

# CRÓNICA JOVE

NÚMERO 55  
DISEMBRE 2024





# EQUIP DE COMUNICACIÓ



**ALUMNAT:**

SARA BUENDIA  
NACHO BURRIEL  
MARCOS GONZÁLEZ  
TANIA GABRIELA MORAR

CHRISTOPHER PEÑA

LAURA PEINADO  
IRENE SALVADOR

**PROFESSORA:** ESTHER MÁÑEZ

## ÍNDEX

1. MUNTANERS PEL MÓN
2. MUNTA-REFERENTS
3. EN EL MUNTANER LLUITEM PER L'IGUALTAT
4. I QUÈ MÉS FEM EN EL MUNTANER?
5. LES RECEPTES DEL MUNTANER
6. L'OPINIÓ DELS MUNTANERS
7. MUNTA-RECOMANACIONS
8. PARLEM D'ESPORTS



# MUNTANERS PEL MÓN





---

# ANEM CAP A BOSTON

---

## Activities in NY (by Carla Prieto 1º Batx)

At the beginning of our first day in NY, we saw the Empire State Building. After that, we visited the New York Public Library as it was nearby. We also went to Saint Patricks Cathedral. Moreover, we visited NBA Store and Lego's store. Then, we spent such a wonderful afternoon in Central park. Last but not least, we saw Times square at night.

The second day we went to the Top of the Rock (is an observation deck) and we realized how huge New York is. After that, we visited 9/11 Memorial. In addition, we crossed Wall Street. Then we went up a boat and we saw the Statue of Liberty. To have a pleasant end of the day, we went for a walk over the Brooklyn Bridge. Furthermore, we took many photos.

We cannot overlook our last day. We had to catch the train at 14:30 to Boston. For that reason we did less activities such as going to the Harry Potter shop. Moreover, despite the fact we didn't have enough time, we also went to the fifth avenue located in Manhattan. Finally we caught the train and we arrived to a little town located in Boston called Foxborough.



## Activities in Foxborough (Sandra Pulido 2º Batx)



We had a really great time doing activities in Foxborough; every morning we had to go to the first period class with our American partners. Then, the school bus picked us up and took us to the different places we visited.

The first day an advanced Spanish student showed us a little bit of Foxborough, we went to the police station and the fire station. The second day we went to Boston, and we saw a lot of historical monuments. On Wednesday we went to Newport, we visited a mansion, and later we went to see the town as well. On Thursday we went to Plymouth Plantation, an interactive museum that replicates the original settlement of Plymouth Colony established in the 17th century. What impressed us most was that there were actors replicating the life that people had during this time, and you could interact with them. The last activity planned by our high school was a tour of the Gillette Stadium, and that afternoon we went to have dinner with all the people who were participating in the exchange.

Also, every afternoon of the week we had free time and our American partners took us to different places; some people went to throw axes, others had a picnic, and some of them watched matches that their partners had that week, so we didn't get bored during this time. We have enjoyed this experience a lot!



## Food (Hector García 1º Batx)

The food in America is different compared to Spain. There are a lot more ready meals than in Spain and people eat them more often. Also, they pick up more food from restaurants than us. In general, they eat more fast food, and they cook less than us. Houses (Héctor Guerrero 1º Batx)

The houses in America are big, and the land people own as well. Regarding the time we spent with the family, it was very comfortable because the families are welcoming.



## Cultural differences (Daniela and Candela 2º Batx)

Going to the U.S has been one of the greatest journeys we have ever had, but there were certainly differences in the way they live. For example, the schedules and the food are different. In the US, they do not have strict food timetables like in Spain. In addition, they are usually not as satiating as Spanish food. Also, in school it is mandatory to pledge allegiance to the flag. All of them have a strong sense of patriotism, even if they have different political ideas.

Overall, every country has their own culture, and it has been great to get to know theirs.





## History of the country (Carla, Nerea, Paula y Carmen. M, 2º Batx)

The history of the United States begins in 1607. The lands inhabited by the indigenous people were colonized by the English, Spanish and French for economic, religious and political reasons. This colonization brought conflicts between the natives and the European powers causing a war of independence that began in 1775 due to tensions over excessive taxes and lack of representation, thus declaring the Independence of the Colonies in 1776. Already independent, the 13 colonies expanded through wars to form the United States of America.



## Overall opinion and recommendations for future students (Mireia and Carmen 1º Batx)

The exchange between Foxboro and Xirivella is a great opportunity to improve your English skills, get to know new cultures, people and a new country. In our case we were very lucky. Our host family welcomed us as one extra member of the family and they helped us with everything we needed. We think that you shouldn't miss the opportunity to participate because it will become an unforgettable experience.



---

# EXCURSIÓN CHULILLA

---

El pasado miércoles, 25 de septiembre el alumnado de 1º de la ESO del IES Ramón Muntaner fueron a Chulilla a hacer la ruta de los puentes colgantes como jornada de bienvenida. Esta salida fue organizada por el departamento de educación física.



La Ruta de los Puentes Colgantes se encuentra en la localidad de Chulilla, situada en la provincia de Valencia. Es conocida principalmente por su impresionante paisaje natural y las actividades al aire libre que se pueden realizar en la zona.

## CARACTERÍSTICAS DE LA RUTA

- **Distancia:** Aproximadamente 8 kilómetros de recorrido, aunque puede variar dependiendo de la variante de la ruta elegida.
- **Duración:** Suele durar entre 3 y 4 horas, dependiendo del ritmo y las paradas para disfrutar del paisaje.
- **Dificultad:** La ruta es considerada de dificultad media, con algunos tramos algo complicados debido a las pendientes y las pasarelas.
- **Recorrido:** La ruta atraviesa varios puentes colgantes y pasarelas instaladas en las rocas, lo que proporciona una sensación de aventura. También se cruzan tramos de sendas que atraviesan bosques, así como espectaculares miradores del barranco.







# VISITA COOPERATIVA AGRÍCOLA EL PERELLÓ

El passat dimecres 4 de desembre, l'alumnat de 2n curs de grau superior del cicle d'Administració i finances va visitar la Cooperativa Agrícola El Perelló. La visita està emmarcada en el mòdul Gestió Logística i Comercial. L'activitat va comptar amb la organització del professor del mòdul, Vicent Ballester i la col·laboració de la tutora del grup Ramona Hornos.

Van ser rebuts pel director-gerent de la cooperativa, Pablo Simeón Micó que els va rebre amablement i passaren a una sala on ens va projectar un power sobre la història de la cooperativa i com va evolucionar des dels anys 50 fins els nostres dies. Van saber amb sorpresa que, si anem a un restaurant xinès a Londres o Paris, amb molta probabilitat, la verdura que mengem haurà sigut cultivada a El Perelló, a la nostra terra. La cooperativa manté el cultiu de la tomaca perquè forma part de la nostra història, però això representa un 10% del seu negoci. La major part dels cultius de la cooperativa són verdura oriental que exporten a França, Regne Unit, Holanda, República Txeca i Polònia. La cooperativa factura uns 12 milions d'euros a l'any.

