvia.



Conclusió

En conclusió, no hi ha una opció millor; l'FP (Grau Superior) o un grau universitari són diferents i l'elecció depèn de les teves metes personals, de l'estil d'aprenentatge i dels objectius professionals. La FP s'enfoca més a la pràctica i l'ocupabilitat ràpida, amb una formació més curta i econòmica. El grau universitari ofereix una major profunditat teòrica i més oportunitat d'especialització a llarg termini, com ara un màster o doctorat.



LA VEREMA

La verema és un procés per elaborar el vi de forma manual. Consisteix en la recol·lecció o collita del raïm, generalment, referint-se a les collites que serviran per a la producció de vi o licor.



Al nostre hemisferi, el nord, la verema s'acostuma a celebrar entre els mesos de juliol i octubre.

Malgrat tot, la recol·lecció del raïm varia segons la zona, la temperatura... Normalment, és entre l'estiu i la tardor, que és el moment en què el raïm està més madur.

Sovint, va creixent durant els més on fa més calor, per això es recull durant els mesos posteriors a l'estiu.



Origen etimològic del mot

La paraula "Verema" prové de "vindemia" una paraula originària del llatí.

La paraula "vindemia" està formada per dos mots: "vinum", que significa vi i "demere" que vol dir tallar.

Així doncs, la verema representa el moment al qual arriba l'hora de tallar el raïm.



Història de la verema

La verema se celebra, que se sàpiga, fa més de 5.000 anys, per commemorar i promoure la tradició vitivinícola d'una regió, reivindicar la riquesa cultural i paisatgística del territori i honrar la gent que es dedica a la viticultura. En aquestes festes s'ofereixen activitats com: visites a cellers, tast de vi, degustacions gastronòmiques... I se celebren actes culturals i folklòrics.



Tipus i moments de verema

Verema manual: consisteix a recol·lectar manualment els grans de raïm i triturar-los. Així que queden més escumosos i d'alta qualitat.

Verema mecànica: El raïm es recull amb màquines i és un procés més ràpid i rendible. Per tant, és més barat.

Nocturna: es realitza a la nit, amb temperatures baixes per preservar les aromes.

Tarda: es retarda la collita per sobremadurar el raïm i obtenir vins dolços.



Com s'elabora el vi?

Primer, a la vinya i amb una màquina, es cull el raïm dels arbres.

Aquesta màquina, el que fa és treure el raïm i el guarda en un dipòsit que té, quan està ple, ho descarrega en un tractor.

Després, raïm que tens al tractor, el descarregues en un bagul, aixafes el raïm i, posteriorment, l'escorres.

El líquid que s'ha escorregut es posa en un barril i el deixes en un celler durant uns mesos.

Quan hagin passat els mesos, caldrà embotellar el vi.

Per, finalment, posar-lo a la venda.



RECEPTES AMB MONIATO I BOLETS

Panellets amb moniato sense sucre



Els panellets es fan amb moniato o amb patata, se li posen pinyons o algun altre fruit sec per sobre i se solen menjar a la tardor. Són molt fàcils de fer i si es fan casolans són més saludables.

Calen :

- uns 250 g moniato
- 250 g ametlles crues
- 75 g pinyons
- 1 ou
- 1 llimona

Moniatos farcits

Els moniatos farcits es poden omplir de moltes coses, però les més populars són de carn picada, de moniatos aixafats o de patates i ous. Es mengen calents per això és preferible menjar-los a l'hivern.



Crema de moniato, poma i gíngebre



- ½ Porro picat
- 1 culleradeta de gíngebre ratllat i fresc
- 2 moniatos grans tallats a cubs
- 1 poma golden trossejada
- 1 pastanaga mitjana a rodanxes

En una cassola amb oli s'ofega el porro amb el gíngebre. després s'hi afegeix el moniato, la poma i la pastanaga i es fa bullir durant uns 15 minuts.

per últim es tritura i ja esta llest per servir.
Tan bona es calenta com freda.

Ingredients:

- 500g moniato
- 1 cullerada de ceba en pols
- 1 cullerada d'all en pols
- espècies
- 1 cullerada de sal

Es pela i es talla el moniato en bastonets , es fregeixen i a l'hora de servir s'hi pot afegir pebre, all en pols...

Bastons de moniato



Bolets a la planxa amb all i julivert



Es pot fer servir qualsevol tipus de bolet. Va molt bé per acompanyar la carn o el peix, amb la planxa se sol porsar poc oli, tot i que pots afegir-hi el que vulguis, també se li pot afegir un gra d'all per donar-li gust.

