

ARABAU

UN INSTITUT EN MOVIMENT

L'Institut de Maçanet bull d'activitat

Foto: Rubén García



INSTITUT
MAÇANET
de la Selva

Publicació núm. 1_2025

XARABAU

És un plaer i una gran satisfacció, com a directora de l'Institut de Maçanet de la Selva, presentar el primer número de la revista Xarabau, una producció feta amb entusiasme, esforç i dedicació per part d'alumnat i docents.

Xarabau no és un nom triat a l'atzar. És la denominació d'un dels turons que envolten el nostre poble, el turó de Can Xarabau. És per nosaltres un símbol d'arrelament al territori i del compromís del nostre centre amb l'entorn i la voluntat de fer créixer iniciatives que ens connecten, que ens identifiquen.

Aquesta revista és un recull d'experiències viscudes, de moments compartits, sortides, activitats escolars, Erasmus, entrevistes, imatges... la vida dels nostres passadissos, de les aules, de cada moment que hem compartit. És el que som i el que vivim.

Ha estat elaborada en el marc de la matèria optativa "Comunicació", per l'alumnat de 2n d'ESO. Amb compromís i il·lusió, ells han estat l'equip d'edició encarregant-se de la redacció de les notícies. La maquetació ha estat responsabilitat de l'alumnat de 4t d'ESO que ha cursat la matèria "Digitalització". L'acompanyament dels docents: Josep Agustí, Cristina Tortajada, Jordi Gómez, Pau Acuña i Àlex Penades ha estat cabdal per tal que fos possible oferint el seu guiatge i tutorització en la creació i revisió de tot el procés. Un dels aspectes rellevants en una revista és sens dubte, el seu disseny. Es van elaborar diverses propostes amb dedicació i creativitat però finalment el disseny escollit va ser el de l'alumne Gerard Quintana de 4t B. Des d'aquí el meu aplaudiment i el nostre reconeixement.

Gràfiques Maçanet ha estat l'empresa encarregada de la impressió i els vull agrair especialment la seva col·laboració. De la mateixa manera estenc el meu agraïment a tots el que heu participat responnent enquestes i aportant continguts. Sense vosaltres no hauria estat possible.

Vull destacar especialment que la publicació d'aquesta primera revista al nostre centre és una fita important. Darrere de cada pàgina hi ha temps, entusiasme, esforç i gust per les coses ben fetes. El talent del nostre alumnat és digne de ser mostrat, la implicació dels nostres docents és molt valuosa, imprescindible i el resultat de tot plegat és mostra del potencial que l'aprenentatge basat en experiències reals i significatives és, certament, poderós.

Esperem que gaudiu de la lectura d'aquest primer número de la nostra revista Xarabau. Que sigui el primer de molts altres.

Amb orgull i gratitud,

Alicia Fernández Arbonés
Directora de l'Institut de Maçanet de la Selva



Generalitat de Catalunya
**Departament d'Educació
i Formació Professional**



ARABAU

ÍNDEX

- Notícies: pàg. 4 - 8
- Reportatges: pàg. 9 - 18
- Entrevistes:
 - Farners Juahuix i Noemí Vázquez: pàg. 19
 - Jose Fernández: pàg. 20
 - Georgina Parrilla: pàg. 21
 - Natàlia Figueras: pàg. 22 - 24
 - Ivet Soms: pàg. 25
 - Jordi Gómez: pàg. 26
- L'opinió: pàg. 27
- Recomanacions: pàg. 28 - 31
- La recepta: pàg. 32 - 33
- Racó creatiu: pàg. 34 - 36

ARABAU

SECCIÓ: NOTÍCIES

SORTIDA DE CONVIVÈNCIA A L'ESTARTIT

La sortida de convivència a l'Estartit va ser tot un èxit, perquè ens vam conèixer més bé entre nosaltres.

Per Clàudia Pelejà

Va ser molt xulo: vam fer skate, aigües lliures, surf i més coses. Segur que tothom o la majoria ho voldria repetir. Hem fet moltes fotos i ens agradaria repetir-ho una altra vegada quan comencem un altre curs i així tots els anys. Tot i que si és a un lloc diferent també ens estaria bé. Està molt bé que els de 1r vagin amb els de 1r i els de 2n amb els de 2n. Al principi, al bus va ser un caos, però no es va complicar i no va passar res més.



DECORACIÓ DE LA CASTANYADA

Decorem l'institut malgrat la DANA.

Per Laia Baldoví



Una setmana abans de la castanyada, a l'hora de tutoria, totes les classes es van organitzar per saber quins grups decorarien les finestres i quins grups farien les portes. El dia de la castanyada, durant les últimes tres hores, se suposava que fariem dues hores per decorar la classe i una altra hora per fer una passarel·la de disfresses tots junts. Però, al final, com que hi havia el risc per la DANA, no vam sortir de l'Institut per fer la passarel·la i simplement vam decorar les classes. La setmana següent, van informar que les castanyes es farien a l'hora de tutoria, però al final tampoc es va fer, ja que va tornar a haver-hi risc de pluges fortes.

ARABAU

SECCIÓ: NOTÍCIES

DANA

A final del mes d'octubre passat algunes poblacions del País de Valencià van viure una catàstrofe natural de gran magnitud, una DANA que es va endur la vida de més de 200 persones i va causar molta destrucció. A l'Institut ho vam viure amb el cor encongít però ple de solidaritat.

Per Bademba Dembelé

El dilluns 4 de novembre, una hora abans de acabar les classes, ens va sonar al mòbil un avis d'alerta per pluges fortes i ens vam espantar.

Va passar això perquè a València hi va haver una tragèdia per les fortes pluges, tempestes, etc. El 29 d'octubre l'aigua va arrasar molts pobles de València. Així mateix, entre finals d'octubre i principis de desembre hi va haver inundacions a Andalusia i Castella-la Manxa i també més a prop, a Barcelona, i Tarragona.

Ens ha agradat que molta gent de altres països i ciutats està anant a València per poder ajudar la gent perquè ara necessiten molt suport i encara els queda molt temps abans que puguin recuperar la normalitat.



JORNADA ESPORTIVA

El divendres dia 4 d'abril es va realitzar la jornada esportiva per als nens de 1r, 2n i 3r d'ESO, preparada pels alumnes de 4t.

Per Oriol Mas

1r d'ESO juga a colpbol: el colpbol és un esport d'equip on els jugadors intenten fer passar una pilota per sobre d'una xarxa, utilitzant qualsevol part del cos excepte les mans. Combina elements del futbol i el voleibol i es destaca per la seva inclusivitat.

2n d'ESO juga a pinfuvote: el pinfutbol és una variant del futbol que es juga en espais reduïts, generalment en camps petits. Les normes són similars a les del futbol, però amb un nombre menor de jugadors i un focus en el joc ràpid i l'habilitat tècnica. Es juga habitualment en espais interiors o a l'aire lliure. I es poden utilitzar totes les extremitats.

