

**NÚMERO 1**

DESEMBRE  
2025

# SOMROURES

***Ens agrada  
treballar en  
grup?***

***Queixes i  
suggeriments***

***A Roma per Nadal...***  
***Alumnat  
sobre rodes!***

**FEMINISME  
AL NOSTRE  
INSTITUT**

Parlem de  
Coeducació

***El futbol femení  
a debat***

***Addictes a la pantalla?***

---

La revista de 3rA

# BON NADAL *i bon curs*

LES PORTES DEL CENTRE  
SÓN LA NOSTRA FELICITACIÓ





## EL PRIMER NÚMERO DE SOMROURES

En aquest primer número de la revista de 3rA, tractem temes que ens són molt propers i que formen part de la vida del nostre institut. Parlem del treball en grup, d'un grup d'alumnes apassionats pel món de les motos i el motor, coneguts com a "alumnat sobre rodes", i fins i tot una exalumna ens explica la seva afició per aquest món tan apassionant. També expliquem com es viu i es treballa la coeducació al nostre centre, una eina clau per avançar cap a la igualtat. A més, obrim el debat sobre el futbol femení, un tema que genera molt d'interès i que volem posar sobre la taula. I, per acabar, donem la benvinguda als professors i alumnes nous que s'han incorporat aquest curs. Tot plegat, amb la voluntat d'obrir una finestra al diàleg, a la reflexió i a noves perspectives.

Aquesta revista és una invitació a la participació: l'alumnat de 3r es converteix en periodista, i de tant en tant vindran a picar a la porta de la teva classe perquè volem saber què penses del món que ens envolta. Són temes que, tot i ser diferents i tractar qüestions properes o llunyanes, segur que ens interpel·len a totes i a tots.

En aquest número, parlem de feminisme i ho fem a cor obert, perquè el nostre cor batega amb força i volem que aquest batec sigui públic. Estem aquí per expressar-nos, per entendre que escrivint podem ser crítics, reflexius i enraonar millor.

Creiem que escoltar totes les veus és imprescindible per crear criteri, cultura i debat, i així construir els nostres valors col·lectivament. Les portes estan obertes a tothom que vulgui sumar-se. Comencem amb alegria i esperem que aquesta sigui compartida!

*Equip de redacció  
de Som-roures*



# Coeducació i igualtat a l'Institut Els Roures

Un reportatge de: Irune, Gorka, Khadija, Isabella



El feminisme és un moviment polític, social i cultural que busca la igualtat entre homes i dones, així com l'eliminació de la discriminació i la violència de gènere. Aquesta lluita ha estat una de les més importants al llarg de la història i continua sent-ho avui dia. També cal tenir en compte que la lluita per la igualtat de gènere està molt relacionada amb la lluita de classes, ja que totes dues busquen una societat més justa i equitativa.

La Naiada, que és orientadora del centre, i la Júlia, professora d'història, formen part de la Comissió de Coeducació de l'Institut Els Roures. Des d'aquest àmbit, treballen per promoure la igualtat, el respecte i la convivència dins i fora de les aules. La seva tasca és essencial per ajudar l'alumnat i el professorat a reflexionar sobre la importància de la coeducació i la igualtat d'oportunitats.

Aquí us deixem un recull de les respostes a les nostres qüestions:

- Naiada, què és la coeducació?

Per mi, la coeducació és la igualtat en tots els àmbits i moments.

- Quines coses fa el centre sobre coeducació?

Portem a terme diverses jornades i activitats diferents. També fem formació per al professorat i introduïm la coeducació en diverses matèries.

Una Comissió de Coeducació és un grup de treball dins d'un institut que s'encarrega de promoure la igualtat entre nois i noies i de prevenir qualsevol tipus de discriminació o violència de gènere



- Quina creus que és la importància de la coeducació?

És total. La igualtat és clau.

- Insistiu massa sobre aquest tema?

No, perquè és una cosa que forma part del nostre dia a dia. Intentem que sigui natural i estigui present en tot moment.

- Quin és l'objectiu de la coeducació?

Que el món sigui més just per a tothom i que ens puguem sentir segurs i lliures en tot moment.

- Quines accions educatives es porten a terme?

Des del professorat, es fan activitats escolars diverses i altres accions relacionades amb la igualtat.

- Has viscut alguna vegada algun cas de discriminació?

Sí, diverses vegades a causa de la meua feina, però com que són casos confidencials no puc comentar-los.

- Són molt freqüents les discriminacions al centre?

No, són puntuals. No passen sovint, però n'hi ha hagut algun cas.

- Quins són els principals obstacles per assolir una coeducació real?

La mentalitat antiga, que encara ens afecta.

- Quins beneficis aporta la coeducació al centre?

Tots. És boníssima per a tothom.

- Com es pot fomentar la igualtat en les activitats esportives al pati?

Ja ho estem fent, donant el mateix accés al material i als espais per a tothom, sense discriminacions ni normes injustes.

- Quins consells ens deixes per fomentar la igualtat?

Tingueu una ment oberta i respecteu les persones en tots els àmbits i moments.



Ara és el torn de la Júlia Triadó:

- Què és la coeducació Júlia?

És aquella vessant de l'educació que busca potenciar la igualtat d'oportunitats dins de la comunitat educativa i eradicar qualsevol tipus de discriminació o estereotip.

- Quines coses fa el centre?

Es treballa des de diferents àmbits, com tutoria i orientació, i també es fan accions concretes en dies assenyalats com el 8 de març (Dia de la Dona) o el 25 de novembre (Dia contra la violència masclista).

- Quina creus que és la importància de la coeducació?

En un món cada cop més divers, és molt important reflexionar sobre el respecte i la igualtat d'oportunitats per a tothom.

- Insistiu massa sobre aquest tema?

Proposar espais de reflexió i crítica no pot considerar-se mai quelcom negatiu.