En l'exposició va quedar molt clar el vessant social d'una empresa cooperativa front a una empresa capitalista. Després de l'exposició baixarem a les zones de treball i a les cambres frigorífiques. L'alumnat va estar molt participatiu fent les preguntes que consideraven interessants i va ser una jornada molt profitosa.





# VIAJE A MADRID

Alumnado de 3º y 4º de la ESO han estado dos días en Madrid para conocer el Madrid más artístico. Han tenido la oportunidad de ir al Musical de Grease en el teatro Tirso de Molina, la obra Farra en el Teatro de la Comedia y el Musical Mamma Mia. Además no han podido dejar de visitar el mercadillo navideño.

Una experiencia inolvidable para todos ellos.





# MUNTA-REFERENTS





# ENTREVISTA A JUAN LUIS CARRIÓN

**El alumnado de radio de 4º ESO (Ariadna, Inaira y Laura) entrevistó a uno de los profesores más querido de nuestro centro, Juan Luis Carrión, quien se jubiló al finalizar el pasado curso tras 35 años dedicado a la educación. Juan Luis fue profesor de Física y Química y también director de nuestro centro.**



En la entrevista Juan Luis confesaba que a lo largo de todos sus años de profesor ha “aprendido sobre todo a convivir, a convivir con compañeros de trabajo, con gente joven, para intentar ponerme en contacto y poder enseñar y utilizar la física y química como instrumento para estar con vosotros y bueno, pues contaros cosas, tanto desde mi experiencia de vida como desde las asignaturas que os he podido impartir”.

**P: ¿Porque decidiste ser profesor?**

R: Siempre me ha gustado ser profesor desde que era niño, aunque cuando empecé la carrera, mejor dicho, cuando terminé la carrera de químicas, estuve unos años en la facultad preparándome, haciendo primero la tesina, luego la tesis doctoral, yendo a congresos, dando clase de laboratorio.

Vivía de una beca de formación de personal investigador, o sea que no iba a ser profesor, me iba a dedicar a la investigación y para eso me habían preparado.

Aunque ya digo que cuando desde joven siempre me ha gustado la docencia y de hecho he dado clases particulares desde que era joven.

Pero bueno, circunstancias de la vida, te casas, ves que el sueldo no llega, se convocaron por primera vez en Valencia las oposiciones a secundaria y aprobé, con lo cual dejé la investigación y me vine a trabajar a la docencia.

O sea que circunstancias de la vida.

La vida te conduce por un sitio, te conduce por otro y por lo menos lo que yo he intentado hacer, es ver las cosas buenas en cada cosa y aprender en cada sitio.

**P: ¿Y entonces en algún momento te has arrepentido de dedicarte a la docencia?**

R: Pues mira, voy a ser sincero, sí. A ver, arrepentirme no, sino tener la tentación de preguntarme qué habría sido de mí si no hubiera aprobado las oposiciones, por lo tanto no me hubiera dedicado la enseñanza. Y claro, pues esa pregunta ha estado dando vueltas en mi cabeza de vez en cuando.

Pero indudablemente la enseñanza te da la oportunidad de tener vida propia, te da la oportunidad de tener vida en familia, con tus amigos, con tus hijos, cosa que la investigación no, la investigación es dar la vida por lo que estás investigando. Hay una competitividad muy grande, la vida es de otra manera.

Entonces, bueno, pues esa tranquilidad, entre comillas, esa seguridad que tiene la enseñanza con todos esos beneficios y esos atractivos para mí que tiene la enseñanza y la relación con vosotros con gente joven pues desde luego ha hecho que no me arrepienta, haberlo pensado sí, pero arrepentirme no.



**P: ¿Cuál fue tu mejor o peor momento o experiencia como profesor?**

A ver experiencias como profesor malas pues han habido desde no poder conectar con ciertos alumnos que me hubiera gustado conectar, porque sabes lo que está pasando pero ahí hay una barrera que te impide conectar con ese alumno, a tener problemas también con padres y madres, pues supongo que lógicamente ven y protegen o sobreprotegen a sus hijos e hijas, pero estás viendo que están en un tremendo error. Y el no poder convencerlos, el no poder ayudarlos, pues también muchas veces ha sido una frustración. Ha habido momentos nada agradables pero bueno, perfectamente superables y están dentro de lo que toca.

**P: ¿Cuánto tiempo estuviste como director? ¿Y por qué dejaste de ser director?**

R: Estuve 15 años como director. Y lo dejé porque ya eran muchos años en ese cargo, porque antes de director ya fui jefe de estudios. Entré como director siguiendo un proyecto que ya llevábamos años trabajando en él. Era un tiempo en el que esos proyectos se podían tirar para adelante. Entrás con ilusión, sabiendo lo que quieres hacer, pero bueno, pues a lo largo del camino te encuentras con problemas, sobre todo con las diferentes administraciones, con la consellería, con el ayuntamiento, con lo que sea. Fundamentalmente el problema que tuve que capear más serio durante mis años de dirección fue la ampliación del centro. Por lo menos pude terminar la dirección con esa meta casi conseguida y gracias a Dios lo he podido ver y disfrutar.

**P: ¿Cómo ha sido tu vida desde que te jubilaste?**

Pues diferente, a ver, acoplándome a la nueva vida. Yo soy una persona de llevar un cierto orden: la docencia, las clases, pues tienen de bueno en que tienes un horario, entonces el horario hay que cumplirlo. Tenía una rutina. Y bueno pues ahora estoy buscándola.

**P: ¿Extrañas tu vida como docente aún?**

R: Sí, yo si quieres que te sea sincero, yo pienso que sí.

**P: ¿Y a lo largo de los años, has notado algún cambio en los alumnado? ¿Era antes más fácil dar clase?**

Cada época, cada tiempo han tenido sus ventajas y sus desventajas. Alumnado bueno siempre ha habido, alumnado que le cuestan los estudios siempre ha habido, alumnado que le cuesta estar en clase pues siempre ha habido, quizá ahora es no sé, las legislaciones y por el sistema educativo y también por problemas sociales, relaciones sociales, las familias, etc pues a lo mejor, ahora es un tiempo en donde el patrón de autoridad, por decirlo de alguna manera pues muchas veces se pierde.

**P: ¿A qué te dedicas ahora en tu tiempo libre?**

R: Pues a lo que va saliendo, ya digo que voy buscando mi rutina, pero claro, he estado días fuera, con lo cual la rutina la he roto. Y te dedicas a disfrutar, ver cosas y moverte por ahí, pero en el resto de los días, pues lo que ha ido surgiendo, leer, ordenar cosas, atender a los nietos, porque han habido más nietos que habitualmente, y nada más, es decir, una vida sencilla.

