

Quadern

recuperació

PENDENTS

1r ESO

Alumnes que actualment cursen 2 d'ESO

BIOLOGIA I GEOLOGIA

IES IFACH

NOM I COGNOMS: _____

CURS: _____

Es farà un examen durant la 3a avaluació. Aquest examen comptarà un **70%** de la nota.
A més, l'alumne/a haurà d'entregar aquest dossier d'activitats, que comptarà un **30%** de la nota.
Serà obligatori entregar el dossier d'activitats per poder presentar-se a l'examen.

Aquest dossier d'activitats permetrà repassar l'assignatura i s'entregarà **obligatòriament** el dia de l'examen.

Les següents webs poden servir com a material de consulta:

<http://profesdeciencias.net/material/eso/>

<http://recursostic.educacion.es/ciencias/biosfera/web/profesor/unidades.htm> (castellà)

1. Relaciona els conceptes de les dues columnes.

Benestar social	El cos funciona correctament
Síntoma	Radiografia
Salut pública	Accés a un habitatge digne
Benestar físic	Pèrdua de la gana
Prova diagnòstica	Cirurgia
Tractament	Estructures de sanejament i aigua potable

2. Enumera tres mesures que ajuden a:

a. Previndre les malalties.

.....

.....

b. Tractar les malalties.

.....

.....

3. Relaciona.

Degudes a alteracions de l'ADN.	Traumatismes	Al·lèrgia al pol·len
Trastorns del sistema nerviós que afecten la conducta.	Malalties genètiques	Psoriasi
Trastorns deguts al desgast dels òrgans.	Malalties mentals	Artrosi
Alteracions de la pell o de l'aparell locomotor.	Malalties autoimmunes	Diabetis
Degudes a una reacció de defensa exagerada de l'organisme davant de substàncies inofensives.	Malalties degeneratives	Fibrosi quística
Es deuen a la secreció excessiva o deficient d'una hormona.	Al·lèrgies	Esquizofrènia
Provocades per una reacció anormal de defensa de l'organisme contra si mateix.	Malalties metabòliques	Luxació

4. Classifica les malalties següents segons l'agent patògen que les provoca. Malària, clamidiosi, pallola, grip, còlera, salmonel·losi, SIDA

Causades per virus	Causades per bacteris	Causades per protozois	Causades per fongs

5. Escriu quines són les formes de transmissió de les malalties de l'activitat anterior. De les que es transmeten per contacte directe, en quines poden entrar els patògens per via genitourinària?

.....

.....

6. Escriu a quin període de la malaltia infecciosa fan referència aquestes definicions.

a. Aquell en què apareixen els símptomes característics de la malaltia:

.....

b. Aquell en el qual el microorganisme entra i es multiplica:

.....

c. Període en què ha desaparegut el patògen i l'organisme es recupera de la malaltia:

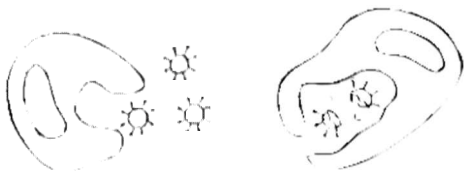
.....

7. Completa la taula incloent aquestes cèl·lules o processos on corresponga. Saliva, enrogiment de la zona, fagòcits, anticossos, suor, pell, limfòcits.

Immunitat inespecífica	Immunitat específica
------------------------	----------------------

Barreres físiques	Resposta inflamatòria	

8. En què consisteix el procés que s'esquematitza en la il·lustració? Té lloc en la res- posta immunitària inespecífica o en l'específica?



.....

.....

.....



.....

9. Relaciona cada frase amb el concepte que corresponga.

Sèrums
immunològics

És un mètode preventiu.

Contenen microorganismes atenuats o fragments d'aquests.

És un tipus de tractament.

Vacunes

Contenen anticossos.

No generen memòria immunitària.

Generen memòria immunitària.

10. Explica què és la reanimació cardiopulmonar i en quins casos s'utilitza.

.....

.....

.....

.....

.....

1. Ordena els elements des del nivell d'organització més simple al més

complex. Glòbul roig	Oxigen	Aparell circulatori
Proteïna	Cor	Teixit sanguini

.....

.....

2. Escriu la definició dels conceptes següents.

a. Biomolècula:

.....

b. Bioelement:

.....

c. Cèl·lula:

.....

3. Relaciona els tipus de biomolècules amb la seua descripció i amb l'exemple que corresponga.

Colesterol	Àcids nucleics	Alguns són una font d'emmagatzemament energètic per a la cèl·lula. D'altres formen part de les membranes cel·lulars.
Hemoglobina	Lípids	Formen part de les estructures de la cèl·lula i duen a terme la regulació de la majoria dels processos cel·lulars.
Glucosa	Hidrats de carboni	Contenen la informació genètica que controla les funcions cel·lulars.
ADN	Proteïnes	Són la principal font d'energia de la cèl·lula.