- Quin és l'objectiu de la coeducació?

Assolir la igualtat d'oportunitats.

- Quines accions educatives es porten a terme?

Xerrades amb centres especialitzats en coeducació, formacions per al professorat, treball dels dies assenyalats i tutories dedicades al respecte.



- Has viscut alguna vegada algun cas de discriminació (o semblant)?

I tant!

-Són molt freqüents les discriminacions al centre?

Un centre educatiu no deixa de ser una petita porció de la societat, per tant s'hi donen situacions de tot tipus.

-Quins són els principals obstacles per assolir una coeducació real?

La negativa de les persones a plantejar-se preguntes que els poden fer dubtar sobre els seus propis valors.

-Quins beneficis aporta la coeducació al centre?

Pot portar a una comunitat educativa molt més empàtica i sensibilitzada amb les situacions diverses que viu la gent.

- Com es pot fomentar la igualtat en les activitats esportives a l'esbarjo?

Amb la formació i conscienciació de tota la comunitat educativa de que tothom té dret a utilitzar tots els espais disponibles.

-Quins beneficis té la coeducació?

Pot fer reflexionar a persones sobre els seus privilegis, i ajudar-ne d'altres tenir més oportunitats.

- Quins consells ens deixes sobre fomentar la igualtat?

Llegir, escoltar i reflexionar.

Troba tots aquests llibres a la Biblioteca del nostre centre!

A la nostra biblioteca t'espera una selecció de lectures que obren mirades, trenquen estereotips i et fan pensar. Llibres que parlen d'igualtat, diversitat, autoestima i respecte... i que, sobretot, connecten amb la realitat dels i les joves.

[Heartstopper](#) — Alice Oseman

Una saga tendra i impactant sobre amistat, amor i identitats LGTBQ+. Un còmic que enganxa!

[No som princeses, som guerreres](#) — Towanda Rebels, Sara Tomate

Contes plens de força i sororitat amb protagonistes que no esperen ser rescatades: lluiten, decideixen i fan història.

[Elisa és feminisme](#) — Michelle Quach

Una comèdia romàntica fresca i divertida que explica què passa quan el feminisme entra a l'institut... i a la vida real.

[Dones úniques](#) — Montse Barderi

Dones que han trencat barreres i han deixat empremta. Un llibre inspirador per descobrir referents ben propers.

[Feminisme il·lustrat](#) — María Murnau i Helen Sotillo

Humor, vinyetes i molta claredat per entendre, d'una vegada per totes, per què el feminisme és necessari.

[Dones de ciència](#) — Rachel Ignatofsky

50 històries fascinants de dones que van revolucionar el món de la ciència. Visual, potent i revelador.

[El diari lila de la Carlota](#) — Gemma Lienas

Una guia divertida i crítica per posar-te les "ulleres liles" i mirar el món amb perspectiva feminista.

[El futur és feminisme](#) — Sara Cano

Relats que ens impulsen a imaginar i construir un futur més just, obert i inclusiu per a tothom.

[La dona en el món](#) — Joni Seager

Un recorregut impactant —i ple de dades sorprenents— sobre la situació de les dones arreu del planeta.

[Estima el teu cos](#) — Jessica Sanders

Un llibre que t'ajuda a estimar-te tal com ets. Imperfecta? Perfecta així!





# Futbol femení a debat:

L'opinió real del nostre institut

Alan Franco, Aleix Rovira, Oliver Prado, Marc Fontseca, Sebas Sferco

## E

I futbol femení ja no és només un partit a la tele: és un tema que genera moltes converses i, sovint, polèmica. Però... què en pensem de veritat, els joves?

Per saber-ho, hem agafat la gravadora i hem sortit a preguntar directament als nois i noies del nostre institut. Com sempre, en aquesta revista trobaràs les seves opinions més sinceres sobre temes complexos com la diferència de sous, si el nivell de joc és comparable i si les noies tenen les mateixes oportunitats que els nois.

Prepara't per descobrir què es diu realment als passadissos d'Els Roures.

Les entrevistes mostren que el futbol femení continua generant opinions molt diverses entre els joves del nostre institut. Alguns entrevistats destaquen diferències de nivell, intensitat o competitivitat entre el futbol masculí i el femení, mentre que d'altres defensen que les jugadores tenen el mateix potencial i mereixen més reconeixement. També apareixen punts de vista contraposats sobre la bretxa salarial, les oportunitats per accedir a clubs, el tracte mediàtic i les actituds masculistes que encara es viuen en aquest esport. En conjunt, aquestes veus ens ofereixen una fotografia realista i variada de com el nostre alumnat percep el futbol femení avui en dia.

## Joan Nogueres:

Segons Joan Nogueras, el futbol femení "és un gran esport però no és tan competitiu com el masculí". Ell opina que el nivell general a la categoria femenina és més baix, assenyalant que "hi ha equips que tenen molt mal nivell".

Per al Joan, aquesta diferència de competitivitat és la que explica la notable bretxa salarial. De fet, considera que les noies no tenen les mateixes oportunitats que els nois precisament a causa d'aquesta diferència salarial, dient: "No, ja que no hi ha el mateix salari entre el masculí i el femení".

Encara que admet que les noies tenen més dificultats "a l'hora de buscar club", creu que els mitjans de comunicació ja donen la "importància que es mereix" al futbol femení. Ell personalment "no" consumeix aquestes competicions i, finalment, conclou que el futbol femení "no s'ha de consolidar", suggerint que el seu estat actual en comparació amb el masculí és l'adequat.



**"El futbol femení no és tan competitiu com el masculí i, per això, els salaris no poden ser els mateixos."**

## Kilian Martínez:

Per al Kilian Martínez, el futbol femení és “una mica avorrit” perquè considera que “no hi ha la mateixa intensitat que al masculí” i que té “menys nivell”. Afirmar que no el consumeix perquè, segons ell, “a les dones els donen un cop al cap amb una pilota i ploren”, mentre que “els homes tenen més coratge i força”.