**P: ¿Por qué escogiste ser profesor de física y química?**

Cuando estudié mi bachillerato, pues la verdad es que, bueno, pues era buen estudiante, o eso creía yo, y llegué a último curso de mis estudios de bachillerato y allí pues me dieron los dos carrillos, tanto en la física como en la química. Ahí tuve dos opciones o dar rienda suelta a mi soberbia y enviar todo a hacer puñetas, o ser un poquito humilde, cabrearme con la asignatura, con el profesor y con quien me haga falta y ponerme a estudiar. Entonces, debido a eso es cuando realmente vi el atractivo de las dos, de la física y de la química, de hecho, yo quise al principio, estudiar las dos cosas, las dos carreras. ¿Por cuál empiezo? Por la química. Terminé la carrera y pensé en dejar la física para más adelante. Seguí con la química, con el doctorado. Y luego, pues nada, la oposición que te estudias.

Para finalizar la entrevista, las alumnas quisieron darle una sorpresa a Juan Luis con mensajes de algunos de sus excompañeros como Ana Camarasa, Vicente Weiden, Fernando, Julio o Mariví.

Pero este pequeño homenaje a nuestro querido Juan Luis no podía quedar reflejado solo en esta pequeña entrevista. Pasad página y veréis.



# RECONeixEMENT A L'ESFORÇ I L'EXCEL·LÈNCIA EDUCATIVA DE XIRIVELLA



En la **Gala de los Premios Educativos de Xirivella** se homenajeó al esfuerzo, talento y trayectoria de miembros que forman toda la comunidad educativa de la localidad.

Además de estudiantes del Muntaner no podía faltar el merecido homenaje a Juan Luis Carrión.

Si le preguntamos a nuestra directora el porqué se merece este reconocimiento, no tiene dudas. Juan Luis fue director durante casi 20 años en nuestro centro. Es un gran profesional y con un carácter conciliador que las directoras, que hemos asumido el cargo tras él, hemos intentado plasmar. Y además, un gran docente muy querido, respetado y valorado por su alumnado. Excelente compañero, siempre dispuesto a ayudar y colaborar en todos los proyectos del centro. Siempre con su saber estar y una sonrisa eterna que embelesaba. Su buen talante transmitía paz, tranquilidad y seguridad en el quehacer de cada día.





# RECONeixEMENT A L'ESFORÇ I L'EXCEL·LÈNCIA EDUCATIVA A XIRIVELLA

En la **Gala de los Premios Educativos de Xirivella** también se reconoció al esfuerzo y talento de nuestro alumnado. Se les hizo la entrega de los galardones al rendimiento académico reconocidos por la Conselleria por haber obtenido las mejores cualificaciones. ¡Enhorabuena a todos/as!





## ENTREVISTA A MARÍA MARTÍNEZ

El alumnado de 3º ESO de la optativa de Radio ha realizado una entrevista a María Martínez, Jefa de la Biblioteca y Agencia de Lecturas de Xirivella. María ha respondido amablemente a todas las preguntas que han surgido relativas a su ámbito de trabajo.



# EN EL MUNTANER LLUITEM PER L'IGUALTAT

## ACTIVITATS PEL 25N





# TALLER DE CHAPAS

Como actividad paralela a la celebración del 25N pudimos contar el jueves 21 de noviembre con el Colectivo Feminista de Xirivella Victoria Sau. Como viene siendo habitual este taller es todo un éxito entre nuestro alumnado y profesorado.



---

# EXPOSICIÓN

## “ENTRENAR LA MIRADA FEMINISTA”

---

La exposición itinerante “Entrenar la mirada feminista”, con ilustraciones de la artista Marta Colomer-Tutticonfetti, ha estado en nuestro centro desde finales de noviembre hasta mediados del mes de diciembre.

La exposición ha sido preparada por el Servicio Municipal de Igualdad y Políticas inclusivas del Ayuntamiento de València con una finalidad pedagógica y de sensibilización. Su objetivo es promover la detección de todas aquellas desigualdades entre mujeres y hombres que se producen en la vida cotidiana y en diferentes ámbitos (televisión, arte, ciencias, o videojuegos... entre otros).





# ICEBERG D'IGUALTAT

Dins dels actes programats, per l'Ayuntamiento de Xirivella, amb motiu del 25N Dia Internacional per a l'Eliminació de la Violència contra les Dones, el nostre centre va participar en l'activitat 'Iceberg d'Igualtat'.

'Iceberg d'Igualtat' és una activitat en la qual participen alumnat de tots els centres de la localitat.

'Iceberg d'Igualtat' treballa la visibilització de les modalitats més subtils i invisibles de la violència de gènere, com la digital.

Esta activitat està emmarcada dins de la Subvenció de la Xarxa de Municipis protegits contra la Violència de Gènere, amb un cost de 8.000€ s'ha finançat íntegrament per la Diputació de València.



# 25 N: DÍA INTERNACIONAL DE LA ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LA MUJER

El lunes 25 de noviembre, la comunidad educativa del Muntaner nos reunimos en el patio para dar lectura al manifiesto por todas las mujeres asesinadas. ¡NI UNA MÁS!  
A continuación, marchamos hasta la plaza Gerardo Garcés junto al resto de centros educativos de Xirivella donde realizamos una concentración.

## MANIFIESTO 25N

Usualmente todo empieza en una discusión  
unilateral,  
un ataque de celos,  
un estallido emocional.

Te levanta la voz,  
o quizá ese día te sientes valiente  
Lo permitiste una vez,  
y cada acción tiene una reacción

(Corta con lo que duele)

Ahora levanta la mano,  
te encoges en tu sitio en pánico,  
y pides perdón  
ahora debes aprender a sobrevivirlo, ¿no?

(Corta con lo que duele)

Pasa a un empujón,  
un moratón nuevo  
Le amas, ¿no? Entonces ¿por qué duele?

(Corta con lo que duele)

Un juego enfermizo,  
una apuesta que aterra  
¿cuántas veces más vivirás esa condena?  
Huir no es de cobardes,  
saber poner un alto no es lo más fácil siempre.

(Corta con lo que duele)

Lo que se permite se repite,  
aunque duele a veces no hay tantos matices  
Es necesario saber alejarse,  
incluso si duele tienes que desatarte.

DANI VEGAS





## CHARLA “LOS BUENOS TRATOS” POR CASA DE LA DONA DE XIRIVELLA

El jueves 19 de diciembre, el alumnado de 4º de la ESO ha participado en la Charla “los buenos tratos en pareja” organizada por la Casa de la Dona de Xirivella. El alumnado se ha mostrado muy participativo.



# I QUÈ MÉS FEM EN EL MUNTANER?





---

# 31<sup>a</sup> MOSTRA INTERNACIONAL DE PALLASSES I PALLASSOS

---

El miércoles 16 de octubre se presentó en la Casa de la Cultura de Xiriviella la "31<sup>a</sup> Mostra Internacional de Pallasses i Pallssos". La Mostra ha llevado a cabo diez espectáculos, cinco de ellos en las calles y plazas de la localidad y otros cinco de pago a un precio superreducido. Entre los artistas que han participado están Pepe Viyuela, Maite Guevara, Mireia Miracle, Gardi Hutter y la aldaiera Maria Andrés.



