

AIXÍ TREBALLEM!



SISTEMA DE LECTURA PÚBLICA
DE CATALUNYA



1320284477

ODA A LA NATURA

Mare immensa, la Natura,
nítid mirall del mateix Déu.
Voldria cantar el millor dels poemes
en honor teu.

A l'endinsar-me al teu cor
i admirar marges i prats
d'un bellut immaculat,
em fas Natura feliç
transportat al paradís.



Embriagat dels teus perfums,
del teu ambient bo i melós,
vas empeltant nova vida
i encisant pels teus colors.

Els éssers que et pasturen
amb respecte i fruïció
mengen els teus subtils brots
amb finesa de petó.

Per això, preciosa Natura,
la teva innocència agrada
per què et respectem tan poc ...
fada màgica sagrada?

Gna. Lucila H.
Maig 2004

Si feu una passada ràpida a la nostra revista, us adonareu que aquests dos trimestres hem centrat l'atenció del nostre treball al voltant de dos temes que ens toquen molt de prop: el medi ambient i la salut.

És molt important respectar el nostre entorn i per a això els nostres nens han de ser conscients de la importància que té la recollida selectiva de les deixalles, el reciclatge i compostatge, conèixer el cicle de l'aigua i tota la seva utilitat, el coneixement del nostre entorn més proper fent un estudi de les rieres de Llagostera,... així com tenir cura del nostre cos aconseguint uns hàbits correctes d'higiene i d'alimentació. Per això he considerat d'interès centrar aquesta pàgina en un tema que crec que és molt important i de vegades ens passa una mica desapercebut: "La importància de la son per a la salut del nen".

La quantitat d'hores que dorm un nen depèn molt del seu caràcter. Quan fem la pregunta sobre la quantitat d'hores que un nen necessita dormir no trobem una resposta exacta sobre el temps requerit, perquè el descans de cada nen varia segons el seu organisme. És una qüestió de caràcter individual. I dependrà de la seva edat, activitats, hàbits i costums, estat de salut i ambient en el qual viu.

Cada persona té el seu "rellotge" que regula els seus períodes de son. Tot i així, si parlem de la son infantil d'una forma general, es pot seguir una norma, de caràcter només orientatiu:

- Els nens, als 2 anys de vida, dormen entre 12 i 13 hores, amb una hora de migdiada.
- Els nens, als 3 anys de vida, necessiten dormir de 10 a 12 hores diàries.
- Els nens que es troben en l'etapa escolar, de 1r a 2n de Cicle Inicial, necessitaran entre 9 i 10 hores diàries de son.
- Els nen entre 1r i 2n de Cicle mitjà, de 8,5 a 9 hores.
- I els nens de 1r i 2n de Cicle Superior, entre 8 i 8,5 hores. Una proporció que s'ha de mantenir fins l'edat adulta.

Un dels moments més difícils del dia és l'hora de fer dormir als nens. Ells, de vegades, per qualsevol motiu, es resisteixen a anar a dormir. O perquè volen estar més temps amb els seus pares, o amb els germans, o mirant la tele, o xerrant i explicant històries, etc. Però, als nens petits, se'ls ha d'educar en aquest sentit per evitar problemes més importants més tard. Tot dependrà dels pares, de com abordar el tema i fer-los participar de la seva educació en aquest aspecte. A continuació indicaré uns suggeriments que vaig trobar a Internet sobre com ajudar al nen a dormir:

1. Establir una rutina que inclogui un període de tranquil·litat abans de l'hora d'anar a dormir.
2. Evitar o reduir al mínim l'accès a la televisió o als videojocs abans de dormir.
3. Establir un horari per anar a dormir tots els dies, ajudarà al nen a mantenir una rutina. Tenir rituals per dormir són maneres efectives per començar a formar bons hàbits.
4. Permetre al nen, si ho desitja ell, que porti una joguina, un osset, o la seva manta favorita al llit.
5. Controlar que la temperatura en l'habitació sigui agradable i que la roba sigui còmoda.
6. Deixar un llum encès, la porta entreoberta, o un got d'aigua al costat del llit, si el nen ho demana.
7. Evitar adormir-se amb el nen. Li serà més difícil acostumar-se a dormir sol.
8. No anar-hi cada vegada que el nen crida o es queixa. Si és així, se l'està acostumant a cridar sense necessitat. S'ha d'estar sempre atent i anar només quan hi hagi signes de problemes reals com els malsons, el sonambulisme, etc.