4. Per quins components està formada la membrana plasmàtica? Encercla'ls.

Fosfolípids	Glúcids	Proteïnes
Carbonat càlcic	Colesterol	Cromatina

5. Relaciona cada orgàdul o estructura cel·lular amb la seua

descripció. Nucli	Intervé en la síntesi de lípids.
Mitocondri	Orgàdul especialitzat a generar energia.
Membrana plasmàtica	Estructura que conté l'ADN.
Citoplasma	Orgàdul encarregat de transportar o emmagatzemar substàncies.
RE llis	Dirigixen el moviment del citoesquelet i dels cromosomes.
Cromatina	Medi aquós que ompli l'interior cel·lular i conté els orgànuls.
Centríols	Estructura que regula el pas de substàncies cap a l'interior o l'exterior de la cèl·lula.
Vesícula	Conjunt de fibres de l'ADN i proteïnes.

6. Identifica l'orgàdul de la imatge i respon les qüestions.

- Quin orgàdul és?
- On es forma?
- Quines substàncies produeix?
- On es localitza en la cèl·lula?



7. Senyala quins dels següents són teixits connectius.

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Teixit adipós | <input type="checkbox"/> Teixit nerviós |
| <input type="checkbox"/> Teixit muscular llis | <input type="checkbox"/> Teixit ossi |
| <input type="checkbox"/> Teixit conjuntiu | <input type="checkbox"/> Teixit sanguini |
| <input type="checkbox"/> Teixit cartilaginós | <input type="checkbox"/> Epiteli glandular |

8. Completa la taula sobre els teixits.

Tipus de	Característiques	Funció
----------	------------------	--------

teixit		
Epiteli glandular		
	Té una matriu gelatinosa amb fibres abundants.	
		Forma els ossos.
Teixit nerviós		
		Responsable de les contraccions del cor.
		Recobrix les articulacions per a evitar que es desgasten.
	Matriu amb poca substància intercel·lular i cèl·lules que emmagatzemen greix.	

9. Relaciona.

Sistema circulatori

Sistema nerviós

Aparell reproductor femení

Sistema endocrí

Aparell excretor

Esquelet

Funció de nutrició

Funció de relació

Funció de reproducció

10. Senyala quin és el recorregut correcte que segueix l'oxigen per a arribar a les cèl·lules dels teixits.

- Medi intern → Sang → Cèl·lules → Medi intern
- Medi extern → Medi intern → Sang → Cèl·lules
- Medi extern → Sang → Medi intern → Cèl·lules

1. Quina és la finalitat de la nutrició? Quins processos estan relacionats amb aquesta funció?

.....

.....

.....

2. Relaciona cada nutrient amb la funció que li corresponga.

Vitamines	Tenen principalment una funció estructural. Però també reguladora, defensiva i transportadora.
Hidrats de carboni	Proporcionen energia a llarg termini i formen part de les membranes cel·lulars.
Proteïnes	Proporcionen energia de forma immediata.
Lípids	Regulen els processos metabòlics de l'organisme.

3. Señala cuáles de las siguientes son funciones del agua.

- Forma part del citoplasma de la cèl·lula.
- Regula l'absorció de nutrients i el trànsit intestinal. Proporciona energia.
- És un mitjà de transport de substàncies.
- Regula la temperatura corporal.
- Accelera les reaccions químiques. És dissolvent dels nutrients.

4. Escribe si las afirmaciones siguientes son verdaderas (V) o falsas (F).

- a. Els aliments d'origen vegetal són rics en nutrients amb funció reguladora.
- b. La digestió i la respiració són processos relacionats amb la nutrició.
- c. Les vitamines i les proteïnes són micronutrients.
- d. Els constituents bàsics de les proteïnes són els aminoàcids.

e. El midó i el glucogen són glúcids senzills.

f. La llet no té proteïnes.

g. La pasta és un aliment ric en hidrats de carboni.

h. Els llegums són aliments rics en proteïnes.

i. Els ous contenen proteïnes i lípids.

j. El marisc és ric en glúcids.

5. Completa les etapes que tenen lloc en la respiració cel·lular.

1. La, procedent de la digestió dels aliments, arriba a les cèl·lules.

2. Una vegada allà, entra en la, juntament amb l'.....
captat de l'aire, a través dels pulmons.

3. L'oxigen es combina amb la, que es trenca i allibera l'
..... dels seus enllaços químics.

4. Com a resultat de la respiració cel·lular es forma, que queda a
l'interior cel·lular, i un rebuig que s'expulsa fora de la cèl·lula.

6. Quins aliments contenen fibra alimentària?

.....
.....