---

## VISITA A LA BIBLIOTECA MUNICIPAL AUSIAS MARCH

---

El passat 22 d'octubre l'alumnat de l'Aula d'Acollida va visitar la Biblioteca Municipal Ausiàs March de Xirivella. Maria va a ser una excel·lent guia en aquesta visita i ens va mostrar tots el serveis i activitats que fan.



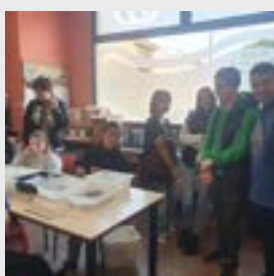
# CONCURSO CALABAZAS HALLOWEEN

Como cada curso el departamento de Inglés ha organizado el Concurso de Calabazas Terroríficas por Halloween. Fue todo un éxito. ¡Enhorabuena a los ganadores!



## SEMANA DIVERSIDAD FUNCIONAL

El passat 22 d'octubre l'alumnat de l'Aula d'Acollida va visitar la Biblioteca Municipal Ausiàs March de Xirivella. Maria va a ser una excel·lent guia en aquesta visita i ens va mostrar tots el serveis i activitats que fan.





# GINCANA HALLOWEEN

El alumnado de la optativa de inglés oral de 4º ESO realizaron una terrorífica gincana con temática de Halloween para el alumnado de 1º ESO.





# EL MUNTANER AMB ELS AFECTATS DE LA DANA

El dimarts 17 de desembre el Muntaner va organitzar una jornada solidària per a recaudar diners amb un "Mercat solidari", amb productes donats pel professorat del centre i alumnat, i un concert organitzat pel departament de música i en col.laboració pel alumnat de l'assignatura de música. Menció especial a les companyes Beatriz Pardo, Pilar Pardo i Cristo pels adorns nadalencs que van fer artesanalment per aquesta jornada.

A més en el mercadet dels dijous de Xirivella es va posar una taula solidària amb més llibres i jocs. Aquesta jornada va ser tot un èxit. Tota la recaudació serà destinada a l'IES Albal i a l'IES Maria Carbonell de Benetússer.

Moltes gràcies a tothom que va participar.







# L'ÈXIT DEL TEATRE DEL MUNTANER

La Jove Companyia de l'Últim Toc ha guanyat dos premis a la 42 edició del Vila de Mislata.

La Jove Companyia està formada íntegrament per alumnat d'Arts Escèniques de l'IES Ramon Muntaner i ha aconseguit en aquesta edició els següents premis amb la versió musical i en valencià del "Conte de Nadal" de Charles Dickens:

- **Millor Direcció:** Emili Chaqués
- Premi Nemesio Bartres a la **Millor Estètica de Conjunt**

Tota la comunitat del Muntaner estem molt orgullosos d'aquests premis i de la implicació d'aquest grup en el món de la interpretació.





# M'AGRADA AIXÍ LA VIDA

En el Muntaner continuem celebrant el centenari del poeta valencià Vicent Andrés Estellés. Per aquest motiu s'ha fet la lectura del poema "M'agrada així la vida" en les diverses llengües de l'alumnat de l'IES (rus, xinès, ucranià, urdú, grec, etc) per celebrar el centenari del poeta valencià i la diversitat lingüística.



# M'AGRADA AIXÍ LA VIDA





## A top-down view of a rustic wooden table covered with various fresh ingredients and spices. In the center is a large, empty wooden cutting board. Surrounding it are numerous items: fresh broccoli, cherry tomatoes, whole garlic bulbs, and sprigs of basil. Several small wooden and ceramic bowls contain different powders, seeds, and grains. A small metal mortar and pestle is also visible. The overall scene is a rich, textured display of raw food ingredients.

Al llarg de tot el primer trimestre l'alumnat del PAC i de l'optativa d'Hort i Cuina han elaborat diferents tipus de receptes: plats tradicionals, de cullera, dolços, sense gluten, etc. El professorat ha tingut el plaer de degustar la bona feina que han fet. ¡Enhorabona pel vostre treball i per al professorat implicat! Vos deixem amb una bona mostra d'aquestes receptes.

## Croissant de xocolata amb oblees d'arròs[sense gluten]

1. Agafar un bol
2. Ficar làmines d'arròs en l'ou
3. Posar una làmina damunt d'una altra
4. Retallar les làmines en forma de triangle.
5. Doblegar fins a donar la forma del croissant
6. Posar-li sucre per damunt
7. Ficar-ho al forn a 180 graus uns 10-15 min
8. Traure -ho del forn i deixar refredar per poder menjar - los



### INGREDIENTS

- Làmines d'arròs
- 2-3 ous
- Sucre

## Tortitas d'avena farcides amb xocolata

1. Agafa un bol gran
2. Tritura un plàtan en el bol fins que estiga ben desfet.
3. Afig 2 ous al plàtan triturat
4. Afig mig got de llet.
5. Incorpora mitja tassa de farina.
6. Afig una cullerada de llevat.
7. Mescla bé tots els ingredients fins a obtenir una massa homogènia.
8. Encén la paella i ves posant porcions de la mescla.
9. Posa un quadratet de xocolata al centre de cada tortita.
10. Dona la volta quan estiga daurada i ja està llest per a menjar!



### INGREDIENTS

- 1 plàtan
- 2 ous
- 1/2 got de llet
- 1/2 tassa de farina
- 1 cullerada de llevat
- Xocolata( quadrets per a farcir)



# GRANOLA CASERA

El alumnado del PAC y de 1º ESO han elaborado granola casera para enviársela a personas damnificadas por la DANA. Es un pequeño gesto con el que han querido mostrarles todo su apoyo y ánimos en estos difíciles momentos.



## INGREDIENTES

1. Copos de avena 300 g
2. Azúcar moreno 45 g
3. Canela molida (media cucharadita) 2 g
4. Avellanas 30 g
5. Uvas pasas sultanas 20 g
6. Miel (6 cucharadas) 75 g
7. Aceite de girasol (3 cucharadas) 45 g
8. Esencia de vainilla (1 cucharadita) 5 g

## ELABORACIÓN

Dificultad: Fácil

Tiempo total 20 m

Elaboración 10 m

Cocción 10 m

Reposo 1 h

Comenzamos por trocear las avellanas, lo podemos hacer con un mortero o a cuchillo. Si nuestras avellanas están enteras, retiramos la cáscara y la piel. Para pelar avellanas de manera fácil las introducimos en horno pre-calentado a 180 °C durante cinco minutos, las envolvemos en un trapo y las masajeamos hasta que se desprendan las pieles.