Bolets Xiitake

Aquest bolet originari de l'est d'Àsia es cultiva arreu del món i és dels més consumits avui dia. Es poden fer a la planxa, al forn, guisats per acompanyar carns i peixos, amb la pasta, l'arròs... tene moltes propietats nutritives i reforça el sistema immunitari.



Xampinyons saltejats a la parisenca



Aquests bolets són els més conreats del món, es poden menjar tot l'any. Com els xiitakes serveixen d'acompanyament a molts plats, però una manera molt saborosa es fer-los saltejats amb all i julivert.

Receptes per a aquesta tardor

Rotllos de Canyella



Ingredients

Per als rotllos

- 450 g farina
- 2 i ¼ culleradeta llevat sec (12 g aprox)
- 2 cullerades aigua tèbia
- 250 ml llet tèbia
- 100 g sucre blanc
- 1 ou
- Opcional: ½ culleradeta d'essència de vainilla
- ¼ culleradeta sal
- 85 g de mantega sense sal

Per al farciment

- 70 g de mantega
- 180 g sucre rossa
- 3 cullerades de canyella molta

Per al glacejat

- 1 sobre de base per a glacejat de vainilla
- 1 cullerada aigua

Recepta

1. En un bol posar el llevat, la llet tèbia, aigua tèbia i barrejar. Després, cal afegir el sucre i barrejar bé. Cal afegir l'ou batut (amb forquilla) i mesclar fins a integrar. Opcional: afegir 1/2 culleradeta d'essència de vainilla.
2. Cal afegir la meitat de la farina i barrejar amb moviments envoltants. Després, cal afegir la mantega fosa i finalment l'altra meitat de la farina i barrejar bé fins a formar una massa enganxifosa, però que es pot enlairar del vol. Deixar reposar i ben tapat per 1 i ½ hora, fins que dobli el seu volum.
3. Poseu la massa en una superfície plana i feu un rectangle amb unes tisores.
4. Per al farciment, fondre la mantega i afegir sucre morè i canyella molta. Estén el farciment per tota la superfície de la massa. Després, enrotlleu la massa pel costat més llarg i talleu-lo en rotllos d'1 i ½ a 2 cm aprox.
5. Poseu els rotllos en una llauna de forn o font enmantegada deixant espai entre cadascun. Deixar reposar per almenys 20 minuts o fins que dupliquin la mida.
6. Portar al forn ja preescalfat i deixar durant 20 minuts a 180 °C.
7. Per al glacejat, barrejar tots els ingredients i posar sobre els rotllos calents.

Pastís de carbassa



Ingredients

Per la massa

- 150 g mantega sense sal, molt freda i tallada a daus
- 130 g farina d'espelta integral
- 120 g farina de civada
- 5 g sucre moré
- 2 g sal
- 1 ou

Per la crema de carbassa

- 470 g purè de carbassa rostida
- 2 ous sencers
- 1 rovell d'ou
- 120 g nata líquida per muntar
- 4 g canyella molta
- 3 g gíngebre molt
- 0,5 g nou moscada molta (un pessic)
- 0,5 g clau molt (opcional, un pessic)
- 140 g sucre moré o panella
- Un bon pessic de sal

Recepta

Preparar la massa:

1. Barreja les farines (espelta i civada), el sucre moré i la sal en un bol gran.
2. Afegeix la mantega molt freda i amb les puntes dels dits o un ganivet, incorpora la mantega fins a obtenir una textura de sorra gruixuda, amb trossets petits de mantega visibles.
3. Bat l'ou i afegeix-lo a la mescla. Barreja ràpidament amb una forquilla o amb la mà fins que s'uneixi, sense amassar massa per no activar el gluten.
4. Forma una bola, embolica-la amb paper film i deixa-la reposar a la nevera almenys 30 minuts.

Preparar el farcit:

1. En un bol gran, barreja el purè de carbassa amb els ous sencers i el rovell.
2. Afegeix la nata líquida, el sucre moré (o panella), la canyella, el gíngebre, la nou moscada, el clau (si el poses) i una mica de sal.
3. Mescla tot bé fins a obtenir una crema homogènia.