7. Escribeu si les afirmacions següents són vertaderes (V) o falses (F).

a. Quan l'organisme està en repòs, no necessita cap energia.

b. La taxa de metabolisme basal és la mateixa en tots els individus.

c. La despesa energètica que es requereix en córrer és més gran que la despesa energètica que tenim en caminar.

d. La nostra despesa energètica total és la suma de l'energia que gastem en la digestió i absorció de nutrients i la que gastem en l'activitat física que realitzem diàriament.

8. Senyala quins dels consells següents permeten tindre una alimentació saludable. Corregix els falsos.

- Convé realitzar dos menjades al dia.
- Cal incloure en la dieta aliments que continguen tots els tipus de nutrients. Els nutrients que hem de prendre en més proporció són les proteïnes.
- Cal beure almenys litre i mig d'aigua al dia. S'han d'evitar els greixos i l'excés de sal.

.....

.....

.....

.....

9. Completa les frases, tenint en compte les recomanacions de la roda dels aliments.

a. El pa, les creïlles i la pasta són aliments del grup, rics en i amb funció

b. La carn, el peix i els llegums pertanyen al grup Son rics en i tenen funció

c. Les pertanyen al grup VI i les verdures, al grup
Ambos són aliments amb funció

d. La mantega i l'oli pertanyen al grup; són rics en i amb funció

e. En el grup IV s'inclouen la i els seus derivats. Són rics en
....., amb funció

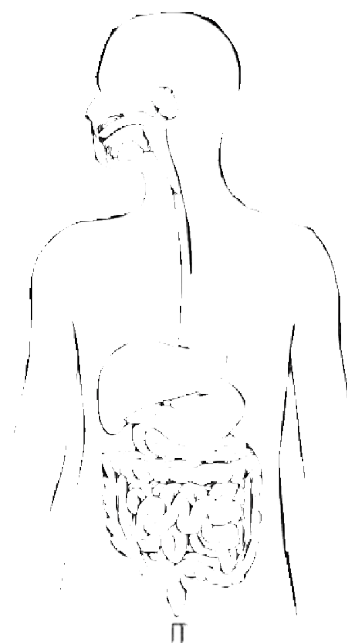
10. Escribe tres accions que contribuïsqnen a garantir la seguretat alimentària.

.....

.....

.....

1. Retola en la imatge les parts que identifiqués de l'aparell digestiu. Escriu d'un color el nom de les parts del tub digestiu, i d'un altre color, el de es glàndules digestives.



2. Indica si les afirmacions següents són vertaderes (V) o falses (F).

- a. El suc gàstric continua la digestió dels glúcids que s'ha iniciat a la boca.
- b. La bilis emulsiona els greixos.
- c. Els moviments peristàltics duen a terme, juntament amb els enzims, la digestió química.
- d. Els enzims del suc pancreàtic actuen sobre els greixos.
- e. La digestió de les proteïnes comença a l'estómac.

3. Senyala quines de les següents són funcions de l'intestí

- prim. Duu a terme una part de la digestió química dels aliments.
- Ací es produïx la insalivació dels aliments.

- Segrega el suc gàstric.
- Es formen els excrements fecals.
- Ací té lloc l'absorció de la majoria de nutrients orgànics.
- S'acaba la digestió de glúcids i proteïnes.

4. Relaciona cada part de l'aparell respiratori amb la seua descripció.

Bronquíols	Tub comú a l'aparell respiratori i al digestiu.
Pleures	Estructures en forma de sac on es produïx l'intercanvi gasós.
Alvèols pulmonars	Cavitats per les quals l'aire penetra des de l'exterior.
Fosses nasals	Ramificacions xicotetes dels bronquis que acaben en els alvèols.
Bronquis	Membranes que envolten els pulmons.
Faringe	Ramificacions de la tràquea.

5. Completa la taula: escriu «ric en O₂» o «ric en CO₂», com corresponga.

Sang que arriba als alvèols	Sang que ix dels alvèols	Aire que arriba als alvèols	Aire que ix dels alvèols

6. Selecciona les frases correctes sobre l'aparell

- circulatori. Realitza una part de la digestió
- química dels glúcids. Rep nutrients de l'aparell digestiu.
- Regula la temperatura corporal.
- Intercanvia gasos amb l'aparell respiratori.
- Filtra l'orina.

Defensa l'organisme.

7. Completa la taula amb les característiques d'artèries i venes.

	Porten sang des de... a...	Secció del vas sanguini	Parets	Presència de vàlvules
Artèries				
Venes				

8. Tria les opcions correctes per a completar els recorreguts de la circulació sanguínia.

En la circulació major, la sang ix del ventricle esquerre/ventricle dret del cor cap a l'artèria pulmonar/aorta, que la distribuïx per tot el cos.