3r d'ESO juga a ultimate: l'ultimate és un esport d'equip que es juga amb un disc volador, en què els jugadors intenten marcar punts atrapant el disc a la zona de gol contrària.

Això va ser el que vam fer aquest primer divendres d'abril i ens va encantar, esperem repetir-ho cada any.



ARABAU

SECCIÓ: NOTÍCIES

CARNESTOLTES

Per Èric Montero

La setmana del 24 al 27 de febrer vam celebrar aquesta festa amb tres dies de consignes per anar-nos ambientant per al Ball i Concurs final de disfresses del dijous. La desfilada va ser molt divertida, amb grans actuacions. Però en general vam trobar a faltar més participació.

Per aquest motiu, us animem a organitzar-vos en grups, classes, parelles, per al curs vinent.

Com més participem, millor! Ja que no volem que aquestes activitats es deixin de fer!



ERASMUS

L'Erasmus és una activitat que es fa a l'Institut de Maçanet de la Selva que consisteix en que uns alumnes escollits se'n van al país que ha tocat, aquest any, Portugal.

Per Iratxe Bosch i Iveth Soms

Aquest curs se n'han anat una setmana a Portugal i després han vingut els alumnes de l'altre institut, aquí. Es seleccionen els alumnes amb millor nota, també fan unes activitats, com gravar vídeos explicant per què hi vols anar i així vas sumant punts. També es mira molt el nivell d'anglès perquè l'idioma amb el qual es comunicaran amb les altres persones de l'intercanvi és l'anglès.

Per la seva part, els alumnes que marxen a Portugal ens ensenyen les tradicions que tenen, les escultures, edificis, monuments i ens preparen activitats, visites als llocs més destacats.

D'altra banda, als alumnes que venen de Portugal els ensenyaem les tradicions, tot el que és típic a Catalunya, també els ensenyaem l'Institut, Maçanet, Girona, la platja i els portem de visites. És una experiència molt enriquidora.



VIVIM SANT JORDI

A l'Institut hem celebrat la diada de Sant Jordi amb la visita a les parades del poble, concursos literaris, decorant les aules i intercanviant llibres.

Per Oriol Mas

El dia de Sant Jordi és un dels dies més importants de l'any per als que ens agrada llegir.

Nosaltres vam celebrar-ho decorant les nostres classes i anant a la plaça a veure les parades de llibres i roses que hi havia a la Pista Jardí. Allà, alguns alumnes es van animar a ballar sardanes.

A més, durant dues setmanes vam tenir temps de participar a un concurs de bookface i a un de punts de llibres. Els guanyadors del concurs de punts de llibres van tenir els seus punts de llibres exposats a la biblioteca.

Des de l'Institut, han proposat de fer intercanvis de llibres. Com funciona? Doncs és molt senzill: portes un llibre i et donen un val per poder-ne agafar un altre. Aleshores, tu vas i agafes el llibre que vulguis. El pots agafar en el mateix moment o quan vulguis.



L'APAGADA

Vivim una apagada elèctrica a gran escala.

Per Oriol Mas

El dia 28 cap a les 12:30 del matí vam viure un esdeveniment històric. Hi va haver una caiguda de llum a gran escala. La península ibèrica, part de França, Suïssa i Itàlia van ser els països que van quedar afectats sense subministrament elèctric.

Hi ha hagut moltes situacions diferents, per exemple a Tik Tok hi ha molts vídeos de gent atrapada en trens o atraccions. Per sort, nosaltres només ens vam quedar sense ordinadors i les alarmes no van sonar. Estàvem una mica inquiets perquè no sabíem quan tornaria la llum, no en sabíem les causes i ningú ens sabia donar una explicació.

Per altra banda, els carrers eren completament diferents: els parcs estaven plens de gent, tothom estava a fora, al carrer, i tothom estava gaudint més del paisatge.



ARABAU

SECCIÓ: REPORTATGES

EL NOSTRE INSTITUT

Per Laia Baldoví i Meritxell Vazzano

L'Institut de Maçanet va ser creat el 2010 amb 3 mòduls prefabricats i només amb alumnes de 1r ESO. Anys més tard l'institut de Maçanet va anar creixent i es van anar ajuntant més cursos de l'ESO.

Actualment, hi ha tots els cursos de l'ESO i estan repartits en dos llocs. Primer i segon, a l'Escola de les Arrels i tercer i quart, als barracons al costat de l'Escola Sant Jordi. Actualment hi ha més de 300 alumnes.



XARABAU

SECCIÓ: REPORTATGES

L'ALUMNAT S'EXPRESSA, A XARABAU L'ESCOLTEM

Per Laia Baldoví i Meritxell Vazzano

Hem fet un formulari amb preguntes de tota mena sobre l'Institut que han contestat molts alumnes de primer i segon. Ho hem fet per poder recollir el que pensen els alumnes sobre diferents qüestions. A partir de les dades hem extret les següents conclusions:

- La meitat dels enquestats prefereix l'horari d'aquest any.
- A una gran majoria li agradaria poder anar de colònies a segon o tercer d'ESO.
- Hi ha un gran "debat" ja que hi ha bastanta gent que pensa que simplement tocant l'instrument d'aquest any (l'ukelele) ja ni ha prou, però també hi ha gent que pensa que podríem tocar altres instruments com ara: piano, cajon, carillons, guitarra....
- Un 78,6% dels alumnes no els agrada gens fer l'Innovamat.
- També hi ha molts alumnes que diuen que els agradaria fer un parell més d'excursions a principi de curs.

CONEGUEM MÉS EL SHUM

Per Miquel Ventura i Robert Virlan

El club més conegut del nostre poble és la Secció d'Hoquei de la Unió Maçanetenca, en sigles SHUM. Va ser fundat el 1952 i va jugar el seu primer partit contra un rival de Girona. El club pot treure pit d'haver estat divuit temporades a màxima categoria (OK Lliga) després d'haver-hi pujat per primer cop el 1989. Des de llavors, el SHUM no ha baixat mai de les dues primeres categories estatals. La millor posició del primer equip va ser el vuitè lloc de la temporada 2005/06 i en el palmarès també hi ha dues participacions a la Copa del Rei i una en competicions europees (Copa de la CERS del curs 2011/2012).

El poble confia

Estem molt orgullosos de ser d'un poble com aquest amb un equip tan important que ha arribat a jugar a l'OK Lliga. L'avi d'en Miquel Ventura, redactor d'aquest reportatge, hi va jugar els anys 80 i la seva opinió és que no li agrada gaire el moment actual del club perquè diu que els jugadors no són gaire bons. Però el poble confia que el club pujarà a OK Lliga.



VIDEOJOCOS, PODEN SER EDUCATIUS?

Per Oriol Mas, Jordi Gómez, Ivan Verdera, Gerard Reniu, Lamine Athie i Adrián Pascual

Els videojocs són un passatemps que els adolescents solen practicar. La pregunta és: són educatius o no?