Montar i coure el pastís:

4. Preescalfa el forn a 180 °C (dalt i baix).
5. Estira la massa sobre una superfície enfarinada (amb farina d'espelta o civada) fins a obtenir un cercle d'uns 3-4 mm de gruix.
6. Folra un motlle de pastís (aproximadament 22-24 cm de diàmetre) amb la massa, punxa la base amb una forquilla.
7. Aboca el farcit dins la massa.
8. Cou al forn durant uns 45-50 minuts, o fins que el farcit estigui ferm i la massa daurada.
9. Deixa refredar completament abans de desmotllar i servir.

Panellets de pinyons



Ingredients (panellets)

Per la massa

- 100 g de sucre llustre
- 1 beina de vainilla fresca (o bé pell de taronja o altres aromàtics)
- 250 g de farina d'ametlla
- Un polsim de sal
- 20 g de mel de mil flors
- 45 g de clara d'ou pasteuritzada (a temperatura ambient)

Per al guarniment

- 2 clares d'ou
- Pinyons del país

Per pintar els ous

- 1 ou
- Una mica de mel

Recepta

1. Coleu el sucre llustre perquè caigui damunt d'un bol. És important aquest pas, tamisar-lo bé perquè no ha de quedar cap grumoll.
2. Un cop tamisat el sucre, talleu la vainilla fresca per la meitat, agafeu-ne la polpa interior, i poseu-la al bol.
3. Tot seguit, poseu-hi la farina d'ametlla, un polsim de sal, mel de mil flors i la clara d'ou, que ha d'haver estat a temperatura ambient.
4. Barregeu els ingredients a poc a poc, amb l'ajut d'una llengua pastissera. Heu d'aconseguir una massa homogènia.
5. Acabeu de treballar la massa amb la mà. Feu-hi tombs per damunt de la mateixa massa. Heu de treballar-ho bé amb les mans durant un cinc minuts, perquè tots els ingredients estiguin ben amalgamats.
6. La textura resultant de l'amassat ha de ser tova, però no s'ha d'enganxar a les mans ni tampoc ha de quedar dura, perquè aleshores costaria mossegar-la.
7. Doneu-hi forma de caneló, ben allargat.
8. I ara dividiu-lo en porcions més o menys iguals. Podeu fer-ho de manera exacta, pesant cadascuna de les porcions, o podeu fer-ho a ull.
9. Reserveu un tros de massapà per al final.
10. Comenceu a fer les boletes: col·loqueu el tros de massapà a les mans i doneu-hi forma esfèrica amb l'ajut de les dues mans. Heu de procurar que la massa no s'enganxi a les mans, per això és molt important que les mans no estiguin humides.
11. Reserveu les boletes.
12. El massapà que heu guardat, poseu-lo dins d'un bol i afegiu-ne les clares d'ou, i barregeu-ho bé amb les mans perquè heu d'aconseguir desfer tot el massapà fins que quedi una textura líquida. Esteu fent la "cua" amb què enganxareu els pinyons als panellets.
13. Un cop està líquid, ja ho teniu preparat per arrebossar els panellets.



14. En un altre bol, poseu-hi els pinyons del país. Empastifeu-vos el palmell de la mà amb la "cua", poseu-hi enmig la bola del panellet, feu-hi una volta i, tot seguit, deixeu el panellet dins del bol on hi ha els pinyons. Us heu d'assegurar que els pinyons la recobreixen del tot.
15. Un cop les teniu totes cobertes, col·loqueu paper de forn en una safata de forn, i aneu-les col·locant de forma espaiada perquè hi passi l'aire.
16. Mescleu l'ou i la mel en un bol, perquè quedin ben barrejats ja que amb aquests dos ingredients pintareu els panellets.
17. Amb l'ajut d'un pinzell de cuina, aneu pintant cada un dels panellets de manera generosa. Aquesta pintura atorgarà un aspecte torrat als panellets, que serà molt atractiu. Atenció al punt de generositat del pintat, ha de ser generós, però tampoc no heu de fer una bassa a la base del panellet.
18. Finalment, poseu la safata al forn a 210 °C durant quatre o cinc minuts. Ha de ser una cocció ràpida i a foc fort perquè es daurin per fora i quedin tendres per dins.
19. Passat aquest temps, traieu la safata del forn. Deixeu-les refredar i ja estaran.



1. Estàs casada?

Sí, des de fa ja uns quants anys.

2. Tens fills, quants?

Sí, soc mare de 2 fills que m'estimo molt.