---

# Concurs 9 d'octubre: Fruites de Sant Dionís

---





---

# Menú especial

## 9 d'octubre

---



---

# Mès receptes

---



**Ensalada de calabaza, cuscus y queso feta**



**Canelones de pollo**



**Humus de guisante**



**Galletas por el 25N**



**Pure de calabaza**



**Menú de martes**



# MUNTA- RECOMANACIONS



# UN DON EXCEPCIONAL

**Duració pel·lícula** 1 hora y 40 minutos



Frank s'encarrega de la cura de Mary des que la seua mare, Diane (germana de Frank), va morir. Frank vol que Mary tinga una vida normal i decideix inscriure-la en una escola pública, malgrat que el seu nivell és molt superior al de la resta de xiquets.

Quan la mestra de Mary, Bonnie Stevenson (Jenny Slate), descobreix el seu do, avisa la directora, qui proposa que Mary assistisca a una escola per a xiquets superdotats. Frank s'hi nega, ja que vol complir la voluntat de la seua germana que Mary tinguera una infància com qualsevol altra.

La situació es complica quan Evelyn Adler (Lindsay Duncan), la mare de Frank i àvia de Mary, apareix en escena. Evelyn, una dona rígida i ambiciosa, vol que Mary continue el llegat de sa mare i desplegue tot el seu potencial intel·lectual. Això desencadena una batalla per la custodia de la nina.

Diane era una matemàtica brillant, obsessionada amb resoldre uns dels problemes matemàtics més complexos del món.

Mary ha heretat el talent de la seua mare i des de molt jove demostra una capacitat extraordinària per a les matemàtiques.



## Personatges principals

1. Frank Adler (Chris Evans)
2. Mary Adler (Mckenna Grace)
3. Evelyn Adler (Lindsay Duncan)
4. Bonnie Stevenson (Jenny Slate)

# PRISON BREAK

**Temporades** 5 temporades



Prison Break tracta la història de Michael Scofield, un enginyer estructural que planeja escapar de la presó per salvar el seu germà Lincoln Burrows, condemnat injustament a mort. Michael entra a la presó amb un pla meticulós tatuat al cos i recluta altres presos per dur a terme l'evasió. Entre ells, hi ha el seu company de cel·la Sucre, el perillós T-Bag i l'exsoldat C-Note. Fora, compta amb el suport de la doctora Sara Tancredi, amb qui crea un vincle especial. Mentrestant, l'agent de l'FBI Alexander Mahone està decidit a atrapar-los. La sèrie segueix la lluita de Michael per escapar i desemmascarar la conspiració darrere de la condemna de Lincoln.



1. Michael Scofield.
2. Lincoln Burrows.
3. Fernando Sucre.
4. Theodore "T-Bag" Bagwell.
5. Benjamin "C-Note" Franklin.
6. Sara Tancredi.
7. Alexander Mahone.



---

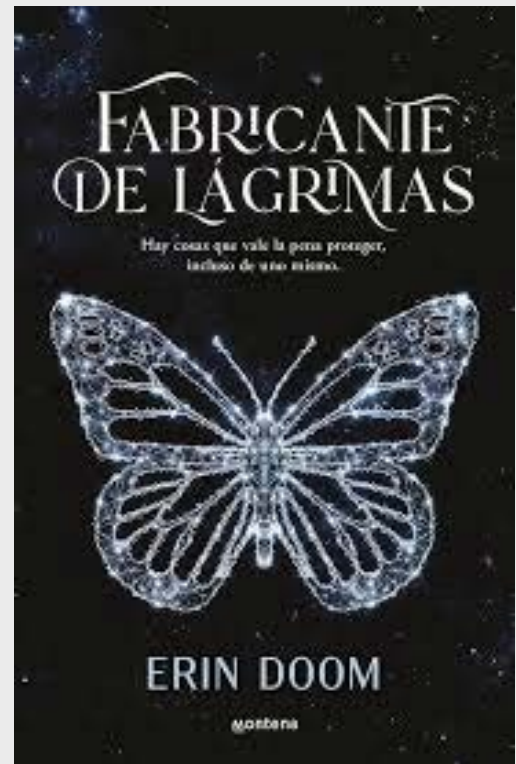
# EL FABRICANTE DE LÁGRIMAS

---

En el orfanato en el que Nica creció, siempre se han contado historias y leyendas a la luz de la vela. La más famosa de todas es la del fabricante de lágrimas, un misterioso artesano culpable de haber forjado todos los miedos y las angustias que habitan en los corazones del ser humano. Para Nica ya es hora de dejar atrás los cuentos de la infancia y vivir lo que para ella es un sueño hecho realidad: ser adoptada. Pero no cumplirá su sueño sola ya que la familia adoptiva acogerá también a Rigel, un niño de rostro angelical pero que oculta algo oscuro en su ser. Aunque ambos compartan un pasado en común, la convivencia entre ellos parece imposible. Sobre todo, cuando la leyenda vuelve a aparecer en sus vidas y el fabricante de lágrimas se convierte en algo muy real.

## Autor

Erin Doom es una autora italiana de dark romance, conocida por su popular libro *Fabricante de lágrimas*. Se destaca por crear historias intensas y emocionales, con personajes que enfrentan conflictos internos y relaciones complejas. Su estilo ha capturado a una amplia audiencia, especialmente en el ámbito de la literatura juvenil.



---

# PEQUEÑAS MENTIROsas

---

La historia sigue a Aria, Spencer, Hanna y Emily, cuatro adolescentes que viven en la acomodada ciudad de Rosewood. Las chicas eran las mejores amigas durante la secundaria, pero su amistad se desmoronó tras la desaparición de Alison DiLaurentis, la líder del grupo, quien tenía un carácter manipulador y conocía los secretos más oscuros de todas.

Un año después de la desaparición de Alison, las chicas comienzan a recibir mensajes anónimos firmados por "A". Estos mensajes revelan información privada que solo Alison conocía, lo que las lleva a creer que alguien sabe mucho más de lo que deberían. Mientras intentan descubrir quién es "A",

## Autora

Sara Shepard es una escritora estadounidense conocida por la saga "Pretty Little Liars", llena de misterio y drama, que fue adaptada a televisión. Sus libros tratan temas los secretos, amistad y presión social. Ha escrito otras series juveniles y novelas para adultos. Vive en Pensilvania.



# KAROL G

Karol G, nacida como Carolina Giraldo Navarro el 14 de febrero de 1991 en Medellín, Colombia, es una destacada cantante de reguetón y música urbana. Desde joven mostró interés por la música, participando en programas como "Factor X". Su salto a la fama internacional llegó en 2017 con el éxito "Ahora Me Llama" junto a Bad Bunny, que la consolidó en la escena latina. Entre sus éxitos más populares se encuentran "Tusa", "Bichota", y "Provenza". Su estilo y letras sobre empoderamiento han hecho de ella una figura influyente en la música latina.