Doncs depèn del videojoc, els més populars com: el Fortnite, el Fifa, el 2k no solen ensenyar res més que a coordinar amb els dits. Però n'hi ha i ha molts d'altres que poden ensenyar llengua, història, geografia... a part d'ajudar a estructurar el cervell. Per això hem volgut investigar sobre el tema.

Els usuaris, els jocs i l'addicció

Una mica més del 60% de l'alumnat enquestat ha reconegut que juga a videojocs i un 35'7% ha afirmat que no. D'entre el primer grup, els jocs que més es fan servir són els d'acció i simuladors i els que menys, jocs de sudokus i puzzles. Alguns dels noms que més han aparegut són: Fortnite, FC 25, Minecraft, Pokemon, Gta V, Sherlock Holmes, Super Mario, Rocket League, Assassins Creed, Smartick, Innovamat, Minecraft Education Edition, Roblox, Duolingo, Brain Training, Paraulògic, Practise English, Dictapp i Les aventures d'Ulisses.

Sobre el tema de l'addicció, dins del grup que reconeix ser usuari de videojocs, un 40% hi dedica menys de 3 hores, però un 10% hi dedica més de 7 hores setmanals. Alguns dels comentaris que ens han semblat més interessants: "molts videojocs, com els jocs de servei, que contenen microtransaccions i lootboxes, poden arribar a causar ludopatia, però els jocs normals, com els d'un sol jugador, no solen ser addictius", "jo vaig jugar-hi moltes hores durant molts anys i no he tingut cap problema, però em sabia autogestionar i els meus pares també em controlaven", en canvi, "jo vaig ser molt addicte al Cookie Clicker fa un any, he sabut sortir-ne però la meua vida girava entorn el Cookie" i "hi ha d'haver límits, si jugues fins molt tard, el dia següent estàs cansat i tens molta son" i, per acabar, "poden afectar negativament al rendiment acadèmic".



ARABAU

SECCIÓ: REPORTATGES

Els aprenentatges

D'altra banda, el 71'4% dels participants pensa que aprèn alguna cosa quan juga a videojocs i el 28'6 restant creu que no. Entre les respostes sobre els continguts apresos hi trobem majoritàriament: països i banderes, llengües, matemàtiques, història, cultura general, respecte, treball en grup, autonomia en la resolució de problemes i creativitat. Un enquestat ens escriu "el videojoc pot augmentar la creativitat però a la comprensió lectora, no perquè no gaire gent llegeix el que troba als videjocs" i "a vegades, jugant amb gent de fora he après a dir algunes paraules". Sobre el treball en grup, hi ha varietat d'opinions: "fomenten la rivalitat entre amics", "la majoria són competitiu i si fomenten el treball en equip només és dins del teu grup". I en realitat ens diuen "aquests aprenentatges són superficials i no serveixen per aprofundir". I afegeixen que "són una eina molt potent que poden ajudar a la gestió d'aula perquè poden ser motivadors però és important pensar com integrar-los de manera constructiva i com avaluar-los".

En conclusió, la majoria de gent juga a videojocs, és divertit i és una realitat que molta gent hi passa molt de temps. L'aprenentatge no depèn només del joc sinó de l'usuari, de l'ús que en fa i el control. Tal com ens afirmen en l'enquesta, "ben gestionat i amb l'ajuda d'adults responsables i coherents aquest equilibri pot existir. No es tracta de descartar els videojocs, es tracta de mantenir un equilibri entre el seu ús i la vida diària saludable i completa".



LES XARXES SOCIALS A LA COMUNITAT EDUCATIVA DE L'INSTITUT

Per Iratxe Bosch, Iveth Soms

Avui dia, la immensa majoria tenim un dispositiu que no només ens serveix per comunicar- nos amb l'entorn més immediat (família i amics) sinó amb gairebé tot el món a través de les xarxes socials. I hem volgut aprofundir en l'ús que nosaltres, els que formem part de la comunitat educativa de l'Institut de Maçanet, en fem.



Tendències segons l'enquesta

En primer lloc, per analitzar les dades obtingudes, heu de tenir present que el grup d'enquestats més nombrós és el de 14 anys i, seguidament, el grup de persones d'entre 30 i 50 anys.

La xarxa més utilitzada és l'Instagram, per un 72% dels enquestats. Després, el Tik Tok, utilitzat per un 40%. En canvi, amb un percentatge només del 10% hi ha el Facebook i X. Cal destacar que només un sol dels enquestats ha dit que no utilitza xarxes.

El 70 % dels que han contestat ens confessen que passen entre 1 i 3 hores al dia a les XXSS i els continguts que miren són els relacionats amb la religió, les tendències, cuina, feminisme, cinema, psicologia, videojocs, notícies i xarxes socials locals com les dels ajuntaments, biblioteques o centres cívics, fútbol i receptes entre els més destacats.

ARABAU

SECCIÓ: REPORTATGES

Com fer-ne un bon ús?

Hem fet aquesta pregunta i les respostes han estat clares: "publicant coses positives i animant la gent", "cal ser conscients que el que hi veiem no és la realitat" "és millor seguir persones que m'aportin coses positives i interessants i no deixar que tothom em segueixi per tenir més seguidors". També destaquen que cal "limitar l'estona i vigilar que els continguts siguin adequats" i "contrarestar les notícies amb fonts d'informació fiables ja que no tot és real" a més de "denunciar el contingut inapropiat".

Com a tall de conclusió us deixem amb una reflexió molt interessant que ens arriba anònimament a través de l'enquesta i ens afirma "que siguin els mateixos estudiants qui, arribant a un consens entre família adolescent, estableixin un període de temps per al consum de pantalles, tant d'oci com podagògic. És transcendental que l'adolescent participi activament en les decisions i limitacions que l'afecten, com és en l'ús de pantalles i xarxes socials, per generar vincles socials més justos, democràtics i sans".



ELS ESTUDIS AL LLARG DEL TEMPS

Per Ada Vilaró

Fa un temps, la gent, gràcies a molts pares i avis que no havien tingut el privilegi d'estudiar perquè havien de treballar, als fills i nets, se'ls inculcava que els estudis eren el més important.

La disciplina i el nivell han disminuït

Els resultats de l'enquesta han confirmat que la majoria de gent opina així: gairebé un 80% dels enquestats pensa que el nivell i el rendiment acadèmic han baixat. És a dir, abans els estudis es prenen molt més seriosament, sempre intentaven treure bones notes i fins i tot estudiaven sense necessitat de cap examen. Bàsicament per la disciplina, un 90,1% del professorat i l'alumnat opina que aquesta ha disminuït considerablement perquè hi ha altres prioritats (o distraccions) com els mòbils o el fomo, paraula que descriu la por a perdre's alguna cosa. Sobre la disciplina aquestes han sigut algunes de les opinions: "abans es prenia més seriosament l'escola i l'institut, es feien més treballs, exàmens i eren més estrictes" i "ara el nivell és molt baix i, a més a més, abans hi havia més disciplina i no es permetien els comportaments inapropiats". Deixen molt clar "abans hi havia més nivell d'exigència, en general més valoració de la figura docent i la seva autoritat com a transmissor de coneixements i figura de referència.