3. Per què vas decidir treballar en un institut?

Doncs, mireu, perquè em va sorgir l'oportunitat i l'havia d'aprofitar.

4. Ens podries dir quants anys tens?

Soc massa gran ja, 62 anys.

5. Quan eres com nosaltres, adolescent, què t'agradava fer?

M'imagino que el mateix que a vosaltres, sortir de festa!

6. Com et descriuries?

Ostres, pregunta complicada, deixeu-me pensar... Doncs, us diria que em considero una persona molt activa.

7. Tens alguna mascota?

A part del meu marit i els meus fills? (riu) Faig broma, sí, tinc dos gossos.

8. Ets creient?

Que no em senti en Jordi! No, no soc una persona gaire creient.

9. Fumes?

Durant molts anys, sí, però per sort ja en fa tres que no, vaig aconseguir deixar-ho.

10. Ets més nocturna o diürna?

Quan era jove, preferia la nit; ara, soc més activa durant el dia.



11. Quin és el teu animal preferit?

El meu animal preferit és el gos; per això en tinc dos, sempre m'han agradat els gossos.

12. Amb quin animal t'identifiques?

Amb el gos per la fidelitat i la docilitat i amb el cavall per la majestuositat i la llibertat.

13. Quina és la feina dels teus somnis, de què treballaries?

Molt fàcil, no treballaria!

14. Et consideres orgullosa de la teva vida o canviaries alguna cosa?

No en canviaria res, me'n sento molt orgullosa.

15. Practiques algun esport?

Sí, ja us he dit que soc molt activa; aleshores, m'agrada sortir a caminar i practicar tennis i pàdel.

16. Quina es la teva canço preferida?

Sobretot de Loquillo, com *Cadillac solitario* o *Rey del glam*.

17. A què et volies dedicar quan eres petita?

M'agradava molt la perruqueria i volia ser perruquera.

18. Acostumes a utilitzar maquillatge per venir a treballar?

No, al matí no tinc temps; a més, m'agrada ser natural i només em maquillo per a ocasions especials.

19. Quin es el teu somni?

Ara mateix, el meu somni és poder viatjar tant com em sigui possible.

20. Tens xarxes socials, acostumes a publicar alguna cosa?

Sí que en tinc, però gairebé no hi publico mai res..



La solució a
l'enigma de la
revista

ELI núm. 151 és:
Anna López Vela
Professora d'anglès





Oktoberfest

L'octoverfest se celebra, a Barcelona, entre el 20 de setembre i el 5 d'octubre a la plaça Univers. Esta obert de les 5 de la tarda fins a les 11 de la nit, ,menys els caps de setmana que serà de les 12 del migdia fins ala 1 de la matinada. L'entrada és gratuïta la majoria de les hores menys el cap de setmana que costa 5 euros.

La festa va néixer el 12 d'octubre de 1810 quan van voler celebrar el matrimoni del príncep Lluís I de Baviera i la princesa Teresa de Sajonia-Hildburghausen i van convidar tots els habitants de la ciutat de Munich. La festa va durar 5 dies i es va decidir celebrar-ho cada any. A partir de 1887 ja es van centrar en les cerveses tradicionals alemanyes.



No només cervesa. Què s'hi menja?

S'ofereixen sobretot productes típics bavaresos com el Schweinshaxe o braó de porc ,el xucrut i sobretot les salsitxes.

A part de la carn també trobem Käsespätzle, que són una mena de macarrons amb formatge i els entrants com els embotits, formatges, adobats i pans artesans.

Les postres més típiques són Kaiserschmarrn, una mena de coca gruixuda caramel·litzada que es trosseja a la paella i s'acompanya de melmelades , i també trobem pretzels.

Aquí teniu alguns exemples del que es pot trobar a Barcelona.