En relació amb la bretxa salarial, Martínez opina que “no existeix” i sosté que les dones “no mereixen els mateixos salaris” perquè “els homes tenen més disciplina”.

Sobre les oportunitats, creu que les noies no tenen les mateixes que els nois, però argumenta que és perquè “tenen més oportunitats” de les que es mereixen, precisament “al tenir un nivell inferior”. Per això, considera que tampoc tenen més dificultats per trobar club. A més, Kilian Martínez creu que els mitjans de comunicació “li donen més importància al futbol femení de la que es mereix”.

Assegura que “mai” ha presenciat actituds masculines i defensa que la seva postura no és masculina, sinó que “únicament dic la meva opinió”.



**“No tenen el mateix nivell ni la mateixa intensitat: per això no haurien de cobrar igual.”**

## Beth Collazo:



**“La diferència salarial és injusta i el nivell del futbol femení no és inferior.”**

Segons la Beth Collazo, el futbol femení és un esport que “està bé”. A diferència d'algunes crítiques, ella no creu que el nivell general a la categoria femenina sigui inferior al masculí.

Es mostra crítica amb la bretxa salarial, assegurant que la diferència de salari entre el futbol masculí i el femení és injusta. Malgrat això, considera que les noies sí que tenen les mateixes oportunitats que els nois per desenvolupar-se en aquest esport i que no tenen més dificultats a l'hora de buscar club.

Beth sí que consumeix lligues i competicions de futbol femení habitualment i creu que els mitjans de comunicació sí que donen al futbol femení la importància que es mereix. Quant a la consolidació, diu que no ho sap. Finalment, reconeix que sí que ha presenciat actituds de menyspreu o masculines cap a les noies que hi juguen.

## Mayte Sferco:

Per la Mayte Sferco, el futbol femení és “un esport més” i considera que “no té menys nivell” que el masculí. Ella sí que consumeix lligues femenines habitualment.

Sobre la bretxa salarial, té una doble opinió: creu que “és just que no cobrin el mateix, perquè no generen el mateix”, però també pensa que les jugadores “es mereixen més del que reben”.

**“No generen el mateix, però les jugadores mereixen cobrar més del que cobren.”**

Sobre les oportunitats, la Mayte creu que no són les mateixes i opina que les noies “tenen un millor futur al futbol femení que els nois”. Suposa que els nois tenen més dificultats per trobar club “donat que hi ha més nois que juguen”.

Finalment, considera que els mitjans de comunicació “no” donen al futbol femení la importància que es mereix i afirma que “sí, diàriament presencio actituds masculines” cap a les dones que hi juguen.

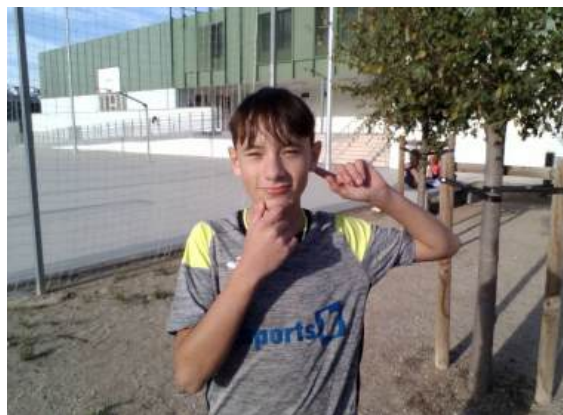
## Àngel Garcia:

Segons Àngel Garcia, en el futbol femení les jugadores "haurien de cobrar molt menys" perquè, segons ell, "no tenen el nivell necessari". A més, considera que "les dones tenen molt menys nivell" que els homes, perquè "no tenen el mateix físic".

Sobre la bretxa salarial, l'Àngel opina que "està bé" perquè "no generen el mateix que els homes". També creu que les noies "no tenen les mateixes oportunitats que els nois, ni les haurien de tenir".

L'Àngel reconeix que no consumeix futbol femení i que tampoc té interès a fer-ho, perquè el considera "molt avorrit". Segons ell, els mitjans de comunicació "ja li donen la importància que mereix", és a dir, poca.

Tot i així, afirma que sí que ha presenciat actituds de menyspreu o masclistes cap a les jugadores i diu que les noies tenen més dificultats a l'hora de trobar un club. Finalment, creu que el futbol femení només es consolidaria "si hi juguessin persones trans".



**«Els mitjans ja donen al futbol femení la importància que mereix, és a dir, poca»**

## Jesús Ruescas:



### Jesús Ruescas:

Segons Jesús Ruescas, el futbol femení "està infravalorat". Tot i això, ell creu que "té molt menys nivell" que el masculí.

Pel que fa a la bretxa salarial, en Jesús opina que "està bé el que cobren", justificant-ho perquè "el futbol femení no es veu igual que el masculí". De fet, considera que les noies "tenen més oportunitats que els nois, ja que el nivell és menor".

Malgrat la seva percepció del nivell, ell sí que consumeix futbol femení habitualment i afirma que "m'agrada molt". Considera que els mitjans de comunicació li donen la importància que es mereix i també confirma que "sí" ha presenciat actituds de menyspreu o masclistes cap a les jugadores.

**“Consumeixo futbol femení habitualment i m'agrada molt”**

## Les dades de la bretxa salarial

La diferència de salaris al futbol professional és **enorme**, i l'explicació oficial és la diferent generació d'ingressos i els drets de televisió.

- Un jugador professional de la màxima lliga masculina guanya com a mínim 190.000€ l'any.

-17.000 euros: és la mitjana salarial a tota la lliga femenina, incloent jugadores de totes les categories, és significativament més baixa que el mínim de la primera divisió.