La sang dels capil·lars s'arreplega en les venes/artèries i arriba per la vena hepàtica/cava a l'aurícula esquerra/dreta del cor.

En la circulació menor o pulmonar, la sang ix del ventricle esquerre/ventricle dret del cor cap a l'artèria pulmonar/aorta i es dirigix als pulmons. Torna a l'aurícula dreta/aurícula esquerra del cor a través de la vena cava /pulmonar.

9. Selecciona l'intrús en cada apartat i explica per què ho és.

- a. Còlon, Duodé, Íleum, Jejú.
- b. Eritròcit, Plasma, Trombòcit, Limfòcit.
- c. Renyó, Pulmó, Glàndula sudorípara, Cor.
- d. Càpsula de Bowman, Tub renal, Uretra, Ansa de Henle.

.....
.....

10. Explica què és el sistema limfàtic i quines parts el formen.

.....
.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

1. Completa les frases relacionades amb les etapes que tenen lloc en la funció de relació.

- 1. Percepció de pels
- 2. Anàlisi de la informació i elaboració de pels centres de
- 3. Execució de les respostes pels òrgans

2. Quins òrgans i sistemes s'encarreguen de cada un dels tres passos descrits en l'activitat anterior?

.....

.....

.....

3. Selecciona l'opció correcta en cada cas.

a. Els receptors del gust són:

- Quimiorreceptors
- Termoreceptors
- Mecanoreceptors
- Nociceptors

b. Els receptors de l'oïda són:

Quimiorreceptores Termoreceptors Mecanoreceptors Nociceptors

c. Els receptors del tacte són:

Quimiorreceptores Termoreceptors Mecanoreceptors Nociceptors

4. Relaciona cada part de l'ull amb la seua descripció.

Escleròtica	Lent que enfoca les imatges a la retina.
Iris	Zona acolorida de l'ull.
Retina	Part davantera, més bombada, de l'escleròtica.
Còrnia	Capa exterior que protegeix el globus ocular.
Cristal·lí	Capa interna del globus ocular on es troben les cèl·lules receptores sensibles a la llum.
Cons	Cèl·lules fotoreceptores que perceben els colors.

5. Completa els buits.

a. Les neurones consten de tres parts: un cos cel·lular o, diverses, i un

b. Entre les neurones s'establixen connexions denominades

c. Les neurones són aquelles les dendrites de les quals estan connectades a cèl·lules d'un receptor.

d. L'..... està protegit pel i tres membranes anomenades Consta de cervell; i encefàlic.

e. La és un cordó nerviós protegit per la columna.

f. El controla els moviments apresos i l'equilibri.

6. Selecciona les opcions correctes en cada cas.

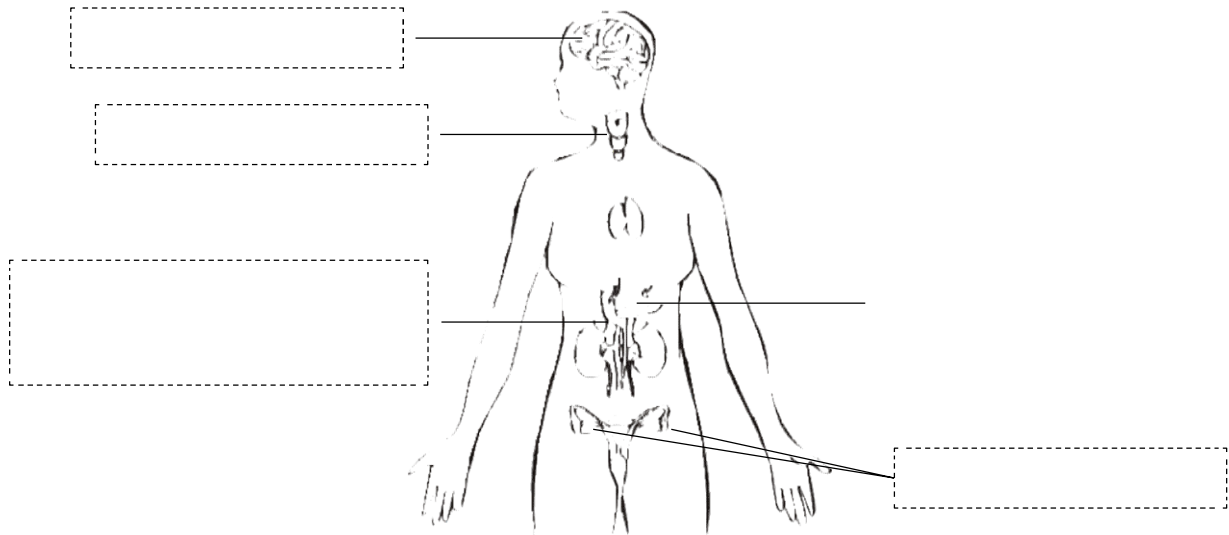
a. Els actes reflexos són una sèrie de respostes lentes/ràpides i involuntàries/ voluntàries.

b. Els actes involuntaris/voluntaris requereixen una decisió que es pren al

cerebel/ cervell.