## Canciones mas famosas .

- 1 Ahora me llama
- 2.Provenza
- 3.Bichota
4. Tusa



# MALES NOTICIAS EN EL MÓN MUSICAL

Sean "Diddy" Combs, conocido por nombres como Puff Daddy, P. Diddy y Love, es un influyente productor musical, rapero y empresario que ha dejado una marca profunda en la industria del entretenimiento estadounidense. Nacido en 1969 en Harlem, Nueva York, creció en un ambiente difícil marcado por la pobreza, la violencia y la discriminación racial. Su padre, quien había sido soldado y estaba vinculado con el narcotráfico, fue asesinado cuando Diddy tenía solo dos años. Esta pérdida y la dura realidad de su entorno influyeron en su carácter y ambición.

A lo largo de su carrera, Diddy fundó Bad Boy Records, lanzando a artistas legendarios como The Notorious B.I.G., y construyó un imperio diversificado en moda (Sean John), bebidas (Ciroc) y medios (Revolt TV), consolidándose como una de las figuras más ricas y poderosas en el mundo del entretenimiento. Sin embargo, recientemente se ha visto envuelto en serias acusaciones de abuso sexual y tráfico de personas, que algunos han comparado en gravedad con el "caso Epstein." Las autoridades han allanado sus propiedades y continúan recolectando pruebas para un juicio que promete ser uno de los más escandalosos de la década. Diddy niega los cargos, y su defensa alega que ciertas pruebas han sido filtradas intencionalmente para dañar su reputación. Este caso plantea no solo interrogantes sobre la presunta trama delictiva, sino sobre la personalidad y el poder de figuras influyentes en el mundo del espectáculo.





# L'OPINIÓ DELS MUNTANERS



---

# LA LEY SHARIA

---

En los pasados meses hemos podido observar una serie de acontecimientos en el país oriental Afganistán donde se prohíbe la voz de las mujeres en espacios públicos, de esta forma se les niega el derecho de estar detrás un micrófono, cantar o recitar en público. Por este motivo, las mujeres afganas se han pronunciado ante esta injusticia, teniendo miedo por las posibles siguientes prohibiciones. Y es que desde que los talibanes tomaron el poder hace tres años, no han parado de tomar medidas violentas contra el pueblo afgano, violando diferentes derechos humanos y promoviendo la represión hacia las mujeres. Todo con la justificación de una interpretación a la ley sharia.

Pero, **¿es la religión suficiente justificación para cometer estas atrocidades?** ¿Cómo sabemos que se hace buen uso de la ley sharía? y, ¿qué es en realidad la ley sharía?

La ley Sharía se desarrolló siglos después de la muerte del profeta Mahoma en el año 632 d. C. Esta ley pretende regir la conducta y la moral de los habitantes, las obligaciones tanto de la vida diaria familiar como la religiosa. Una revelación divina que impone castigos a las ofensas (hadd), castigos terribles como la lapidación, los latigazos y las amputaciones.

Estas normas islámicas se basan en el Corán, el libro sagrado de los musulmanes, y en la sunna: prácticas ejemplares de Mahoma que los musulmanes deben seguir. Estas tradiciones se recopilan en los hadices, enseñanzas orales sobre los hechos y dichos del profeta. Una vez muere el profeta Mahoma, cada localidad intentó conciliar las costumbres locales con el Islam, la literatura de hadices creció y se crearon distintas escuelas islámicas. Estas llevan el nombre de los eruditos que los inspiraron, y difieren en el peso que cada uno aplica a las fuentes de las cuales la sharía se deriva. Los talibanes siguen principalmente las directrices de la escuela hanafí. Los talibanes combinan esta interpretación jurídica con su propia interpretación estricta del Islam y normas culturales locales, lo que ha llevado a un enfoque muy conservador y rígido de la ley sharía.





Algunas prohibiciones de la ley sharía son: El consumo de alcohol y drogas, los juegos de azar, los intereses bancarios, homosexualidad, la desobediencia de las mujeres hacia la autoridad del padre o el esposo... Sin embargo, los talibanes tienen una aplicación de la ley más estricta, sobre todo hacia las mujeres, con prohibiciones como: ir al colegio o a la universidad; lhan sido excluidas del mercado laboral; vestir como quieran, deben cumplir un estricto código de vestimenta; solo pueden salir de casa en compañía de un hombre de parentesco cercano; practicar deporte; subir a un autobús con hombres; elegir con quién se casan, decidir cuántos hijos/as quieren tener y cuándo mantener relaciones; deben evitar ser vistas; tienen negada la libertad de expresión e ir al salón de belleza. Sin embargo, son los castigos implementados el verdadero terror de la sociedad afgana. En delitos contra otra persona, como agresión u homicidio. El infractor recibe exactamente el mismo trato que la víctima, además, las familias pueden optar por una indemnización o una indemnización por sangre.

En conclusión, a pesar de ser una ley basada en una religión y en creencias que debemos de respetar, no hay que aceptar la infracción de los derechos humanos, tal como lo hacen los talibanes... Imagínate no poder cantar, vestirte como quieras, maquillarte, no poder salir a tu balcón o tener el derecho a estudiar, no puedes llegar a concebirlo ¿no es así?

Es un derecho de nacimiento de todos los hombres y mujeres, el ser libres, un derecho que se ha estado incumpliendo por el régimen talibán durante muchos años, pero no hemos de quedarnos callados ante tales injusticias. No debemos ser tolerantes hacia conductas que atentan contra nuestros derechos legítimos. Es un hecho, que la opresión hacia la mujer ha sido una costumbre implantada en nuestra sociedad durante siglos, considerándonos el sexo débil y no racional, dicho por filósofos como Aristóteles, siendo esto una enorme mentira. Las mujeres han de tener tantos derechos como lo han de tener los hombres. Por esto, no debemos permitir tal disparate como el que nuestra voz no pueda escucharse. La ley implantada por los talibanes el pasado verano está construída a base de material machista, y palabrería barata para hacernos creer que estamos hechas para agachar la cabeza. Pero nosotras hemos nacido para seguir nuestro propio camino, no para seguir leyes opresoras que pretenden silenciarnos. Estamos hechas para hacer grandes hazañas.