- Això vol dir que els homes poden arribar a guanyar més d'onze vegades el que guanyen les dones, i la diferència en els clubs més grans i amb les estrelles **és encara més gran**.



# Companys i companyes de grup: fem bons equips de treball?

## Reportatge

Daniela Castells, Maria Méndez, Yuri Ahrens

Tenim bons companys i companyes a l'hora de treballar en grup als instituts?

Al llarg de la nostra vida sempre hem hagut de treballar amb altres persones, ja sigui per voluntat o per obligació. A vegades l'experiència és positiva, i altres no tant. Però, què influeix realment en el treball en grup? I es treballa igual a tot arreu?

## Orígens del treball cooperatiu

El treball cooperatiu va aparèixer el 1844, a Rochdale, una ciutat d'Anglaterra. Un grup d'artesans que treballaven en fàbriques de cotó va decidir ajuntar els pocs recursos que tenien per poder comprar productes bàsics més barats per a ells i les seves famílies. Amb això va iniciar-se el cooperativisme, demostrant que units s'aconsegueix més.

## Des de quan es practica?

El treball en grup es va començar a fer servir més o menys al segle XX, sobretot en escoles i llocs de treball. S'utilitza perquè permet aprofitar les habilitats de tots, ajudar-se mútuament, aconseguir coses que una sola persona no podria i reduir el temps de l'activitat.

## Com ha evolucionat?

Al principi, el treball cooperatiu només consistia a compartir recursos o coneixements bàsics entre un grup reduït de persones. Amb el pas del temps, es va començar a fer servir a escoles, empreses, etc., per motius acadèmics. Avui dia, els grups treballen utilitzant diferents tècniques com la pluja d'idees, esquemes, resums o la IA. A més, les eines digitals ens faciliten molt més el treball.

## L'hem d'eliminar?

No, el treball cooperatiu no s'hauria d'eliminar. Encara que de vegades hi pot haver problemes com desacords o membres que no col·laborin tant, treballar en equip porta molts beneficis. Ajuda a millorar la comunicació, augmenta el respecte i la responsabilitat entre tots. Ens permet ser més creatius i assolir objectius que sols no podríem assolir.





## Eines per treballar millor

- Plataformes digitals: Presentacions de Google, Canva, Slidesgo...
- Pluja d'idees.
- Documents i presentacions compartides.
- Comunicació constant i comentaris per millorar.
- Participar tots activament.
- Aportar diferents idees.

## Objectius

Els objectius principals són: crear noves relacions entre companys, aprendre a treballar junts, respectar i entendre les opinions dels altres, ajudar que tots els alumnes millorin el seu rendiment acadèmic, pensar més, aprendre a relacionar-se amb tothom i valorar el resultat després de l'esforç dedicat.

## Pros i contres

El treball en grup, com tot, té avantatges i desavantatges. Però, en general, té més punts a favor perquè es va crear per facilitar les tasques i assolir reptes junts.

Els avantatges són:

- Diversitat d'idees i punts de vista diferents.
- Repartiment de tasques, que permet avançar més ràpid.
- Aprenentatge mutu i motivació, perquè els membres es recolzen i aprenen entre ells.

Els desavantatges poden ser:

- Falta d'organització.
- Que alguns companys facin més feina que altres.
- Discussions per diferències d'opinió o dificultat per posar-se d'acord.

En conclusió, el treball en grup funciona molt bé si hi ha bona comunicació, respecte i ganes de col·laborar. Quan tothom participa i ajuda, el resultat és millor i més satisfactori per a tots.

## Hi ha equilibri?

Els treballs en grup no acostumen a ser equilibrats, la veritat. Sovint el professorat barreja alumnes molt treballadors amb altres que no ho són tant. Normalment hi ha persones que fan més feina que altres.

Perquè siguin equilibrats, cal repartir bé les tasques, parlar entre tots i escoltar les idees de tothom. Així el grup funciona millor i tothom col·labora quan toca.



## Laura, 3r ESO

### Quan el treball en grup no és tan cooperatiu com sembla

La Laura prefereix treballar sola, tot i saber que el treball en grup pot aportar idees noves. Sovint creu que els equips estan molt desequilibrats i que acaba fent tota la feina ella. Ha viscut situacions en què alguns companys descansaven o marxaven a jugar mentre ella acabava el treball.

Creu que la solució seria formar grups amb persones amb les mateixes ganes de treballar. Si algú no col·labora, primer intenta parlar-hi, però si no canvia, prefereix no preocupar-se més. Tot i les dificultats, sap que el treball en grup li servirà per al futur, però només si tothom treballa per igual.



## Oliver, 2n ESO

### En equip tot és més fàcil

L'Oliver gaudeix treballant en grup. Creu que és una bona manera de repartir la feina i compartir idees per aprendre dels altres. Per ell, el treball cooperatiu és més dinàmic i ajuda a avançar més ràpidament.

Reconeix que hi ha moments difícils, sobretot quan algú no fa la seva part. En aquests casos, pensa que el millor és avisar el professor perquè tothom faci la seva feina. Creu que un grup equilibrat s'aconsegueix amb dedicació i ajuda de tots. Confia que el treball cooperatiu li serà útil en el futur perquè ensenya a conviure amb altres persones. Si pogués millorar alguna cosa, seria que els grups fossin més compensats perquè tothom aportï igual.



## Indira, 4t ESO

### Depèn del grup, diferents resultats

Per a la Indira, tot depèn de qui hi hagi al grup. Quan treballa amb companys responsables, li agrada perquè pot aprendre més. Però quan li toca amb gent que no s'implica, acaba fent-ho tot i ho troba injust.

Creu que el treball cooperatiu ajuda a entendre diferents punts de vista. Quan algú no participa, prefereix no discutir i deixar que la nota reflecteixi l'esforç de cadascú.