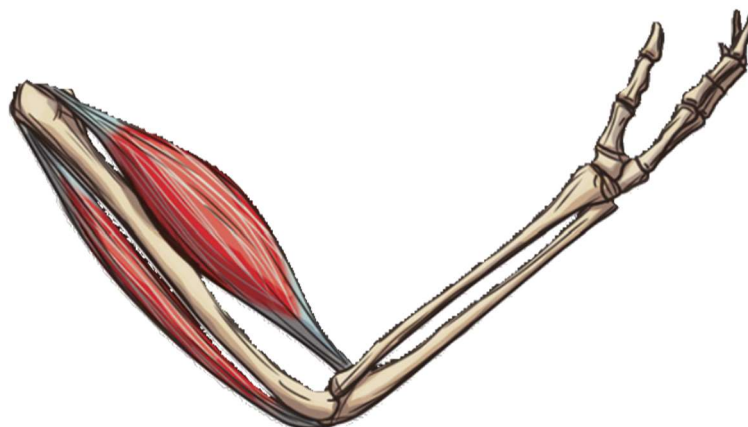
- c. Les cèl·lules sensorials capten els estímuls i els convertixen en impulsos senso- rials/nerviosos.
- d. En els actes reflexos, els impulsos nerviosos no arriben al SNC/cervell, sinó que és la columna/medul·la la que rep els impulsos i envia la resposta.

7. Escriu els noms de les glàndules endocrines senyalades en la imatge. Quina glàn- dula s'encarrega de controla la secreció de les altres?



8. Quines hormones segreguen els ovaris i quina funció tenen?

9. Retola els músculs i els ossos de la il·lustració i explica com es produïx el moviment del braç.



10. Classifica les malalties següents.

Hipertiroïdisme, luxació, depressió, artritis, osteoporosi, esquizofrènia, pàrkinson, anorèxia nerviosa, gigantisme, esquinç, alzhèimer, diabetis

Malalties degeneratives del SN	Malalties mentals	Malalties endocrines	Malalties de l'aparell locomotor

1. Senyala les frases relacionades amb la reproducció humana que siguen

- vertaderes. La reproducció humana és sexual.
- Intervenen dos tipus de gàmetes, produïts per individus del mateix sexe.
- L'embrió s'implanta a la vagina.
- L'espècie humana presenta dimorfisme sexual. La fecundació és interna.
- L'espècie humana és bisexual.

2. Escribeu quins canvis fisiològics i psicològics es produïxen en l'adolescència que no tinguen relació amb l'aparell reproductor.

.....

.....

.....

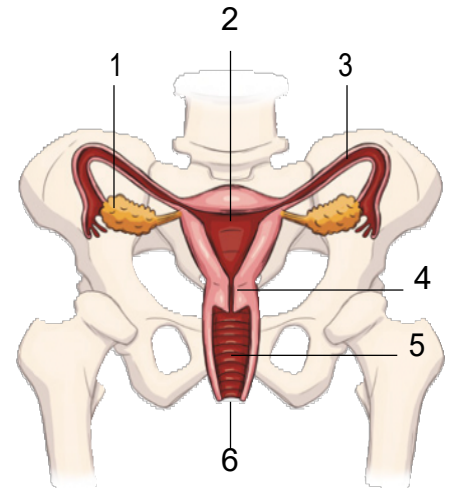
3. Completa la taula.

	Sexe femení	Sexe masculí
Gàmeta		
Gònades		

Vies genitals		
Genitals externs		
Glàndules		

4. Escriu el nom de les estructures de l'aparell reproductor femení senyalades en la imatge.

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5



5. Quines són les glàndules exocrines de l'aparell reproductor masculí? Escriu quina és la secreció de cada una i on aboquen les seues secrecions.

-
-
-

6. Completa el text sobre els gàmetes.

Els són cèl·lules grans i, mentre que els són i

Els primers tenen tres parts: nucli, que conté els; citoplasma, que conté el i la membrana envoltada de la zona i la corona; dues cobertes que el protegeixen. Els espermatozoides estan formats per , zona intermèdia i

7. Completa la taula.

	Cicle de l'ovari			Cicle de l'úter		
Fases		Ovulació				Fase secretora
Dies de duració	1 al 14					
Esdeveniment principal						

8. Ordena els processos

- següents. Implantació.
- Es forma el cap i l'embrió passa a anomenar-se
- fetus. Formació de la placenta.
- Deslliurament
- . Dilatació.
- El fetus té els ossos desenvolupats i els pulmons funcionals.
- Unió de gàmetes i formació del zigot.
- El fetus comença a moure's.
- Introducció dels espermatozoides en les vies genitals femenines.