Aquestes claus ajudaran a l'hora de fer dormir als nens. Però no s'ha d'oblidar que no serviran de res si els pares no les estableixen amb seguretat. Els pares, abans de tot, han d'estar molt segurs i convençuts del que estan establint als seus fills. Sinó tan sols seran actituds o paraules buides. I el nen necessita sentir-se segur en tots els moments del dia, i especialment a l'hora d'adormir-se.

Gna. Sacri Hueso - Directora -

PSICOLOGIA POSITIVA

Martín Seligman no crea un nou moviment, sinó que desxifra un moviment que ja fa temps existeix a la societat; l'estructura, el fonamenta científicament i recull una pedagogia per compartir-la amb els altres i convertir-la en una eina molt útil que pugui ser de gran ajuda per a qualsevol persona.

El seu missatge és clar: eduquem en positiu.

Fent-me ressó de la seva teoria, segueixo; pensar en positiu, viure en positiu, educar en positiu, està arrelant. La comunitat científica de psicòlegs, en comptes d'estudiar allò negatiu en les malalties mentals i ocupar-se d'una tasca terapèutica, investiguen les forces positives de les persones per a que millorin la seva felicitat.

Es parla d'una pedagogia positiva que ens doni confiança en les nostres capacitats. Les persones positives, al viure menys preocupades, menys pendents dels seus complexos i fracassos, tenen més capacitat per estar atentes al que ens envolta.

La persona hipercrítica només es centra en allò negatiu, sense buscar tasques constructives. Davant els problemes, la persona optimista veu que els problemes són puntuals, passatgers i per tant resultat d'una situació concreta. La persona pessimista veu el contrari: creu que els problemes són permanents, s'escapen de les seves mans, i l'influeixen en altres vessants de la seva vida no problemàtiques, i amb l'inconvenient que el contagien als altres.

Davant els èxits, la persona positiva està convençuda que són resultat del seu caràcter, que es deuen a la seva habilitat, se sent valiosa i d'aquestes experiències reforça les seves capacitats. La persona negativa creu que els seus èxits són fruit de circumstàncies especials. No soporta que li facin elogis.

L'autèntica s'aconsegueix mitjançant una vida significativa quan posem en acció fortaleces i virtut pròpies del nostre caràcter i personalitat. Les emocions positives "comprades fora de nosaltres provoquen el buit, manca d'autenticitat, depressió". Com diu la cançó "caminar cap als pous no treu la set". L'autèntica felicitat és trobar els pous.

La vida significativa és posar-se en camí per buscar el sentit de la nostra vida, i el sentit de la VIDA. Família i escola eduquem en la mateixa línia, la pedagogia de la psicologia positiva, per a què en la nostra memòria només es gravin esdeveniments positius.

Gna. Hermenegilda Santamaría - Titular de l'escola

LA VEU DE L'APA

La terra és font de vida. L'home hi ha de viure amb harmonia i respecte. Qualsevol agressió o acció sobre el medi provocarà un canvi que pot afectar la vida i el manteniment de l'equilibri medi ambiental. Ja, l'any passat, els nostres fills van estar instruïts sobre el respecte al medi i les formes d'abocar la basura que l'home genera. Els residus s'han de seleccionar i cada un va al seu lloc: contenidors verds, grocs i blaus.

El procés educatiu és el resultat d'un triangle en el qual influeixen les aptituds i actituds de tothom: persona, família i col·legi. Catalunya genera una de les despeses d'energia més elevades de tot Espanya. La major part d'aquest consum es produeix a casa. Des de l'escola s'ha intentat educar als nostres fills per aturar aquesta despesa innecessària i reduir l'impacte ambiental que genera la ineficàcia en el consum d'energia. És recomenable també repassar els usos que es fan a casa.

Recollida selectiva de residus al pati, reducció del consum de paper, banc de llibres, reciclatge de material, hort escolar, ... Són moltes les accions que contribueixen a fer que el centre escolar sigui més ecològic.

L'abocador de Solius, situat al terme municipal de Llagostera, s'esgota. Llagostera, ha començat el reciclatge i en especial el de la matèria orgànica, és l'únic camí per evitar un nou abocador a la zona. La solució al problema de Solius requereix de la col·laboració ciutadana, especialment dels comerços i dels grans productors de residus. Els nostres fills ja han visitat l'abocador de Solius i han vist el problema "in situ". Se'ls ha explicat què són els contenidors de recollida selectiva.

Un altre tema és la sostenibilitat medi ambiental. S'ha vist que amb la col·laboració de tothom s'obtenen molts bons resultats. Per això, la sostenibilitat és possible però sobretot és necessària.