Segons ella, per tenir un grup equilibrat s'hauria de combinar persones responsables i posar algú que organitzi i reparteixi les tasques. Pensa que el treball cooperatiu és molt útil per al futur.



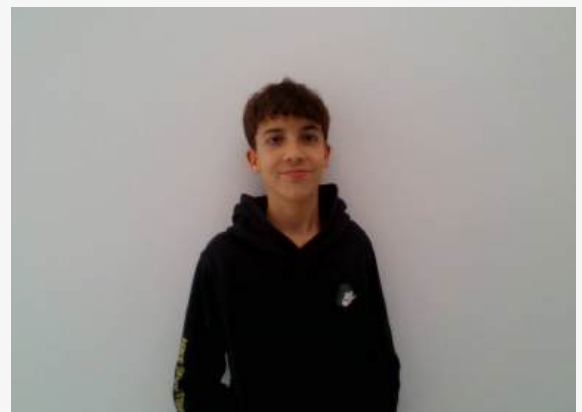
## Manu, 1r ESO

### Quan el grup no ajuda gaire

El Manu prefereix treballar sol. Tot i que li agrada compartir idees i aprendre dels altres, sovint li toca fer tota la feina perquè els companys no ajuden. Això li genera frustració perquè voldria que tothom participés igual.

Quan algú no treballa, intenta parlar-hi, però moltes vegades no ho aconsegueix. Creu que un grup equilibrat s'aconsegueix escoltant tothom i ajudant-se una mica mútuament.

Pensa que treballar en grup és una bona manera d'aprendre a col·laborar i que li servirà per al futur. Si pogués canviar alguna cosa, deixaria que els alumnes triessin els seus propis grups per estar més còmodes.





queixesroures@gmail.com

# QUEIXA'T! SENSE DRAMA

Una secció creada per Lucas Ocampo i Sofija Muraska

**Queixes i  
suggeriments**

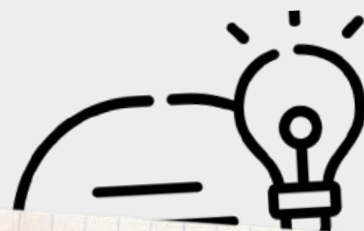


## PRESENTACIÓ DE LA SECCIÓ

- A l'institut passen moltes coses cada dia... i no sempre tot és perfecte. De vegades hi ha situacions que ens molesten, ens semblen injustes o ens agradaria que fossin diferents, però no sabem ben bé a qui explicar-ho. Per això, des de 3r d'ESO, hem creat aquesta nova secció de la revista: **QUEIXA'T! SENSE DRAMES I AMB RESPECTE.**
- L'objectiu és molt senzill: donar veu a l'alumnat perquè pugui expressar allò que no funciona, allò que es podria millorar o simplement allò que ens preocupa. No cal discutir ni enfadar-se: només cal escriure la queixa amb educació, claredat i ganes de millorar l'institut.

T'ha passat mai que alguna cosa et sembla injusta i no saps a qui dir-ho? Doncs per això tenim el sistema de queixes. És una manera molt organitzada d'explicar el que no t'agrada o el que no funciona bé, sense haver de discutir amb ningú.

Les persones responsables la revisaran i la publicarem a la revista. D'aquesta manera, la nostra opinió queda registrada i compta de veritat.



## NORMES

- Cal mantenir sempre el respecte cap a qualsevol company o professor, evitar enviar queixes absurdes o impossibles de solucionar i no abusar del sistema amb missatges innecessaris. Tampoc no s'ha d'utilitzar per fer bromes.

El sistema de queixes existeix perquè els alumnes puguem expressar problemes o dubtes sobre el funcionament de l'institut, per això és important fer-ne un ús responsable i respectuós.

**Gràcies per participar i ajudar a millorar el centre!**

# ALUMNAT SOBRE RODES

## Tothom pot arribar a conduir professionalment?

El motociclisme cada cop desperta més interès entre els joves. En aquesta ocasió, us presentem dos nois i una noia del nostre institut que, tot i la seva edat, tenen una gran experiència en el món de les motos. Ens expliquen com viuen aquesta passió i ens demostren que, si vols córrer, només calen ganes.

Un reportatge de: Yuri Ahrens, Erik Gómez



### Sete Juan Guell, 2n d'ESO: La importància de les ganes

En Sete va descobrir el motociclisme molt aviat, quan només tenia tres anys, gràcies al seu pare que el va animar a provar-ho. Al llarg dels anys, ha participat en diferents competicions, sobretot en circuits com el de Dosrius, on sempre utilitza motos de cross.

Abans de cada cursa, en Sete es pren un moment per relaxar-se, concentrar-se i resar. Creu que la preparació mental és clau per competir bé. Tot i això, ha tingut accidents, com quan es va clavar una branca, que li va recordar que, per molt que et preparis, sempre has d'anar amb compte. La seva família i amics l'insisteixen en això.

En Sete ho té clar: vol seguir progressant, arribar a ser un pilot important i guanyar moltes competicions.

### Georgina, exalumna: Amb complicacions o sense, sempre es pot



### Kevin Macias, 3r d'ESO: Entre motos i mecànica

En Kevin ha crescut envoltat de motos, influenciat pel seu pare i per la seva pròpia curiositat pel món del motor. Va començar amb aquesta afició als cinc anys. Encara no ha debutat en competició, però ja s'està preparant per fer-ho aviat. Practica amb motos d'enduro, pensades per a circuits i terrenys més exigents. Una de les experiències més dures va ser quan va caure i la seva cama va quedar atrapada a la roda, però, tot i això, va continuar.

A més, en Kevin té una gran passió per la mecànica: li encanta reparar i mantenir motos, i ja n'ha tingut sis diferents. El seu objectiu principal és guanyar campionats i millorar com a pilot i mecànic.