**Elaborado por el alumnado de segundo de bachiller de cultura jurídica y democrática**

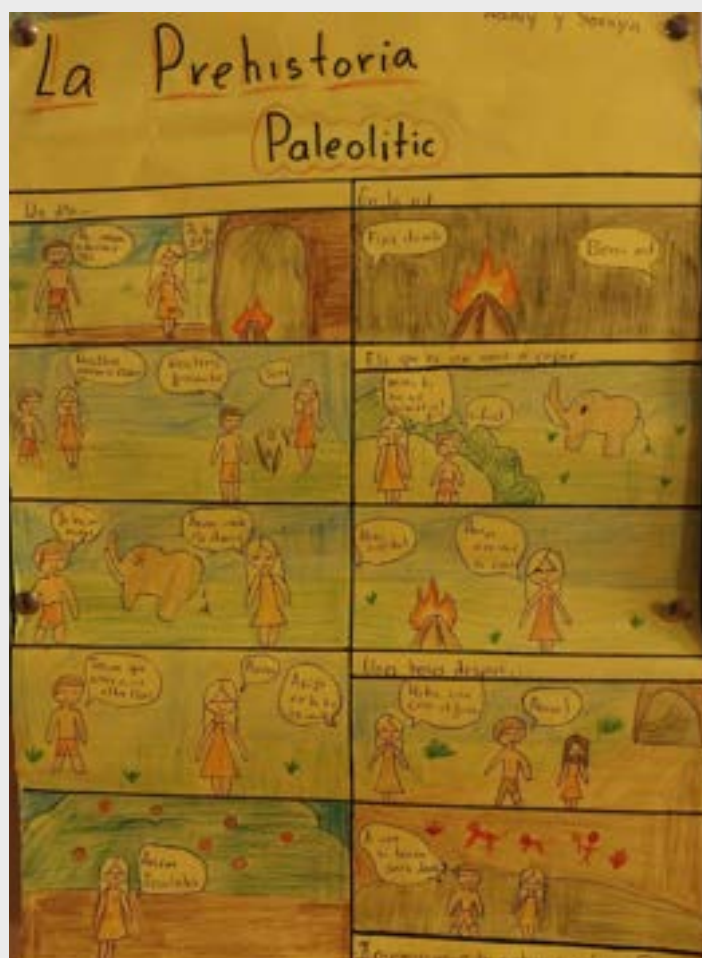
# LA PREHISTORIA A TRAVÉS DEL CÓMIC



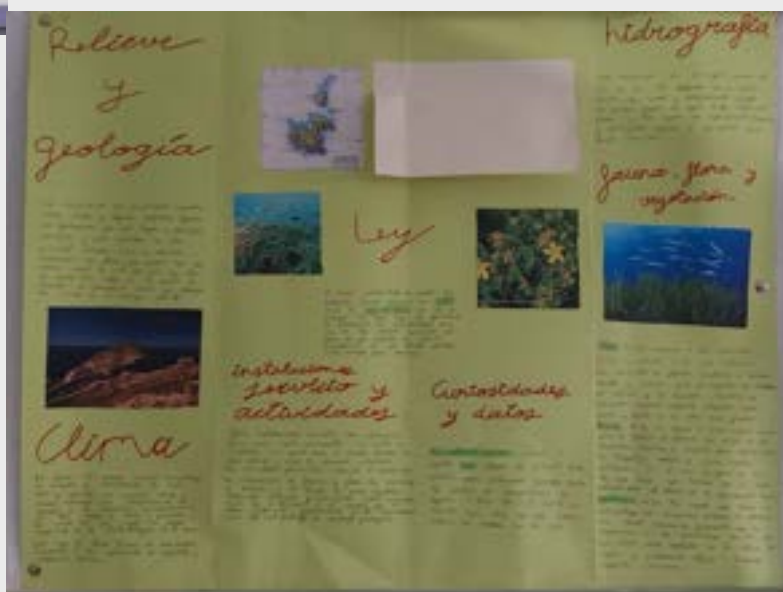
Treballs realitzats pel alumnat de 1er i 3er ESO



# LA PREHISTORIA A TRAVÉS DEL CÓMIC



# LA PREHISTORIA A TRAVÉS DEL CÓMIC



Treballs realitzats pel alumnat de 1er i 3er ESO



# PARLEM D'ESPORTS



# JJOO DE PARÍS 2024

## ¿CÓMO FUE LA PARTICIPACIÓN DE ESPAÑA EN LOS JJ.OO?

El pasado verano se celebraron los Juegos Olímpicos en París (Francia). España quedó en el puesto 15 del medallero, con un total de 18 medallas (5 de oro, 4 de plata y 9 de bronce).

Equipos		Deportes		Eventos			
Equipo				1	2	3	0-0
1	Estados Unidos			40	44	42	126
2	China			40	27	24	91
3	Japón			20	12	13	45
4	Australia			18	19	16	53
5	Francia			16	26	22	64
6	Países Bajos			15	7	12	34
7	Gran Bretaña			14	22	29	65
8	Corea del Sur			13	9	10	32
9	Italia			12	13	15	40
10	Alemania			12	13	8	33
11	Nueva Zelanda			10	7	3	20
12	Canadá			9	7	11	27
13	Uzbekistán			8	2	3	13
14	Hungría			6	7	6	19
15	España			5	4	9	18

España participó con un total de 382 atletas que participaron en 38 deportes diferentes y en cientos de disciplinas distintas.

En estos juegos España llevó nombres tan reconocidos a nivel mundial como Carlos Alcaraz, Rafa Nadal, Rudy Fernández, Saúl Craviotto, Carolina Marín, Ana Peleteiro, Alexia Putellas o Aitana Bonmatí, entre muchísimos otros con gran reputación y unos cuantos más que buscaron y consiguieron poner su nombre a la altura de los más grandes.



# NUESTROS MEDALLISTAS



**Botín y Trittel**  
Vela



**María P. y  
Alvro Martín**  
Marcha Mixta



**Fútbol  
masculino**



**Jordan Díaz**  
Triple salto



**Waterpolo  
femenino**



**María Pérez**  
20 km marcha



**Carlos Alcaraz**  
Tenis individual



**3x3 femenino**  
Baloncesto



**Ayoub Ghadfa**  
Boxeo



**lvro Martín**  
Marcha atlética



**Enmanuel  
Reyes**  
Boxeo



**Cristina Buca  
Sara Sorribs**  
Tenis



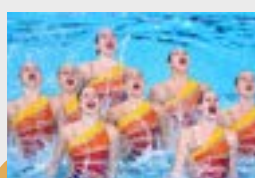
**Pau Echaniz**  
Piragüismo en  
eslalon



**Francisco  
Garrigós**  
Judo



**Diego Domínguez y  
Joan Moreno**  
Piragüismo



**Natación  
artística  
femenina**



**Piragüismo  
competición K4  
500m**

# JJOO PARALÍMPICOS

## ¿Y LA PARTICIPACIÓN DE ESPAÑA EN LOS PARALÍMPICOS DE PARÍS?



El verano pasado se celebraron en París los Juegos Paralímpicos, en los cuales España acabó en la posición 16 del ranking con un total de 40 medallas (7 de oro, 11 de plata y 22 de bronce).

País	Oro	Plata	Bronce	Total
República Popular China (CHN)	94	76	50	220
Reino Unido (GBR)	49	44	31	124
Estados Unidos (USA)	36	42	27	105
Países Bajos (NED)	27	17	12	56
Brasil (BRA)	25	26	38	89
Italia (ITA)	24	15	32	71
Ucrania (UKR)	22	28	32	82
Francia (FRA)	19	28	28	75
Australia (AUS)	18	17	28	63
Japón (JPN)	14	10	17	41
Alemania (GER)	10	14	25	49
Canadá (CAN)	10	9	10	29
Uzbekistán (UZB)	10	9	7	26
Irán (IRI)	8	10	7	25
Suiza (SUI)	8	8	5	21
Polonia (POL)	8	6	9	23
España (ESP)	7	11	22	40

Los deportistas españoles dejaron grandes momentos en la capital francesa: desde el bronce de **Teresa Perales**, que logró su objetivo de igualar las míticas 28 medallas de Michael Phelps, a las cuatro medallas que logró el Para triatlón en una sola mañana.