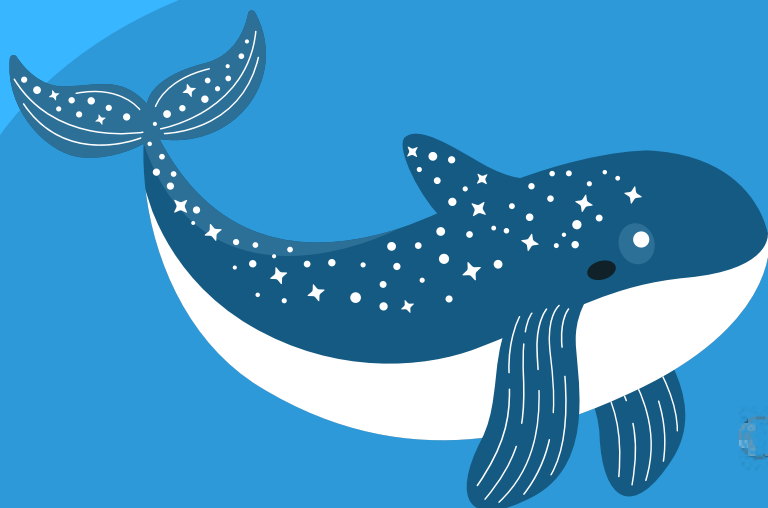


Caràcter Festiu

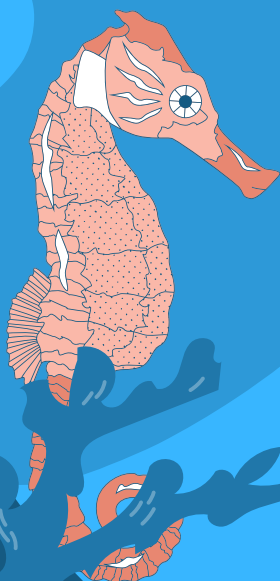


A part de menjar i veure també es fan altres activitats com el concurs de vestits típics bavaresos i les activitats musicals amb la presència de grups i el Dj Xavi More





BUSSEIG RECREATIU



DEFINICIÓ

El busseig recreatiu és un esport que consisteix a submergir-se en aigües obertes o tancades per tal d'explorar la flora i la fauna del meravellós món submarí.



HISTÒRIA

La història del busseig comença fa molt de temps, amb l'apnea (busseig a pulmó), per obtenir aliments (marisc) o matèries primeres (esponges...) sota l'aigua. Al segle XVI, es va inventar la campana de busseig, que permetia estar sota l'aigua més temps atrapant aire dins una estructura. I el 1943, Jacques-Yves Cousteau i Émile Gagnan van crear l'Aqualung, un aparell que permet respirar sota l'aigua sense estar connectat a la superfície, fent el busseig molt més accessible i popular.



(busseig recreatiu)

ON ES POT PRACTICAR AQUEST ESPORT?

Alguns dels destins més famosos de busseig a Espanya són: Les illes Medes (Girona), Cabo de Gata (Almeria), El Hierro (illes Canàries) Cabo de Palos (Múrcia) i les Columbretes (Castelló).



(Illes Medes)

MATERIAL

El material necessari per la immersió és: màscara, tub (snorkel), aletes, vestit de neoprè, armilla (BCD), regulador, cinturó de llast, bombones d'aire (nitrox) així com instruments de control com un ordinador de busseig.



(Material necessari per fer busseig)

RECORD GUINNESS

El rècord oficial és de 332,35 metres (1,090 peus) i va ser establert pel bus egipci Ahmed Gabr, amb 41 anys, el 18 de setembre de 2014 al Mar Roig, prop de Dahab, Egipte. Per l'ascensió i per evitar els problemes descompressió va fer servir 60 ampolles enganxades al cable de vida plenes amb una barreja d'oxigen, nitrogen, heli i hidrogen



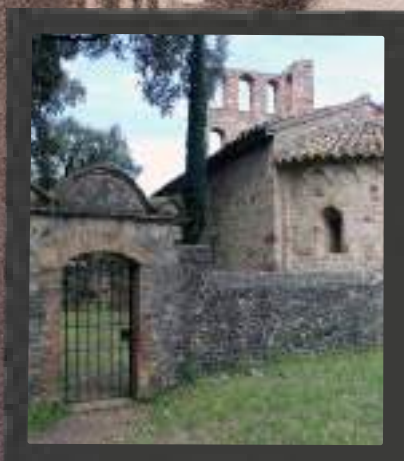
LES FESTES MAJORS

(i la festa major de Lliçà d'Amunt)

Què és una festa major?

Una festa major és la celebració d'un poble o municipi que es celebra una vegada a l'any, sobretot en honor als sants patrons. A Lliçà, per exemple, ho són Santa Justa i Santa Rufina.

Així doncs, hi ha construïda l'ermita de Santa Justa i Santa Rufina, en honor seu, al segle XI se n'inicià la construcció i no va ser fins al segle XVIII quan s'edificà la capella lateral del Roser.