## **Georgina, exalumna de l'Institut: Amb complicacions o sense, sempre es pot**

La Georgina va començar a competir des de molt petita, motivada per la voluntat de superar-se i pel gust de compartir experiències amb companys. Per ella, el motociclisme requereix força física, però sobretot concentració i calma per prendre bones decisions. Quan va arribar a Batxillerat, va decidir deixar de competir per dedicar més temps als estudis. Va ser una decisió difícil però necessària. Tot i això, no ha abandonat la seva afició: encara agafa la moto sempre que pot, ja que forma part important de la seva vida.

Com aquests joves, n'hi ha molts més que ens mostren que el motociclisme pot formar part de la vida de qualsevol de nosaltres, ja sigui competint o simplement per diversió. Tots tres demostren que amb ganes i responsabilitat es pot complir el somni de conduir.

**Des de la revista Som Roures, us animem a seguir els vostres somnis, com aquests tres joves.**

# VIATJAR A ROMA

**Una proposta d'en Yago Calderón**

No saps on anar per Nadal? Doncs pots anar a Roma!

A Roma hi ha molts llocs que pots visitar. Pots anar a veure la plaça Navona, la plaça de Sant Pere i la basílica de Sant Pere; el Fòrum Romà i el mont Palatí; visitar el Museu del Vaticà i la capella Sixtina; la Fontana di Trevi, el Panteó d'Agripa i, per últim però no menys important, el Coliseu de Roma.

Pots fer una ruta pels llocs de Roma que més t'agradin. Aquests són alguns llocs importants que pots visitar a Roma, però també hi ha bons hotels on et recomano allotjar-te. Poden ser The St. Regis Rome o, si no, el Rocco Forte Hotel de Russie. Aquests hotels són famosos i una mica cars, però ara et deixo unes opcions molt xules i més econòmiques, com l'Hotel d'Inghilterra Roma o el Palazzo Manfredi.

Ara que ja has mirat hotels... toca menjar, no? Et recomano anar al Carpaccio Beef Restaurant i, si et ve de gust menjar pasta, pots anar al Come 'na Vo' Arta – Pasta e Vino – Santa Dorotea.

Després de menjar toca baixar el menjar, oi? Doncs pots visitar aquests llocs. Pots fer una ruta pels indrets més bonics de Roma, com la ruta de Sant Pere, en la qual pots visitar la Basílica de Sant Pere i després caminar per la Via della Conciliazione, que et portarà fins al castell de Sant'Angelo.

També pots fer un tour nocturn gratuït per Roma amb Civitatis, o un altre tour gratuït dels misteris i llegendes de Roma, també amb Civitatis. I si vols tornar al Vaticà, pots fer-ne un altre pels voltants de Roma.



# ADDICCIÓ A LES PANTALLES

Hugo Roca, Ainhoa Moreno, Nerea Hernández, Abril Conesa

## QUIN ÉS L'ESTAT DE LA QÜESTIÓ ALS ROURES?

Les pantalles ocupen cada vegada més espai a les nostres vides i, tot i que són útils per treballar, estudiar o comunicar-nos, el seu ús excessiu pot derivar en una addicció. Aquesta dependència sol augmentar i pot afectar en a concentració, el son i les relacions personals. Per evitar-ho, és important establir límits, estar moments sense pantalles i fomentar un ús més equilibrat de la tecnologia perquè continuï sent una eina positiva i no una addicció.



L'Aleix explica que per culpa de la tecnologia ha tingut conseqüències directes en els seus estudis, fins al punt que ha repetit 4t d'ESO per passar massa temps amb el mòbil. Tot i això, comenta que a classe ja no utilitzen ni telèfons ni portàtils, i per això ell no nota problemes de concentració dins l'aula.

També valora positivament que el centre tingui normes clares: cada matí deixen els mòbils en una caixa. L'Aitor creu que les pantalles poden ser molt útils a l'aula perquè els professors poden ensenyar amb vídeos i presentacions. També veu inconvenients: alguns alumnes podrien aprofitar els ordinadors per jugar, perdre el temps o fins i tot insultar o publicar coses inadequades. Explica que a l'institut ja hi ha moltes aplicacions bloquejades, com Spotify o YouTube, per evitar aquestes situacions. Segons ell, és important mantenir aquests límits perquè tothom faci un bon ús de la tecnologia.

ALEIX E. I AITOR Z., 4T



Per tenir la certesa que cal actuar, trobem alguns indicadors típics que podem tenir en compte:

1. Baixada del rendiment escolar
2. Trastorns del son o somnolència (això ens indicarà que es passa la nit amb el mòbil)
3. Signes d'estrès i alteració si li retirem el mòbil
4. Manca de relacions fora del mòbil
5. Pèrdua d'interès per altres activitats
6. Signes d'ansietat, tristesa i depressió

Un altre trastorn del qual sovint som poc conscients és l'anomenat **FOMO** per les seves sigles en anglès ("Fear Of Missing Out"). **És la por de pensar que està passant alguna cosa i nosaltres no n'estem assabentats o no hi som.**



En Pau creu que la tecnologia afecta molt en el comportament dels alumnes, sobretot dins de l'aula. Ens explica que molts companys es distreuen, no fan les feines i passen massa estona davant les pantalles. Ell creu que utilitzar tant el mòbil fa que sigui difícil adonar-se del temps que ha passat.

Al nostre l'institut ens fan deixar els telèfons a unes caixes per evitar distraccions i per fer que no s'utilitzi dins de l'aula. Per altra banda veu coses positives, com per exemple poder fer treballs amb l'ordinador o preparar presentacions, també diu que el mòbil ens pot fer perdre moltes hores, que podrien dedicar-se a altres activitats. Creu que caldria més normes, perquè alguns alumnes continuen fent servir el mòbil d'amaga.

L'Hugo pensa que la tecnologia ha fet que els alumnes parlin menys entre ells, tant dins com fora de l'aula. Creu que avui dia és molt més difícil concentrar-se perquè sempre hi ha pantalles a prop que distreuen.