9. Selecciona quins dels processos de l'activitat anterior pertanyen al desenvolupament embrionari i quins al part.

.....

.....

10. ESCRIU EL NOM DEL MÈTODE ANTICONCEPTIU DESCRIT. Mètode anticonceptiu mecànic que prevé les ITS.

.....

Pastilles, pegats o injeccions que impedeixen l'ovulació en les dones.

.....

Dispositiu que es col·loca a l'úter i que impedeix la implantació de l'embrió.

.....

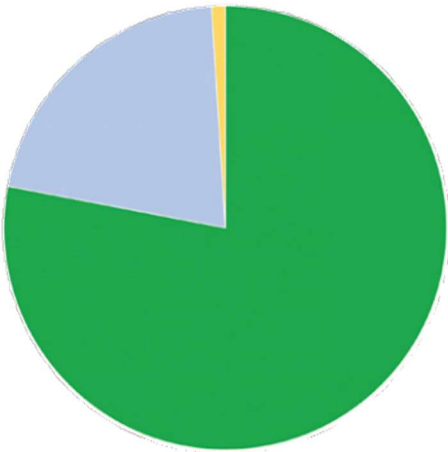
Mètode quirúrgic que impeditx que els òvuls arriben a l'úter.

.....

Substàncies que s'apliquen a la vagina i inactiven i destruïxen els espermatozoides.

.....

1. Observa el gràfic sobre la composició de l'atmosfera i escriu el nom dels gasos que representen els dos sectors majoritaris.



.....
.....
.....
.....
.....
.....

Quins altres gasos podem trobar a l'atmosfera a més dels dos anteriors?

.....

2. Escriu quina importància tenen per a la vida a la terra els gasos següents, presents en l'atmosfera.

Oxigen:

.....

Vapor d'aigua:

.....

Diòxid de carboni:

.....

3. Què és la contaminació atmosfèrica? Anomena dues fonts de contaminació d'origen natural i dues més causades per les activitats dels éssers humans.

.....

.....

.....

4. Identifica i senyala els efectes ocasionats per la contaminació atmosfèrica.

- Pluja àcida.
- Disminució de l'efecte d'hivernacle.
- Increment de malalties respiratòries.
- Destrucció de la capa d'ozó.
- Disminució dels aqüífers.

5. Per què és important estalviar energia? Escriu almenys tres mesures d'estalvi energètic que pugues fer a casa. N'hi ha cap que ja dus a terme?

.....


.....

.....

.....

6. Realitza un dibuix que mostre els processos que intervien en el cicle de l'aigua. Senyala-hi les zones que contenen l'aigua al nostre planeta.

.....



┌

7. Imagina que tens una garrafa de 5 litres d'aigua. Si presenta la mateixa proporció que a la superfície terrestre, quin percentatge d'aquests cinc litres correspon a l'aigua d'oceans i de mars i quin, a les aigües cont



.....

.....

.....

.....

.....

.....

8. Per a què usem l'aigua? Indica tres usos consumptius de l'aigua i tres de no consumptius.

Usos consumptius:

Usos no consumptius:

9. De quines fonts obtenim l'aigua per al consum humà? Què fa falta perquè pu- guem beure aquesta aigua?

.....
.....
.....
.....

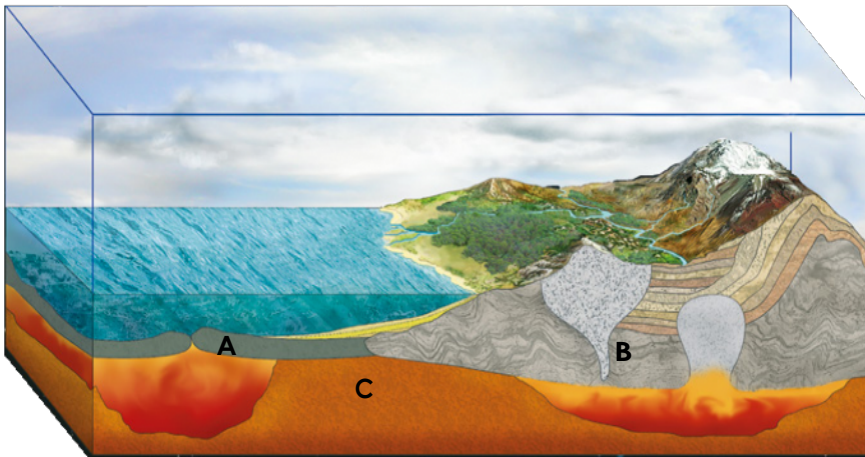
10. Escribe una mesura d'estalvi d'aigua en les situacions següents.