ARABAU

SECCIÓ: REPORTATGES

Més atenció emocional i personalitzada

També cal dir que abans, per obtenir bones qualificacions, sentien molta més pressió social i familiar. Així, afirmen "ara hi ha una major implicació emocional del professorat i de les famílies" i "un acompanyament a l'alumnat amb necessitats educatives diferents que abans es podien quedar fora del sistema". Actualment, encara és una obligació treure bones notes, però per segons l'opinió dels enquestats és molt menys important. De fet, hi ha hagut un 4,3% de persones que han confessat que no els importen en absolut els estudis i un 15,7% que no s'impliquen perquè simplement no volen. Ja no tenen la necessitat de treure bones notes, ja sigui perquè els pares són usualment menys estrictes o per altres motius.

Resumint, ha quedat clar que abans hi havia més disciplina i que quan algú fracassava era molt més castigat, afegint que l'educació era més rígida i amb poc suport emocional però ara, per contra, el nivell ha baixat molt. Aprofundint una mica més, veiem que segons l'opinió del professorat "ara hi ha més recursos i mètodes d'ensenyament adaptats a diferents ritmes d'aprenentatge i es dona més importància al benestar emocional dels estudiants". I, segons l'alumnat, "ara t'ensenyen menys coses, però potser et preparen per situacions i que d'aquesta manera et serveixi més". Però també hi ha algunes incoherències perquè altres alumnes pensen que "els professors no poden ensenyar perquè no hi ha disciplina i alguns alumnes es passen els límits que els posen" i, afegeixen, "no entenc com és que ara hi ha més estrès".

Amb aquestes opinions anem veient que tots som conscients que ara hi ha més maneres d'avaluar i d'ensenyar. Abans s'avaluava bàsicament amb els exàmens escrits, la capacitat de memoritzar, la disciplina i la constància. Ara hi més eines avaluatives a part dels exàmens, com els projectes, presentacions, maquetes, etc. i es dona importància a com es treballa en equip, a la creativitat o la innovació. Això agrada molt sobretot al alumnat que afirma "abans potser aprenien més però era avorrit, en canvi, ara aprenem les coses més a poc a poc però es fa més visualment o digital i això agrada més".

En resum, hi ha molta diversitat d'opinions perquè són qüestions molt complicades i que generen debat. Ens hauríem de quedar amb la infinitat de coses bones que tenim en el present sense oblidar allò positiu del passat.



LA SALUT DEL CATALÀ A L'INSTITUT DE MAÇANET DE LA SELVA

Per Vida Guadayol

A Catalunya, la llengua és molt més que un simple mitjà de comunicació; és un reflex de la nostra història i convivència i símbol de la nostra identitat i cultura. A l'Institut de Maçanet, com en tots els altres centres educatius, el català i el castellà conviuen en diferents àmbits de la vida acadèmica i social. Tot i que el català és la llengua vehicular del centre, quin és el seu ús real entre l'alumnat i el professorat? I quina opinió tenen de l'ús d'aquestes llengües en el seu dia a dia? En aquest reportatge, us en farem una anàlisi perquè pugueu extreure vosaltres mateixos les vostres pròpies reflexions i conclusions.

Causes de la situació

Per començar, segons l'alumnat enquestat, majoritàriament es parla català dins l'aula però predomina clarament el castellà al pati. En canvi, la percepció dels professors enquestats és diferent: tant dins com fora de l'aula senten parlar, clarament, més castellà que català.

D'altra banda, els professors es dirigeixen gairebé sempre cap als alumnes en català, malgrat que entre els alumnes es comuniquen més en castellà entre ells i amb el professorat. Les causes d'això són diverses. Afirmen, per exemple, que l'alumnat té el castellà com a llengua materna, o bé que és la llengua que es parla al seu entorn personal i els és més còmode utilitzar-la. Alguns professors expliquen "per què cal que s'esforcin a aprendre català, si després, a la mínima, tots canviem al castellà al carrer? No hauríem de canviar". Malgrat que hi ha també nombroses opinions com la següent: "el castellà és millor que el català i més còmode



ARABAU

SECCIÓ: REPORTATGES

així que penso que és millor parlar en castellà dins i fora de l'àmbit educatiu". Així mateix, es creu que "hi ha pocs referents coneguts que difonguin, promoguin i siguin exemple de ser parlants del català en tots els contextos de la vida quotidiana, ja sigui a través de les xarxes, televisió o l'oferta musical i literària".

Què hi podem fer?

A continuació us fem un resum de les iniciatives més destacades que ens heu proposat. Per començar, professors i alumnes coincideixen que una manera de promoure més l'ús del català seria fer parelles lingüístiques i dinamitzar més activitats al pati. També, per part de l'alumnat es proposen "xerrades que ens facin veure la importància del català" i "difondre i aprendre la història del català". D'entre el professorat ens arriba aquesta afirmació: "hauríem de mostrar el català com una llengua vàlida per a l'entreteniment i la diversió, com el castellà i la resta de llengües. Moltes persones veuen el català com una llengua avorrida i acadèmica, i crec que se n'han de mostrar totes les possibilitats" i també "fer-ne més difusió a les xarxes". Malgrat tot, de part de l'alumnat ens arriba una reflexió bastant contundent: "la veritat és que avui dia, alguns joves es neguen a parlar català segons ells per comoditat, així que si aquella persona no hi posa de part seva, és igual com ho facis perquè no el parlarà".

La conclusió

Us compartim una de les últimes reflexions extretes de l'enquesta del professorat: "l'ús de la llengua per part dels joves és de vital importància. Recordem que una llengua mor quan moren els seus últims parlants."

Com hem dit abans i sense afegir res més, us deixem tots aquests pensaments i opinions perquè creeu les vostres pròpies conclusions amb una visió i esperit crítics.



ARABAU

SECCIÓ: ENTREVISTES

ENTREVISTA A LES NOSTRES CONSERGES: FARNERS I NOEMÍ

Per Ariadna Meritxell Vazzano i Laia Baldoví

La Farners i la Noemí són les conserges del nostre centre que fan molt perquè el nostre dia a dia sigui possible. Tenen molta paciència, ens escolten i ens ajuden. Per això, les volem conèixer una mica més amb aquesta entrevista.

Què vas estudiar per arribar a treballar de conserge?

- Farners: l'ESO i el C1.
- Noemí: el mateix.

Què volies ser de petita?

- Farners: perruquera.
- Noemí: filòloga.

Quants anys tenies quan vas saber que volies ser conserge?

- Farners: 34 anys.
- Noemí: 42 anys.

Vas estudiar batxillerat o cicles?

- Farners: cicle mitjà d'administratiu.
- Noemí: batxillerat.

Per què vas decidir treballar a Maçanet?

- Farners: li va tocar.
- Noemí: li van fer la proposta i li va semblar bé.

T'agrada el teu treball?

- Farners: sí.
- Noemí: sí.