Indica que li sembla bé que l'institut controlï l'ús del mòbil amb el sistema de caixes i sancions, ja que sense aquestes normes "seria un caos". Reconeix els riscos que, si es pogués fer servir lliurement el mòbil, els alumnes se'n passarien i no en farien un bon ús. Per això considera que posar límits és totalment necessari.



PAU VILA, 2N B

HUGO CÁMARA, 4T B



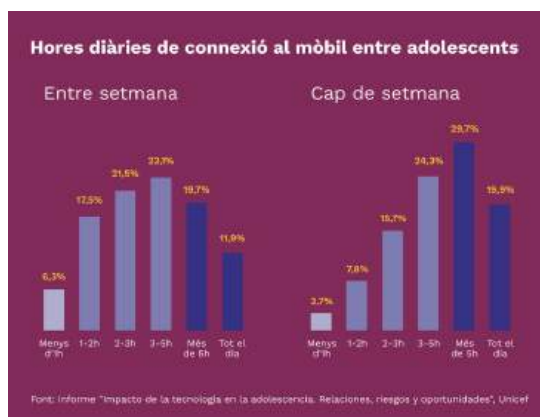
“La tecnologia ens ajuda, però a vegades també ens distreu.”

En Vicenç recorda els primers anys en què les pantalles van començar a entrar a les aules i com això va transformar la manera d'ensenyar. Pensa que tenen aspectes positius, com permetre noves formes d'aprenentatge o de treball en equip, però també veu clar que han portat moltes distraccions. Creu que han afectat el nivell d'aprenentatge i que sovint fan desconnectar els alumnes.

Considera que són eines necessàries, sobretot en àrees com tecnologia i robòtica. De cara al futur, s'imagina un ús més responsable i limitat a tasques concretes.



## LES DADES:



## CONSELLS:



## FAMÍLIA I PANTALLES

Eduquem i acompanyem la infància i l'adolescència digital

12-...

L'adolescència és una etapa de canvis biològics, psicològics i socials. Els adolescents necessiten relacionar-se amb el seu grup d'iguals, sentir-se connectats, també a les xarxes socials.



- Assetjament
- Fraus
- Grooming
- Sèxting



- Amistat i relacions
- Aficions
- Informació

A les **xarxes** hi ha **oportunitats** i **riscos**. Ajudem-los a aprendre a identificar-los i a gestionar-los.

### COM PROMOUR-EN UN ÚS SALUDABLE?

El mòbil és la pantalla més utilitzada pels joves:

- Pacteu normes d'ús.
- És important que assumeixin la responsabilitat de tenir-ne cura, i les conseqüències en cas que es perdi o es trenqui.

Afavoriu un ambient de confiança i una bona comunicació familiar.

Mostreu interès a conèixer el seu món digital.

- Compartiu les vostres experiències a les xarxes i parleu del consum que en feu.
- Interesseu-vos per saber què consumeixen a internet.
- Ajudeu-los a qüestionar-se el contingut al qual accedeixen.
- Sigueu respectuosos amb els seus gustos i preferències.

Estigueu atents als senyals d'alerta per detectar un ús problemàtic.

Gaudiu de moments familiars lliures de pantalles (àpats, activitats a l'aire lliure, abans d'anar a dormir, etc.).

### Sobre la pornografia...

...parleu-ne amb naturalitat i ofereiu-los informació adequada a la seva edat.



### Sobre els jocs d'atzar...

...és important que els expliqui els mecanismes del joc perquè n'identifiquin els possibles riscos.



# Agenda cultural

*Si vols veure obres de teatre o espectacles increïbles, fes un cop d'ull a la nostra agenda! Aquí tens algunes de les millors propostes de Barcelona per gaudir durant tot l'hivern.*

## **La Trena**

*Sinopsi: És la història de tres dones nascudes en continents diferents, però que comparteixen el mateix desig: la llibertat.*

*La Smita, una dona dàlit de l'Índia, lluita per donar un futur millor a la seva filla. La Giulia, una jove siciliana, intenta salvar el negoci familiar de la fallida. La Sarah, una advocada del Quebec, veu com la seva carrera es veu amenaçada per un càncer de mama. Històries tan resistents com una trena.*

*Preu: de 19 € a 15 € (descompte actual)*

*Dates: del 5 de novembre al 14 de desembre*

## **El Mag Pop: Res és impossible**

*Sinopsi: Torna Antonio Díaz, El Mago Pop, després de la seva gran aventura internacional. L'illusionista més taquiller del món presenta un espectacle ple d'efectes sorprenents, il·lusions noves i una posada en escena espectacular.*

*Després de triomfar a Broadway, arriba amb un xou ple d'emoció, ritme i diversió per deixar-te bocabadat.*

*Preu: 37,96 €*

*Dates: del 29 d'octubre al 29 de març*

## **Ja és Nadal**

*Sinopsi: La Joana i el Nil es desperten i s'adonen que... ja és Nadal! Però no tenen res preparat: ni el Tió, ni el dinar, ni les nades! Per això necessiten l'ajuda de tots els nens i nenes per arribar a temps. Un espectacle familiar, divertit i molt nadalenc.*

*Preu: 9,50 €*

*Dates: del 29 de novembre al 3 de gener*

## **La nit de Nadal** de Joan Lamote de Grignon

*Sinopsi: Sota la direcció de Salvador Brotons, l'Orquestra Simfònica del Vallès, l'Orfeó Gracienc i el Cor Infantil de l'Orfeó Català interpreten aquesta obra emblemàtica del repertori simfònic-coral català, plena d'esperit festiu i emoció.*

*Preu: 25 €*

*Dates: 21 de desembre*

*Ara que ja coneixes uns quants espectacles, només falta que triïs quin vols veure per gaudir del Nadal!*

# El Treball de Recerca: què és i com es fa



## UNA TASCA D'INVESTIGACIÓ

Des del 2006, l'alumnat desenvolupa la competència de fer recerca a les diferents matèries. Aquesta competència implica saber cercar informació, analitzar-la i explicar-la correctament. El producte final d'aquest aprenentatge és el Treball de Recerca (TdR)

El Treball de Recerca és un projecte en què l'alumnat investiga un tema del seu interès amb l'ajuda d'un tutor o tutora. Al llarg del procés, cal seguir un mètode de treball ordenat i lògic per respondre una pregunta inicial o comprovar una hipòtesi. La hipòtesi pot estar relacionada amb una o diverses matèries.