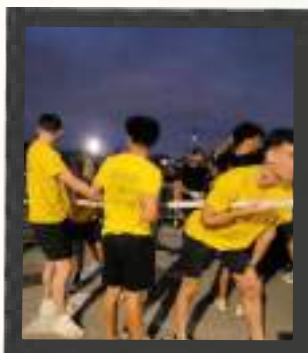
Què s'hi fa, a la festa major de Lliçà?

De l'11 al 14 de setembre, s'hi instal·la una fira amb moltes atraccions, al descampat al costat de l'institut. A més a més, a diversos punts del poble, hi ha activitats per a totes les edats i públic.

Les colles

Cada any, fem un parell d'activitats amb les diferents colles, que, bàsicament en són 5: cantimplora, bisky, skando, concors i sporting. Cada any es canvien algunes activitats, però, generalment, sempre n'hi ha tant d'esportives com de jocs diversos. L'objectiu és guanyar punts per quedar primeres.





Skando

Skando una colla que el representa el groc; porten 5 anys guanyant, però aquest any no n'han tingut l'oportunitat.



Bisky

Aquesta colla representa el taronja; és la dels més joves

Cantimplora

Aquest equip representa el vermell i és una de les colles més grans.



Sporting

Aquesta colla representa al negre, és la colla més petita de totes.



Concors

Aquesta colla representa el blau; aquest any ha obtingut la millor puntuació, amb 51 punts, per tant, ha resultat guanyadora, s'ho mereixen perquè han lluitat de valent!

LA JUGUESCA 2025

BISKY	CAN T'IMPLORA	CONCOS	SKANI
3	5	8	3
2	4	5	1
1	5	1	3
5	1	4	3
4	1	5	2
3	1	5	2
1	5	2	4
1	2	5	4
2	4	5	4
5	3	4	2
1	5	4	3
2	4	5	1
31	41	51	32
4	2	1	3
4	2	1	3

Els punts de la juguesca

En totes les activitats s'hi donen punts. Es tracta que cada equip aconseguixi punts en les diverses competicions. Segons com ho fan de bé, obtenen més o menys punts, d'aquesta manera, el guanyador serà qui obtingui més punts que cap altre.

GEGANTS

Els gegants són personatges destacats del poble, per aquest motiu, els fan sortir els dies importants, com la festa major, o en alguna festa i fan balls i espectacles al so de la música festiva.



Incendis a Espanya

L'estiu del 2025 ha estat un dels pitjors anys registrats a la Història d'Espanya pel que fa als incendis forestals, amb 400.000 hectàrees cremades en total, la majoria durant el mes d'agost.

On

Les zones més afectades van ser el nord-oest peninsular (Galícia i Castella i Lleó) i Extremadura. Les províncies d'Ourense, Zamora, Lleó i Càceres

- Galícia (Ourense): 68.000 hectàrees afectades
- Castella i Lleó (Zamora i Lleó): Zamora: més de 38.000 hectàrees León: més de 26.000 hectàrees.
- Extremadura (Càceres): Més de 15.000 hectàrees

Quan

La majoria dels incendis van ocórrer en el mes d'agost de 2025. Aproximadament el 90% es va cremar en aquest mes.

Les causes principals dels incendis

- **Causes naturals:**
 - Llamps
 - Les condicions climàtiques
- **Activitats humanes (més del 90%):**
 - Fogueres mal apagades
 - Cigaretes
 - Fallades elèctriques
 - Oblidar-se d'una paella al foc, oli cremant-se...

Morts en incendis per al període 2024-2025.

116 morts per incendis i explosions a Espanya. D'aquestes víctimes, 85 han mort a casa seva.