Per què vas decidir treballar de conserge i no d'una altra cosa?

- Farners: va sortir l'oportunitat.
- Noemí: va ser casual.

T'agradaria treballar d'una altra cosa?

- Farners: sí.
- Noemí: no.

Quin és el teu color preferit?

- Farners: lila.
- Noemí: negre.

Quin és el teu animal preferit?

- Farners: cap.
- Noemí: cavall.

Quin és el teu menjar preferit?

- Farners: aletes de pollastre.
- Noemí: sushi.

T'agrada més la calor o el fred?

- Farners: calor.
- Noemí: fred.



JOSÉ FERNÁNDEZ “PRIMER T’HAS DE GUANYAR EL RESPECTE I RESPECTAR”

Per Diego Fernández

En Jose és el promotor del Poble Gitano i fa una tasca molt important al nostre centre. Ell mateix ens l'explica en aquesta entrevista.

Hola, Jose, gràcies per concedir-nos una mica del teu temps.

De res, el que faci falta.

Ens pots explicar què significa ser promotor gitano?

Per a mi, ser promotor del Poble Gitano és un orgull perquè estic ajudant alumnes del Poble Gitano a aconseguir l'èxit educatiu cosa que, malauradament, costa. Però cada vegada estem millorant.

Què et va motivar a dedicar-te a aquesta feina i com vas començar en aquest món?

Jo des que tenia 16 anys vaig començar de voluntari en un menjador escolar al Nou Barri. Em va agradar molt treballar amb nanos i vaig fer de monitor de menjador, entrenador de futbol i àrbitre i, finalment, de promotor escolar. I encara avui soc entrenador també. Àrbitre ja no perquè em van operar del genoll i ho vaig deixar.

Quins han estat els principals reptes que has hagut d'afrontar?

Com a promotor, com que era una figura nova aquí a Maçanet, trencar els estigmes i prejudicis que al principi hi havia. Era com que es veia malament un gitano treballant en educació per ajudar gitano. Però amb el temps s'ha vist que és una figura professional i important amb l'objectiu d'aconseguir l'èxit educatiu. I, en concret aquí a l'Institut, per exemple, tenia un alumne absentista, la seva família no li donava importància a l'Institut. Ens vam reunir la família, la meua LIC i jo i a base d'anar picant pedra i anar treballant, hem aconseguit que no sigui absentista. Aquest és un repte molt important que hem aconseguit.

Com creus que es poden combatre els prejudicis?

Intentant explicar a la gent que no tots els gitano són dolents, que com tothom n'hi ha de bons i de no tan bons. Com de marroquins, de catalans, de francesos... Però, per això, primer t'has de guanyar el respecte i respectar.

Quin consell donaries als estudiants de l'Institut?

El meu consell seria que mai deixin de lluitar pels seus somnis. Que ningú els posi barreres i els digui que no poden. Sí que poden, tot està en el cap i en el sacrifici.



ARABAU

SECCIÓ: ENTREVISTES

Com et veus d'aquí 10 anys?

Em veig com a integrador social. Perquè ara al juny acabaré el grau mig d'infermeria i al setembre entro al grau superior d'Integració Social. A veure si soc TIS.

Moltes gràcies!

A vosaltres.

GEORGINA PARRILLA: "QUE EL MÓN FOS MÉS JUST"

Per Lamine Athie, Adrian Pascual i Gerard Reniu

La Georgina Parrilla és professora de Ciències Socials a l'Institut de Maçanet de la Selva des de fa cinc anys. I avui li farem preguntes per saber més coses sobre ella.

Hola, Georgina, com estàs?

Una miqueta estressada i de mal humor.

Què fas en el teu temps lliure?

M'agrada fer esport a l'aire lliure.

Tens algun alumne preferit?

Sí, però no el vull dir.

T'agrada el teu treball?

Sí.

Quin és el teu esport preferit?

Patinar.

Quants anys fa que ets professora?

Cinc anys.

Quina part t'agrada més del teu treball?

Donar a conèixer coses que no sabien.

Si tinguessis un superpoder quin seria?

Viatjar en el temps.

Si poguessis desitjar qualsevol cosa, què desitjaries?

Que el món fos més just.

Quina és la teva classe preferida?

2n C.

T'agraden els videojocs?

Gens.

Què t'agradaria fer quan et jubilis?

Viatjar pel món.

Gràcies pel teu temps i deixar-nos entrevistar-te.

Gràcies a vosaltres.



NATÀLIA FIGUERAS: “US DIRIA QUE ESTUDIEU, QUE GAUDIU, QUE SIGUEU BONES PERSONES ”

Per Paula León, Martina Martínez, Oriol Mas, Ivan Verdera i Jordi Gómez

Natàlia Figueras i Pagès és l'alcaldeessa del nostre poble, ara té 36 anys, va néixer el 7 de febrer de 1989. Ja porta 7 anys sent alcaldessa de Maçanet de la Selva.

Bon dia, Natàlia. Com estàs?

Bon dia! Primer de tot, gràcies per pensar en mi en aquesta entrevista. Estic molt enfeïnada, però estic contenta!

Com et descriuries en tres paraules?

Soc una persona pencaire, riallera i tossuda.

Quan i per què vas decidir presentar-te a ser alcaldessa de Maçanet?

Des de ben petita he participat amb les Entitats del poble i també amb les activitats que es feien a Maçanet. No tant per l'activitat, sinó pel fet de poder fer coses per a Maçanet, a Maçanet i fer-les amb els meus amics i amigues.

Sense adonar-me'n, vaig anar implicant-me en "coses" i "activitats" del poble fins que un dia em van proposar formar part d'una llista que es presentava a les eleccions municipals. Anava de número 9 i les eleccions eren al maig del 2007, (jo feia els 18 anys al febrer del 2007; per tant, vaig poder formar-ne part i votar-me!). Aquella legislatura no vaig entrar de regidora, però formar part d'una candidatura que treballava projectes i propostes per Maçanet, va ser una experiència que em va agradar i, per aquest motiu, a les eleccions del 2011 vaig repetir - i aquí, sí que vaig entrar de regidora a l'Ajuntament de Maçanet de la Selva. El 2015 vaig repetir com a regidora i no va ser fins el 2019, que vaig decidir fer el pas a presentar-me com Alcaldessa - i, ho vaig fer perquè m'agrada treballar per Maçanet i poder tirar endavant projectes que afecten directament a la societat.

De forma que, acompanyada d'un grup de persones que tenia les mateixes inquietuds, preocupacions i il·lusions que jo vam constituir una Candidatura per governar Maçanet de la Selva. (Actualment, per mi, aquest grup és la meua segona família!).





ARABAU

SECCIÓ: ENTREVISTES

Què milloraries de Maçanet de la selva?