El curs acadèmic ja arriba a la fi. Els nostres fills començaran les vacances. L'estiu és molt llarg i s'ha d'aprofitar. Són moltes les activitats que podran fer-se, tot dirigit a continuar aprenent i a convida a alegrament amb altres companys. No deixem que s'avorreixin i tampoc que matin el temps sols al carrer.

B o n E s t i u ! ! !

Joan Saurí Masgrau
President de l'APA

COM AJUDAR A RECICLAR?

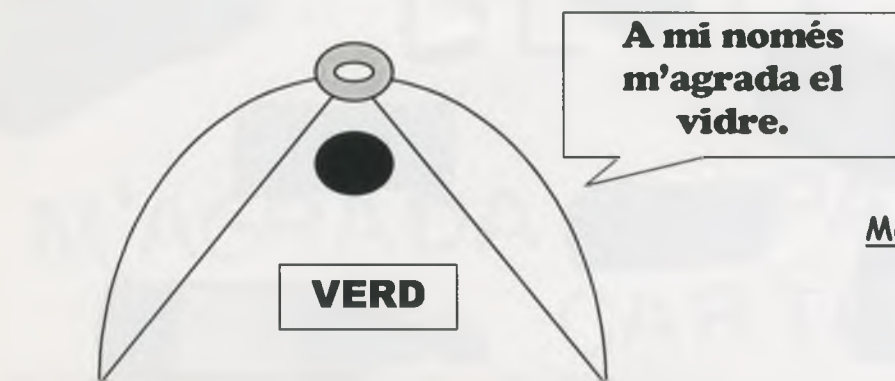
Els nens i nenes més petits de la nostra escola, aquest trimestre hem dedicat uns dies a aprendre com podem ajudar a fer possible el reciclatge dels diferents materials de rebuig. Nosaltres, l'aula de P1 i P2, ens hem centrat en el vidre.

Per començar a treballar el nostre objectiu, les mestres ens van explicar que pels carrers del nostre poble hi ha diferents contenidors i que ens hem de fixar en el seu color per saber quin material hi hem de tirar a cada un.

Després de l'explicació de les educadores, vam dedicar uns dies a classificar allò que era vidre i el que no ho era en dos cubells diferents. Una vegada feta la classificació vam anar als contenidors més propers a l'escola i vam tirar tot allò que havíem anat posant al cubell del vidre al contenidor verd.

A part d'aquesta activitat manipulativa i vivencial, vam realitzar-ne d'altres sobre paper, com ara pintar un contenidor de color verd; enganxar en un contenidor diferents coses: envasos de vidre que trobàvem en els fulls d'ofertes dels supermercats, etc.