En términos de disciplinas, el deporte donde los Para deportistas españoles lograron más medallas fue la Para natación, con un total de 15, seguida del Para atletismo con ocho.

al margen de las medallas, quedan también historias como la de **Elena Congost**, quien fue descalificada por ayudar a su guía. Esta situación le privó de ganar la medalla de bronce en la prueba de maratón.



---

## ALGUNOS DE NUESTROS 40 MEDALLISTAS

---



**Sergio Garrote Muñoz**

Deportista español que compete en ciclismo adaptado en la modalidad de ruta. Oro en contrarreloj en la modalidad H2.



**María Teresa Perales Fernández**

Nadadora española, reconocida con el Premio Princesa de Asturias de los Deportes. Es la deportista española más laureada en unos Juegos Paralímpicos. En los últimos consiguió el bronce en 50 m espalda



**Kike Alhambra**

Nadador valenciano paralímpico. Consiguió bronce en natación en París 2024.



**Joan Munar**

Bronce en el salto de longitud. Señalar que las pruebas de salto de longitud para deportistas con ceguera deben disputarse prácticamente en silencio porque los atletas son guiados por un llamador que les orienta hacia la batida antes de que realicen los saltos.



**Susana Rodríguez y Sara Pérez**

Oro en triatlón, revalidando su oro conseguido en las anteriores olimpiadas de Tokio.



**Nil Riudavets**

Compete en triatlón adaptado. Logró bronce en paratriatlón.

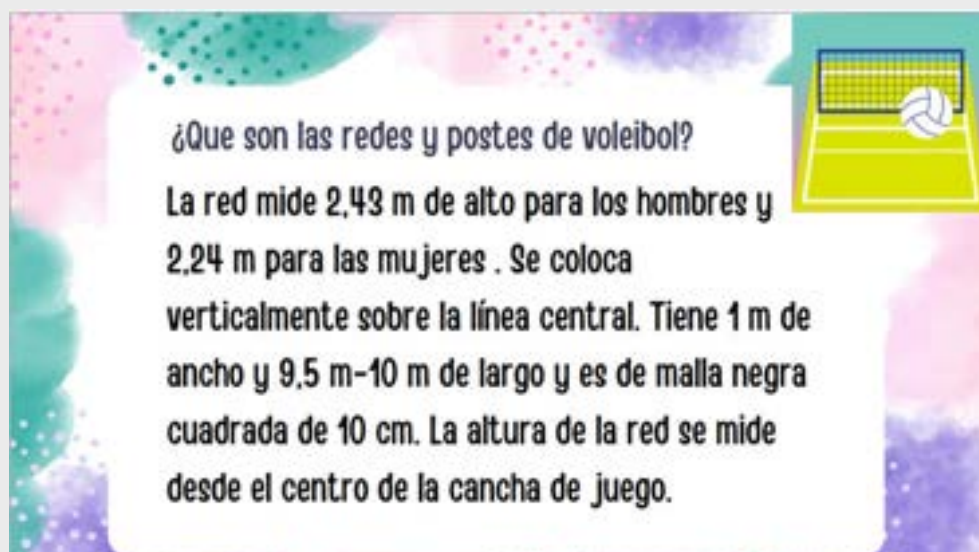
# LAS MATEMÁTICAS Y EL VOLEIBOL

Durante los Juegos Olímpicos de París 2024, el equipo de voleibol vivió una experiencia inolvidable. Sin embargo, antes de que comenzaran los partidos, enfrentaron un gran desafío: necesitaban preparar sus equipaciones sin exceder el presupuesto asignado por su patrocinador, que era de 1.750 euros.

El equipo, compuesto por 14 jugadores, sabía que debía ser meticuloso con la planificación. Con camisetas, pantalones, zapatillas y pelotas en su lista, se enfrentaron a la tarea de investigar los precios y comparar opciones para obtener la mejor calidad al menor costo posible.

Además, una condición especial les obligaba a incluir un logo distintivo en las camisetas, lo que añadía un toque creativo a su planificación.

La cuenta atrás para los juegos les presionaba, y sabían que cada decisión debía ser cuidadosamente evaluada. La historia de su preparación quedó grabada como un ejemplo de cómo una buena planificación y gestión pueden contribuir al éxito en grandes eventos deportivos.





# LAS MATEMÁTICAS Y EL VOLEIBOL

## MATERIALES DE ENTRENAMIENTO Y EQUIPACIÓN

### Equipación



CAMISETA



PANTALÓN



ZAPATILLAS



CALCETINES



RODILLEROS

### Materiales de entrenamiento



CONOS



RED DE ENTRENAMIENTO



CUERDA DE ENTRENAMIENTO PARA PRACTICAR EL REMATE



ESCALERA DE ENTRENAMIENTO



BOLA DE VOLEIBOL

ATMOSFERA SPORT (10 u)

## PRECIOS



12,75€ JOMA



15,00€ JOMA



55,45€ JOMA



7,84€ JOMA



9,99€ SIFRINTER



9,64€ TEMU(20 u)



21,80€ TEMU



12,57€ TEMU



1,89€ TEMU



160,30€ ATMOSFERA SPORT (10 u)

## 5. DISEÑO

A la hora de diseñar las camisetas, pensamos que necesitaríamos incluir el logo del equipo y el nombre del jugador. Esto encarecería el presupuesto pero era necesario. Como al realizar el presupuesto dejamos un margen para imprevistos, nos vino bien para poder cubrirlo. El total de impresión de logo y nombre era de 84 € (3 € por cada logo y nombre). Así nuestro presupuesto total ascendió a 1.745,52 €.

Para la creación del logo utilizamos el programa Adobe Photoshop. El logo debía ser sencillo y llevar el nombre de nuestro equipo.

Finalmente, el logo quedó precioso.

Logo:



## REFLEXIONES

- Hemos aprendido a ajustar el presupuesto para que nos llegue para comprarlo todo. Lo importante que es comparar los productos y también los precios y decidir donde gastar más, por ejemplo en las zapatillas más que en los pantalones. Hemos necesitado algo de ayuda para descontar los gastos que eran comunes de los que eran individuales ya que nos suponía más dificultad calcularlo. Lo más fácil y lo que más nos ha gustado ha sido elegir la equipación y la plantilla de jugadores. Nos hemos alegrado de que nos sobrara dinero y hemos decidido donarlo en lugar de gastarlo en ropa más cara o en más material que no era necesario.