Moltes coses! Hi ha molta feina! Vosaltres que sou alumnes de l'Institut, una de les coses en què estem treballant, és aconseguir que el Departament d'Educació de la Generalitat ens construeixi l'edifici de l'Institut. I, a nivell general, per no enrotllar-me, per tal de poder millorar Maçanet, ens cal poder executar els projectes que connecten els diferents nuclis de Maçanet de la Selva i per aquest motiu, estem executant a Mas Altaba la millora de la carretera i la via verda; també estem treballant en millorar la carretera de Montbarbat; en generar habitatge; en començar a plantejar un projecte d'un tercer pavelló; en executar un espai jove o punt de trobada per joves; en acabar de posar al dia el servei de les escombraries i de l'aigua (que actualment estem de forma provisional); en començar a construir el nou Polígon Industrial de Fontanilles, en continuar creixent en els serveis de la gent gran i de la infància i mil petites actuacions molt necessàries!

Què creus que és urgent millorar a l'institut?

L'Institut ja no és una prioritat, és una necessitat. I és molt urgent perquè el fet que l'educació secundària estigui ubicada en un edifici (i no, en barracons), ens permet poder plantejar noves opcions de formació educatives per als nostres joves. És una oportunitat que no hem de perdre i per aquest motiu hi estem abocant tots els esforços! A part que estudiar en mòduls sense un edifici, no és òptim.

Quan estarà el nou institut?

Doncs no m'atreveixo a donar/posar una data. El 2015 ens van dir que era immediat i han passat deu anys i no s'ha fet res des de la Generalitat de Catalunya. Quan es van iniciar els treballs el 2015, es va proposar un terreny amb una proposta d'Institut i el 2019 es va plantejar una altra possibilitat que consistia en entregar el terreny que està davant del parc de l'Avinguda Països Catalans al Departament d'Educació perquè hi construïxin l'edifici. I estem aquí, amb el terreny entregat a l'espera de la construcció de l'edifici.

Actualment se'ns ha comunicat que la Generalitat no té "dineros" o no ho té pressupostat per fer la inversió (un edifici nou) i que se'ns comunicaria properament en quin punt estem i en quins "tempos" ens movem a nivell de la construcció de l'edifici. De forma que no us puc dir quan estarà, perquè depèn de la Generalitat.

Quin consell ens diries als joves de la nostre edat?

Donar consells és molt complicat perquè el que pot anar bé a un, pot no anar bé a un altre. Però si hagués de dir-vos alguna cosa, us diria que estúdieu, que gaudiu, que sigueu bones persones i que teniu la sort de viure en un entorn que us ofereix l'oportunitat de formar-vos per treballar d'allò que us empeni com a persones.

Què creus que podem fer els joves per ajudar al poble?

Implicar-vos. El poble necessita que el jovent s'impliqui i participi. No tothom ha de participar de tot, sinó que cada un/a ha de participar en els àmbits en els quals us agradin i senti inquietuds. Però és molt necessària la implicació del jovent per continuar avançant com a poble.



ARABAU

SECCIÓ: ENTREVISTES

Quina ha estat l'experiència més important de la teva vida?

A l'Alcaldia n'he tingut moltes. De bones i de dolentes. Des del 2019 he viscut un temporal Glòria, he hagut de gestionar una pandèmia, m'he trobat intents de suïcidis de persones del poble, he viscut moments molt emotius de veïns i veïnes, he pogut organitzar festes "espectaculars" i alhora, viure moments de notar la responsabilitat, de tenir molts nervis i de sentir molta alegria. He passat per tot.

Què t'agrada fer durant el teu temps lliure?

M'agrada sortir a caminar i fer esport per esbargir-me. I també estar a casa amb la família i el meu gos, sortir a fer "coses" amb els amics i poder passejar pel poble!

Quina és la festa que més t'agrada?

La Festa Major, indiscutiblement! Aquests dies m'aïllo del món, no tinc horaris, gaudeixo de tots els moments i ho comparteixo amb els veïns/es!

Què t'agradaria fer quan et retiris de l'alcaldia?

M'agradaria fer coses que ara no puc fer. Quasi no viatjo, em perdo moltes celebracions, dinars i sopars de la família i amics perquè he d'anar a actes i reunions. I, a nivell professional, m'agradaria fer altres feines relacionades amb el que he estudiat (Dret i Administració Pública) – i, espero poder tenir uns horaris relativament normals que em permetin fer altres coses!

Què t'agradaria que la gent recordés de tu?

Que mentre he estat Alcaldessa, he donat el millor de mi al meu poble!

IVET SOMS MASDEMONT: "QUEDAREM PRIMERES AMB DIFERÈNCIA"

Per Toni Tolosa, Miquel Ventura i Robert Virlan

La Ivet, que ara té 13 anys, va començar a jugar a fútbol als 4 anys i ja juga en un dels millors equips de l'estat, el Girona F.C.

En quina posició normalment jugues?

Normalment, jugo al mig del camp (migcampista).

Quin número portes a la samarreta?

Depèn del partit, normalment el 8 i el 16.

Com ha anat el començament de temporada?

Hem començat molt bé anem primeres.

En quina posició aneu a la lliga?

En aquest moment anem primeres.

En quina posició creus que quedareu aquesta temporada 2024-2025?

Jo crec que quedarem primeres amb diferència.

A quina categoria estàs jugant?

Estic jugant a la categoria Cadet F11.

Has jugat contra algun equip important? Sí és que sí, contra qui?

Sí, contra l'Espanyol, l'Atlètic de Bilbao i el Màlaga.

Quin és el teu jugador preferit de futbol?

El meu jugador preferit és Edgar Davids.

A quin equip t'agradaria que et diguessin d'anar a jugar amb elles?

Amb el Barça.

En una paraula, com et resumeixes tu com a jugadora?

Agressiva.



ARABAU

SECCIÓ: ENTREVISTES

JORDI GÓMEZ GONZÁLEZ: “CREC QUE QUEDAREM TERCERS”

Per Toni Tolosa, Miquel Ventura i Robert Virian

La llet, que ara té 13 anys, va començar a jugar a futbol als 4 anys i ja juga en un dels millors equips de l'estat, el Girona F.C.

Actualment, en quina posició jugues al SHUM?

Normalment jugo a la defensa.

Quin número portes a la samarreta?

Jo porto el número 11.

Com ha anat el començament de temporada?

Hem començat bastant bé la temporada.

En quina posició aneu a la lliga?

Acabat aquesta jornada anem cinquens.

En quina posició creus que quedareu aquesta temporada 2024-2025?

Jo crec que quedarem tercers empatats de punts amb el segon.

A quina categoria estàs jugant?

Aquest any estic jugant infantil 1r any OR.

Has jugat contra algun equip important? Si és que sí, contra qui?

Sí, contra Reus, Mataró i Vic aquests són els que recordo.

Quin és el teu jugador preferit de hoquei?

El meu jugador preferit és en Pau Bargalló.

A quin equip t'agradaria més que diguessin d'anar a jugar amb ells?

Amb el Barça.

En una paraula, com et resumeixes tu com a jugador?

Em defineixo com a “bo”.



ARABAU

SECCIÓ: L'OPINIÓ

EL FUTBOL

Per Lamine Athie

El futbol és molt més que un esport; és una passió, una cultura i una forma de vida. El futbol et pot donar alegries i et pot trencar el cor.