Al bany:

A la cuina:

Al jardí:

1. Observa la il·lustració i identifica a quina capa correspon cada lletra.



2. Quines diferències hi ha entre les parts de l'escorça representades per les lletres A i B?

.....

.....

3. Què és la textura d'una roca?

.....

.....

4. Relaciona cada tipus de textura de les roques amb la definició corresponent. Granular No s'hi observen cristalls a simple vista.

Víttria S'hi observen cristalls de minerals de grandàries i colors diferents.

Clàstica S'hi observen fragments procedents de l'erosió d'altres roques.

5. Tria l'opció correcta en cada cas.

a. Si els sediments procedeixen de la precipitació de sals minerals dissoltes en l'aigua, parlem de roques sedimentàries...

Detrítiques.

No detrítiques.

b. Si el magma es refreda lentament a l'interior de l'escorça, parlem de roques...

Plutòniques.

Volcàniques

c. Si les roques s'originen per la transformació d'altres roques a causa d'un augment de la pressió i/o de la temperatura a l'interior de l'escorça terrestre, es tracta de...

Roques

sedimentàries.

Roques

magmàtiques.

Roques

metamòrfiques.

6. Completa la definició de mineral.

Un mineral és una substància sòlida,, d'origen, de composició definida i que presenta una estructura

7. Classifica els minerals següents: quars, guix, calcita, halita, mica i feldespat.

Minerals silicatats	Minerals no silicatats

8. És el mateix el color del mineral que el color de la ratlla? Quin és invariable?

.....
.....

9. Escriu tres usos dels minerals i tres usos de les roques.

.....
.....
.....
.....

10. Definix els conceptes següents.

Jaciment:

.....

Pedrera:

.....

Mena:

.....

Mina:

.....

1. Quins són els agents geològics externs?

.....

2. Completa la taula sobre els processos geològics exògens.

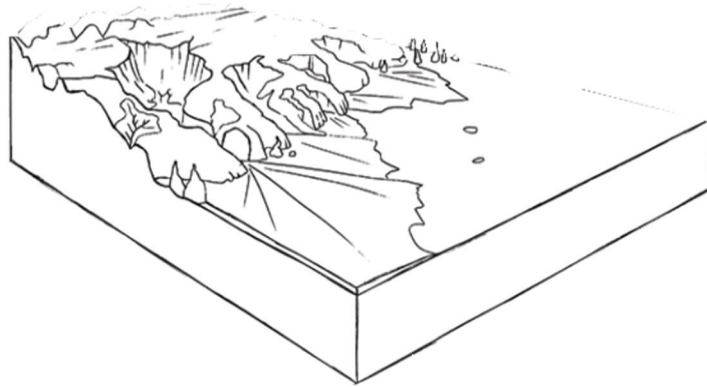
Procés geològic	Descripció
	Depòsit dels materials transportats pels geològics quan perden la capacitat de transport.
Meteorització	
	Desplaçament a uns altres llocs dels materials arrancats pels processos erosius.
	Desgast de les roques a causa de l'arrossegament dels materials resultants de la de la roca per algun agent geològic.

3. Quin agent geològic és responsable de la gelifracció? Quins factors poden influir en aquest procés?

.....

.....

4. Quin agent ha modelat el relleu de la imatge? Definix-lo i retola les tres parts que s'hi diferencien.



.....

.....

5. Encercla la paraula intrusa de cada llista i explica per què ho és.

a. Dissolució, carbonatació, gelifracció, oxidació.

.....

b. Lapiaz, regall, badia, badland.

.....

c. Vall d'obi, estuari, meandre, cascada.

.....

d. Albufera, tómbol, penya-segat, platja.