La realització i presentació del Treball de Recerca suposa un 10% de la nota final de l'Institut.

## PLANIFICACIÓ

Per planificar correctament el treball, és útil elaborar un full de planificació en què s'indiqui:

- Les activitats que cal fer (cerca i processament de la informació, síntesi, avaluació i redacció de l'informe) i l'ordre en què es faran.
- La programació de visites, entrevistes, enquestes o altres actuacions necessàries.
- El temps aproximat que durarà cada activitat.
- El material i aparells necessaris, així com els permisos per utilitzar determinades instal·lacions (laboratori, aula d'informàtica, biblioteca...).

## ETAPES

Un Treball de Recerca sol seguir aquestes etapes:

- Elecció del tema i de la pregunta  
Decidir quin tema interessa estudiar i quina pregunta es vol respondre.
- Plantejament d'hipòtesis o objectius  
Imaginar possibles respostes a la pregunta o establir els objectius que es volen aconseguir.
- Planificació de la recerca  
Organitzar com i quan es farà cada fase del treball.
- Cerca d'informació  
Buscar informació en llibres, articles, webs, vídeos, entrevistes, etc.
- Processament de la informació  
Llegir, seleccionar, comparar i comprendre la informació obtinguda.

## OBJECTIUS

- Investigar un tema d'interès personal de manera constant, profunda i abastable en un temps determinat.
- Posar en pràctica els coneixements de metodologia de recerca apresos en les diferents matèries.
- Aplicar el mètode de recerca adequat als objectius i seleccionar fonts fiables.
- Treballar de manera autònoma, mostrant iniciativa, creativitat, esperit crític i consciència ètica.
- Comunicar les idees per escrit i oralment amb coherència, cohesió i correcció lingüística, seguint els criteris formals de presentació.

## TIPUS DE CERCA

- La informació per a un TdR es pot obtenir de maneres diferents segons el tipus d'estudi:
  - Observació sociocultural: per entendre què passa en situacions socials; s'utilitzen entrevistes, qüestionaris o enquestes.
  - Observació artística o arquitectònica: per analitzar obres, dissenys o instal·lacions; és útil disposar d'un esquema d'observació.
  - Cerca bibliogràfica i documental: en llibres, revistes, diaris o arxius (en paper o digital).
  - Consulta de fonts històriques: documents, imatges o testimonis del passat.
  - Cerca a Internet: mitjançant cercadors i recursos digitals.
  - Cerca experimental: realització d'experiments determinats, escollint variables i utilitzant fonts fiables i variades.

# El Treball de Recerca: parlen els nostres companys i companyes



.Per entendre millor com afronten el Treball de Recerca, hem parlat amb tres alumnes de 4t d'ESO que investiguen temes molt diferents però igualment interessants.

**Ibeth (4t B)** ha centrat el seu treball en la influència de les pantalles en els joves. El seu objectiu és conscienciar sobre les conseqüències de l'ús excessiu dels dispositius electrònics i entendre millor com afecten el dia a dia de les persones. Per organitzar la informació, busca fonts fiables, les llegeix diverses vegades i en selecciona les idees principals. Un dels principals reptes serà fer entrevistes i proves, ja que no tothom està disposat a passar temps sense pantalles, però intentarà adaptar-se a cada participant.

**Indira (4t B)** ha escollit un tema relacionat amb el seu futur professional: la cirurgia cardíaca. El seu treball vol explicar en què consisteix aquest tipus de cirurgia i aprofundir en l'aprenentatge mitjançant una dissecció de porc. Parteix de preguntes teòriques que després desenvolupa amb detall. La dificultat principal serà trobar informació específica sobre disseccions, però compta amb l'ajuda i l'orientació de la professora Anna.

Finalment, **Aleix (4t A)** dedica el seu Treball de Recerca al muay thai, un esport que ja havia investigat l'any anterior. Ara vol ampliar el treball i, si és possible, fer un reportatge a una persona rellevant del món d'aquest esport. Per entendre millor la informació, utilitza esquemes i resums. El seu repte més gran serà l'organització del temps, ja que el projecte requereix constància i una bona planificació.

Aquests tres exemples mostren com el Treball de Recerca permet a l'alumnat investigar temes que els interessin, desenvolupar autonomia i posar en pràctica habilitats de recerca essencials.



Els Roures



PRIMER trimestre



en imatges



**Ei, alumne dels Roures!**

**Cantes a la dutxa com una estrella?**

**Dibuixes fins i tot a la contraportada de la llibreta?**

**T'encanta l'esport, escrius històries o tens una mania per  
les plantes o els cavalls?**

**Ets la nostra persona! Et volem conèixer!**

**A la revista de 3r d'ESO, estem buscant  
els talents ocults del nostre institut.**

**Sigui el que sigui el que t'apassiona,  
aquest és el teu moment de brillar!**

**Fes que tothom sàpiga el que et fa única o únic!**





**SOM IDEES QUE CREIXEN,  
PARAULES AMB ARRELS  
I VEUS QUE VOLEN DIR COSES.  
AQUESTA REVISTA ÉS EL QUE SOM:  
PENSAMENT, CREATIVITAT I COMUNITAT.**