L'AUTOESTIMA

Per Martina Martinez Paula León

Entre els adolescents l'autoestima és baixa però a la vegada ens adonem que n'hi ha que van de llestos. Potser això és un mecanisme de defensa. Però nosaltres admirem els que troben un equilibri entre sentir-se bé per dins i per fora i a la vegada són amables i valents. La moda ens diu que tenir la cara, el cos o la personalitat d'una determinada manera és millor però a nosaltres ens agradaria que es posés de moda ser tal com ets tu mateix.



L'APAGADA

Per Oriol Mas

Ahir, el 28 d'abril de 2025, va passar una cosa que em va deixar bastant descol·locat. Estava a classe, eren les 12:00, i de cop es va tallar la llum. Al principi ningú sabia què passava, però ens vam adonar que no era només a l'aula, tot l'institut estava igual. La gent de la meua classe estava nerviosa, es notava en les cares i en com tothom parlava alhora. Alguns intentaven fer conya, però en el fons tots estàvem una mica espantats. Sense llum, sense wifi. Pensàvem que no podríem fer servir el mòbil ni cuinar.

Quan vaig arribar a casa, per sort, allà va tornar la llum ràpid. Em vaig quedar més tranquil, però encara estava pensant en



com estava d'estrany tot plegat. Perquè a molts llocs no va ser tan ràpid i va causar problemes, per exemple de tràfic (els semàfors no funcionaven, els trens i metro, tampoc). El que ens inquieta és que els que manen diuen que encara no saben com ha passat. Va ser un dia que mai oblidaré fàcilment.

KARABAU

SECCIÓ: RECOMANACIONS

FORTNITE

Per Èric Montero

Recomano Fortnite per a adolescents de 13 anys, principalment pel xat obert. Fortnite és un videojoc de l'any 2017 desenvolupat per l'empresa Epic Games llançat com a diferents paquets de programari que presenten diferents maneres de joc (solitari, duos, trios, esquadrons, mode sense construcció, lluita d'equips, mode creatius o laboratori de batalla), però que comparteixen el mateix motor de joc i mecàniques. Va ser anunciat als premis Spike Video Game Awards el 2011. Es pot jugar en diferents modes del joc: solitari.



CONSELLS SALUDABLES

Per Lamine Athie | Adrián Pascual

Jo, Lamine, recomano no mirar més de 3 hores el mòbil perquè perjudica el desenvolupament intel·lectual, la motricitat, l'afectivitat i les habilitats socials. I jo, l'Adrián, us recomano dormir un mínim de 8-9 hores diàries per tenir força per a tot el dia i fer les activitats que més t'agraden. Si no dorms prou, no tindràs prou energia per passar-ho bé.



XARABAU

SECCIÓ: RECOMANACIONS

L'equip de redacció de Xarabau hem pensat que volem compartir les nostres aficions amb tot el centre. Sabeu allò que si compartim el que és bo en multipliquem el plaer?

LLOCS DEL PATI DE L'INSTITUT DE MAÇANET

Per Vida Guadayol

El pati és un dels moments més esperats del dia. Després de les classes, tenir una estona per jugar i compartir amb els amics està molt bé. Recomano jugar a jocs al pati, ja que és molt entretingut i divertit. I es poden fer tornejos en equips i passar-ho molt bé. Hi ha molts esports, alguns dels jocs més populars són el voleibol, el futbol, l'hoquei, el bàsquet i la petanca. Això fa que tots trobem una activitat que ens agradi i puguem jugar. Els tornejos que fem a Les Arrels fan que els jocs siguin encara més divertits, ja que es creen equips i fas més amics amb això. A barracons també van fer l'activitat de dansa urbana.



LA CATASTRÒFICA VISITA AL ZOO

Per Cristina Tortajada

La catastròfica visita al zoo, de Joël Dicker, és una novel·la breu, intel·ligent i molt divertida. Parla sobre un grup d'amics que investiguen qui ha inundat la seva escola. Feia molt de temps que un llibre no m'agradava tant. Us la recomano a tots. No perdeu més el temps i aneu a la llibreria o a la biblioteca per llegir aquesta història que us robarà el cor! I si voleu veure més recomanacions de llibres podeu mirar la meua nova pàgina d'Instagram i Tiktok @xocolatinablanca.



XARABAU

SECCIÓ: RECOMANACIONS

L'equip de redacció de Xarabau hem pensat que volem compartir les nostres aficions amb tot el centre. Sabeu allò que si compartim el que és bo en multipliquem el plaer?

LA BIBLIOTECA DE MAÇANET

Per Lamine Diakhate

A Maçanet tenim la sort de disposar d'una biblioteca que està molt bé. Va ser inaugurada el 18 de gener de 2015 i se situa al carrer Cabrera, darrere de Can Trincheria i molt a prop de la plaça de l'Església. És un molt bon lloc per anar a fer deures i passar una bona estona. Si algú encara no la coneix li recomano que hi vagi.

L'horari de matins és de dimarts a dissabte de 10 a 13 h. I l'horari de tardes és de dilluns a dijous de 16 a 20h, i divendres de 16 a 19 h.

Les activitats comencen el 8 d'octubre fins el 24 d'octubre. Sempre n'hi fan moltes. Us animem a consultar la web (<https://www.bibgirona.cat/biblioteca/macanetdelaselva>) o a preguntar quines són al personal de la biblioteca. Cal pensar que per participar-hi sovint cal inscriure-s'hi. El telèfon per a inscripcions és el 972 858475 i el WhatsApp 648093509. També us hi podeu posar en contacte per correu electrònic a: biblioteca@massanetdelaselva.cat

A més, sent usuaris de qualsevol biblioteca pública de Catalunya podreu tenir accés gratuït a l'APP i web "Biblio Digital - eBiblio Catalunya" on podreu agafar en préstec audiollibres, revistes, sèries, música, pel·lícules... No teniu excusa per accedir a la cultura en digital!



XARABAU

SECCIÓ: RECOMANACIONS

L'equip de redacció de Xarabau hem pensat que volem compartir les nostres aficions amb tot el centre. Sabeu allò que si compartim el que és bo en multipliquem el plaer?

GLOBUS SOBRE LA GARROTXA

Per Oriol Mas

Anar a volar a Volaventura m'ha semblat una activitat d'allò més divertida. Veure tot el paisatge des de dalt del cel ha sigut una experiència inolvidable. Li donaria cinc estrelles. Hi ha moltes opcions, mentre investigava per a anar-hi, ho vaig veure. Jo ho recomano per a totes les edats.



EL INTERNADO LAGUNA NEGRA

Per Iratxe Bosch

Mira, la història està plena de coses rares que passen, gent que desapareix i secrets per tot arreu. Des del primer moment vols saber què passarà. I cada capítol et deixa amb més preguntes al cap. A més, els personatges són supercuriosos. N'hi ha de tot tipus, amb les seves coses i els seus embolics. Veure com canvien i com es relacionen entre ells és molt guai l'internat on passa tot, està enmig d'un bosc i fa un ambient súper estrany, com de misteri: amb passadissos secrets i túnels sota terra. I el bosc de nit fa una mica de por.