FESTA DE HALLOWEEN



FESTA DE HALLOWEEN

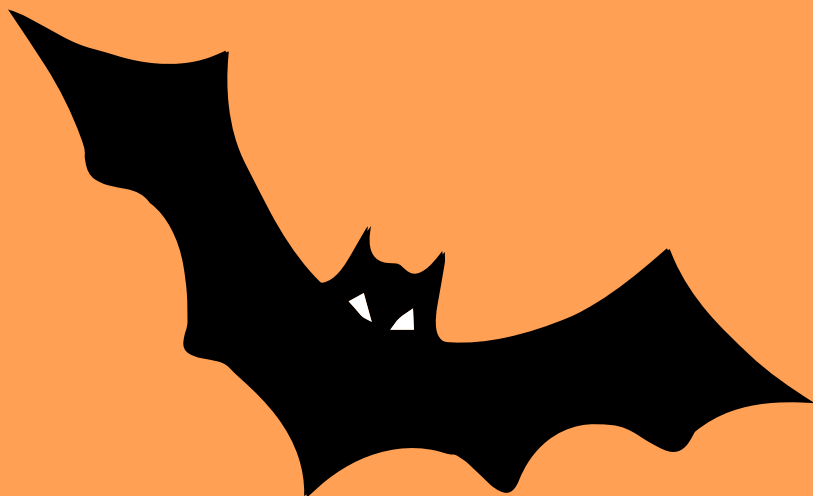
Origen

Aquesta tradició prové dels antics cèltics, coneguda com Samhain, on la gent encenia fogueres i usava disfresses per a protegir-se de fades i esperits malignes. Se celebrava la fi de la collita i marcava el principi dels mesos de foscor, on la barrera entre el món de vius i els morts era molt fina.

Tradicions

La principal tradició és disfressar-se de manera terrorífica i anar a picar a les cases per demanar caramels. Tot i que antigament els nens i nenes anaven porta a porta per demanar pastissos a canvi de resar pels difunts.





Símbols i elements associats a Halloween

Els elements típics d'aquesta festivitat són: les carabasses, els fantasmes, les bruixes i els ratpenats. Els colors més representatius són el taronja, el negre i el morat.

Halloween actualment

Halloween es celebra amb disfresses, decoracions de terror, festes i carbasses tallades. També es miren pel·lícules de por i es visiten cases embruixades, encara que a cada país s'adapta la celebració als seus propis costums.

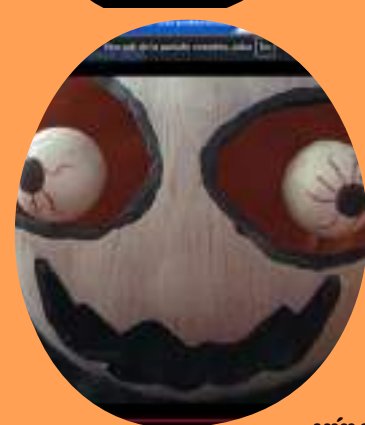


CONCURS DE CARBASSES

Un any més, l'institut de Lliçà d'Amunt ha realitzat el concurs de carbasses de Halloween.

L'institut va proporcionar una carbassa a tothom qui volia participar-hi i els i les concursants tenien fins al 29 d'octubre per entregar-les decorades. Les millors carbasses van ser premiades amb un val per gastar en material escolar o artístic en algun establiment del municipi.

A continuació, podem veure les carbasses guanyadores:



CONCURS DE DIBUIX

Aquest Halloween, l'Institut de Lliçà ha tornat a demostrar el gran talent artístic del seu alumnat amb una nova edició del Concurs de Dibuix de Terror. L'activitat, ja habitual al centre, ha omplert les aules i els passadissos d'imaginació fosca, monstres impossibles i escenes inquietants que reflecteixen la creativitat de tots els participants.



Les obres presentades han destacat per la seva varietat d'estils i per la capacitat de transmetre atmosferes pròpies del gènere de terror: des de composicions detallades i plenes de textura fins a dibuixos més simbòlics, que juguen amb la llum, les ombres i els contrastos. Cada peça ha aportat una mirada diferent a aquest univers misteriós que tant fascina per Halloween.



CONCURS DE DIBUIX

En aquestes pàgines es presenten les fotografies de les obres guanyadores, seleccionades pel jurat per la seva qualitat artística, originalitat i impacte visual. A través d'aquest recull, es pot veure la diversitat de propostes que han donat forma a una edició especialment inspirada.



Amb aquest article, des de la revista escolar volem posar en valor la feina i la dedicació de l'alumnat que hi ha participat i felicitar els autors i autores de les obres premiades, que teniu aquí exposades.

THE COLOURS OF INDIA

To begin with, everything was well-prepared, unlike other talks where there aren't any types of interactive games and everything feels non-ending.

The talk started with a warm and kind talk about her and from where she was from. Then Susan put on an presentation to continue. Eventually, part two came, and we had to play a quiz game of basic knowledge about India.



Great point for her because it was everything but boring, we learnt many customs, words and traditions in general. It was not a surprise everyone was having fun. Later on, she showed us a couple videos.



But the best thing after all, was when Susan gave us different mandalas to color with different colored powder. They all looked incredible! A big thanks for the experience.