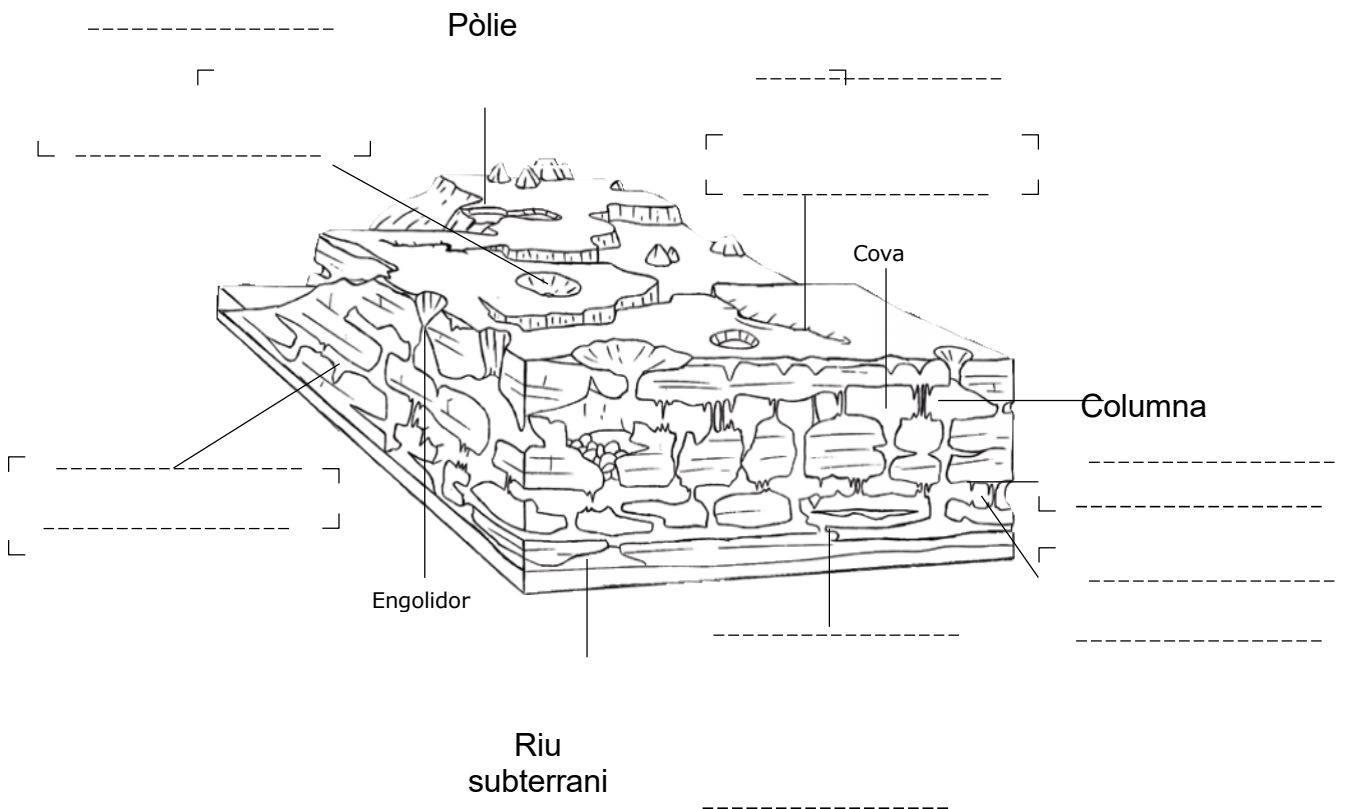
.....

6. Completa la taula sobre els trams d'un riu.

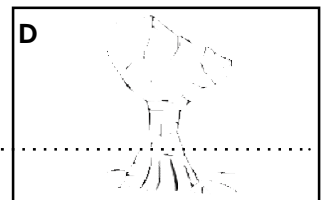
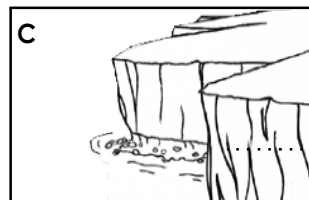
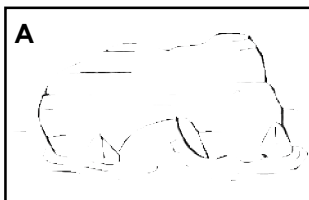
Pendent i velocitat	Processos geològics que	Formes del relleu característiques
---------------------	-------------------------	------------------------------------

		hi actuen	
Curs alt			
Cursos mitjà i baix			

7. Escriu els rètols que falten en la imatge.



8. Identifica aquestes formes del relleu. Explica quin agent geològic origina cada una.



.....

.....

.....

9. Completa els enunciats.

.....

El és el límit superior de la zona saturada d'un aqüífer.

El és la zona més elevada d'una glacera de muntanya on s'acumula la neu i es transforma en

Les glaceres de es troben només als pols.

Les són els dipòsits dels materials transportats per la glacera.

Segons on se situen poden ser;, de fons i

10. Troba a la sopa de lletres 10 formes de relleu i escriu a quin tipus de modelat pertanyen.

L	L	E	N	G	U	A	L	H	Q	C	M	U	D
A	V	F	Z	S	A	K	A	C	V	A	F	I	E
C	X	C	Z	U	O	B	L	J	F	S	D	C	L
L	O	E	S	S	N	U	B	Q	G	C	U	D	T
P	Q	U	D	V	J	T	U	T	U	A	D	G	A
W	I	T	H	M	C	T	F	T	O	D	T	I	A
M	O	R	R	E	N	A	E	M	B	A	D	I	A
C	P	B	O	I	D	H	R	U	I	R	U	K	P
A	V	J	B	A	R	C	A	N	E	S	Y	G	K
L	P	S	I	N	A	A	E	N	C	I	L	O	V
A	A	B	I	R	E	G	A	L	L	A	N	A	O

.....