El millor de tot és que hi ha una mica de tot: drames, misteris, coses de por i, fins i tot, alguna història d'amor. Així que segur que alguna cosa t'agradarà. De veritat, et manté amb la mosca darrere l'orella fins al final. Si t'agraden les sèries amb misteri, personatges que molen i llocs que fan una mica de *canguelo*, "El Internado Laguna Negra"; és la teva sèrie!

Dóna-li una oportunitat, ja veuràs!

ARABAU

SECCIÓ: LA RECEPTE

Hola! Em dic Omar Cárdenas, tinc 16 anys i la meva gran passió és la pastisseria. Avui us porto una recepta molt especial: les magdalenes secretes del meu avi. És una d'aquelles receptes que passen de generació en generació, i que ara tinc la sort de poder compartir amb vosaltres.

Si voleu veure com les fem pas a pas, podeu trobar el vídeo complet al meu TikTok, Instagram i molt aviat a YouTube @omicooking09 i ja que hi sou... seguïu-me!

Espero de tot cor que us sorprengui el gust d'aquestes magdalenes tan casolanes i que les gaudiu tant com nosaltres cada vegada que les preparem en família.



LES MAGDALENES SECRETES DE L'AVI

Recepta adaptada per a 24 magdalenes mitjanes

Ingredients:

- 240 g de farina
- 10 g de llevat químic ($\frac{3}{4}$ de sobre)
- 180 ml d'oli de girasol o suau
- 180 g de sucre + una mica més per espolsar
- 12-24 g de llavors de sèsam torrat
- Ratlladura de 1 llimona gran
- 1 culleradeta d'anís en pols (aprox. 2 g)
- 30 ml de llet
- 3 ous grans

Opcional:

- Càpsules de paper per a magdalenes.
- Sucre i una mica més de sèsam per decorar abans d'enfornar.



ARABAU

SECCIÓ: LA RECEPTE

Elaboració:

1. Trenquem els ous i els posem en un bol gran. Els batem fins que quedin ben integrats.
2. Afegim tot el sucre i continuem remenant fins a obtenir una barreja espumosa.
3. A poc a poc, hi afegim l'oli mentre seguim batent perquè s'integri bé.
4. En un altre bol a part, posem la farina i el llevat químic. Els barregem bé i el reservem.
5. Tornem al bol principal i hi afegim la ratlladura de llimona i l'anís molt. Ho batem tot junt.
6. Mentre batem, incorporem les llavors de sèsam torrat.
7. Quan estiguin ben repartides, afegim la llet i tornem a remenar fins que quedi tot lligat.
8. Ara, incorporem la barreja de farina i llevat que havíem reservat. Ho fem de mica en mica, remenant amb cura fins que no quedin grumolls.
9. Finalment, hi afegim la canyella en pols i remenem suaument fins que quedi ben integrada.
10. Escalfem el forn a 180°C amb calor a dalt i a baix.
11. Omplim els motlles de magdalenes amb la massa (es pot fer servir una gerra o un recipient amb bec per abocar-la millor).
12. Espolsem una mica de sucre per sobre de cada magdalena perquè, en pujar al forn, quedin amb una crosta bonica i cruixent.
13. Quan el forn estigui ben calent, enforenem les magdalenes i les deixem cuinar durant 15-20 minuts. Les que estiguin a la part inferior poden necessitar una mica més de temps.
14. Quan estiguin daurades i fetes per dins (punxa-les amb un escuradents per comprovar-ho), les traïem i les deixem refredar... i ja són llestes per menjar!





ARABAU

SECCIÓ: RACÓ CREATIU

Ens acomiadem amb aquest espai per deixar volar la imaginació, jugar amb les paraules i dibuixar els nostres propis mons. Hi trobareu petites grans creacions que ens han fet pensar, sentir o riure. Cada peça és una finestra oberta al talent i reflecteix la mirada única de qui l'ha creat. Endavant, passeu i a veure si us animeu a crear!

L'IVAN DESPISTAT

Un meravellós dia d'estiu l'Ivan va sortir de casa seva per anar a veure a la seva tieta de Berlín.

Per anar-hi el petit Ivan va haver d'agafar un avió, això li feia molta por. Quan va arribar a l'aeroport havia de vigilar per no perdre el seu equipatge perquè ell era molt despistat. Finalment, ja havia fet el check in, li tocava embarcar en l'avió. L'Ivan no s'hi atrevia. Però al final va tenir el valor de fer-ho. Li estava agradant molt. Quan l'avió va començar a baixar l'Ivan es va adonar que s'havia deixat la maleta a l'aeroport.

L'Ivan es va posar molt i molt nerviós, no sabia què fer. Quan va arribar a ca la tieta i li va explicar la seva situació, la tieta li va dir que no es preocupés. Com que ella era rica faria, que li portessin. Des d'aquell dia l'Ivan, però va aprendre la lliçó.

Oriol Mas

MIRANT PER LA FINESTRA

Miro per la finestra. Ben lluny dels arbres, de les persones, dels edificis, de les muntanyes, del animals, de tot.

Més enllà de tot això i cap a dalt, hi ha el cel. Els núvols. La pluja, resguardada dins del cotó fluix. El món. La terra. La galàxia. L'espai, i, per últim, l'univers.

Perquè no hi ha infinit, sol dir la gent. I és veritat, sincerament. Però si t'hi poses a pensar, a imaginar o, fins i tot, a crear, més fora dels ulls, hi pots veure totes les paraules llunyanes que s'ha emportat el vent. I més al fons, encara hi ha una cosa més.

Hi ha una petita cosa impossible de veure. Que poca gent pensa, està sola, adormida, somiant. Amagada entre tot, la pau descansa en pau.

Alba Mora

ARABAU

SECCIÓ: RACÓ CREATIU

CREU EN TU



Gerard Reniu

FACILITAT DE FER MAL

No em vas trencar el cor de cop,
vas fer-me petites ferides fins trencar-lo.
No va ser suficient per tu veure'm caure,
vas voler destruir-me, fer-me perdre el rumb.

No et vas conformar amb només enrabiarme,
vas intentar prendre'm la pau, la calma.
Cada cop que intentava aixecar-me,
tu, amb un gest, em tornaves a trencar l'ànima.

Encara intento reconstruir-me,
però sé que la meva esperança no avança.
Cada matí em llevo sense forces ni alè,
i al capvespre, al llit, em trenco el cor pensant tot en cada racó.

Fer-me sentir insuficient no et va semblar poc,
però ara sé que tot allò que em vas fer, no va ser més que un joc.
Perquè haver-me deixat sola, sense ningú a qui mirar,
serà un record bonic per tu, però per mi serà una ferida que mai sanarà.

Ada Vilaró

ARABAU

SECCIÓ: RACÓ CREATIU