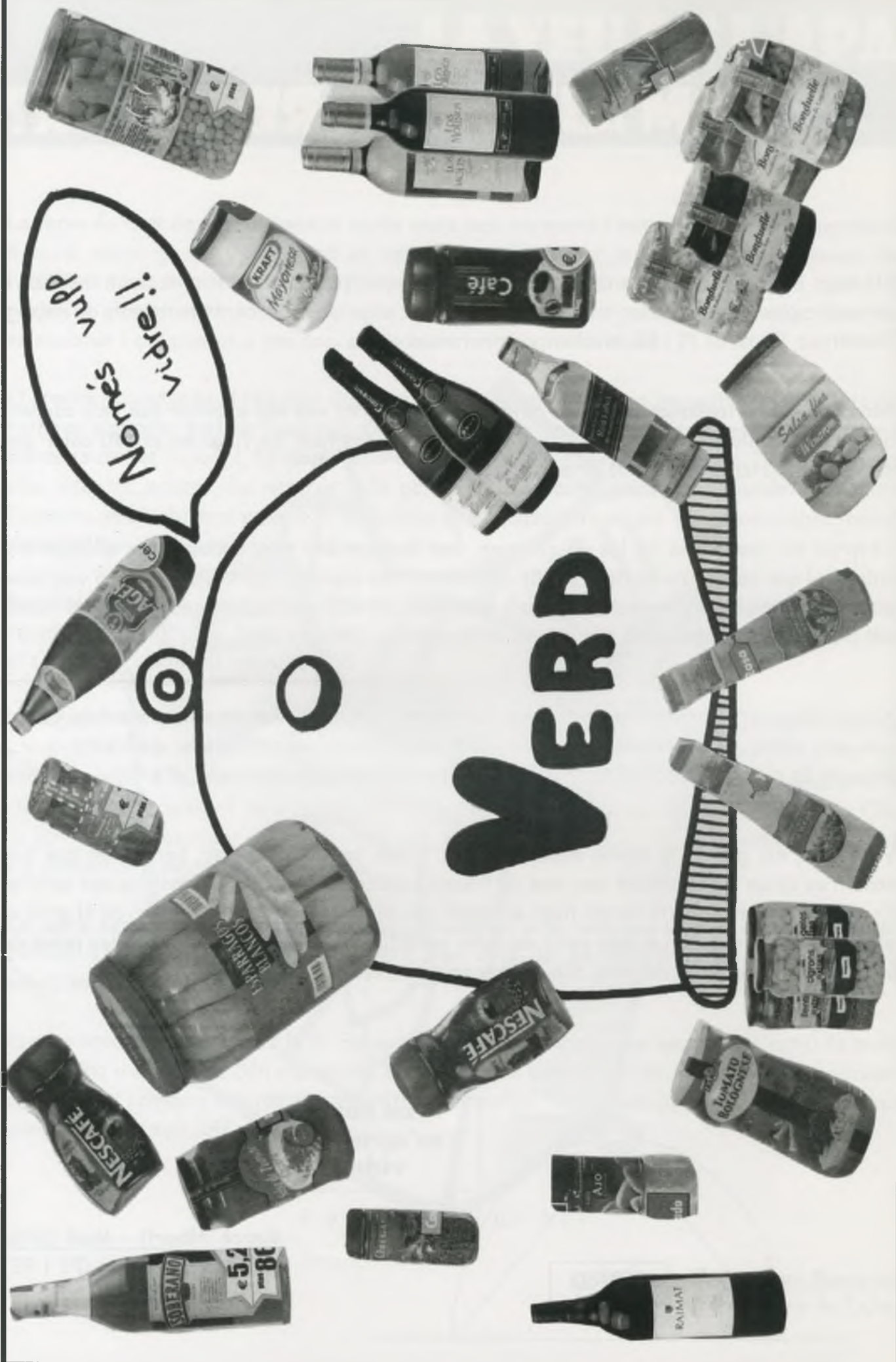
Vosaltres, els grans, ja deveu saber què s'hi tira a cada contenidor, però, com que per nosaltres és un coneixement nou, ens fa il·lusió explicar-vos-ho, per acabar aquest article. En el contenidor blau s'hi ha de tirar el paper i el cartró; en el verd el vidre; en el groc el plàstic i les llaunes; i en el més petit de color verd tot allò que en diuen rebuig (les peles de les fruites, les espines de peix, allò que escombrem, etc.).

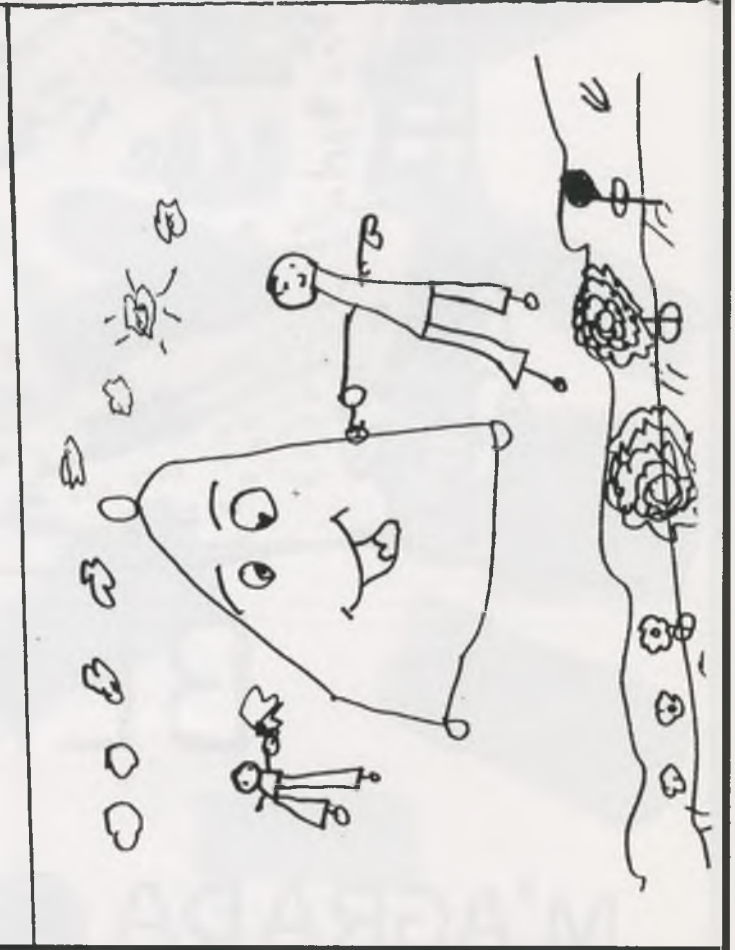
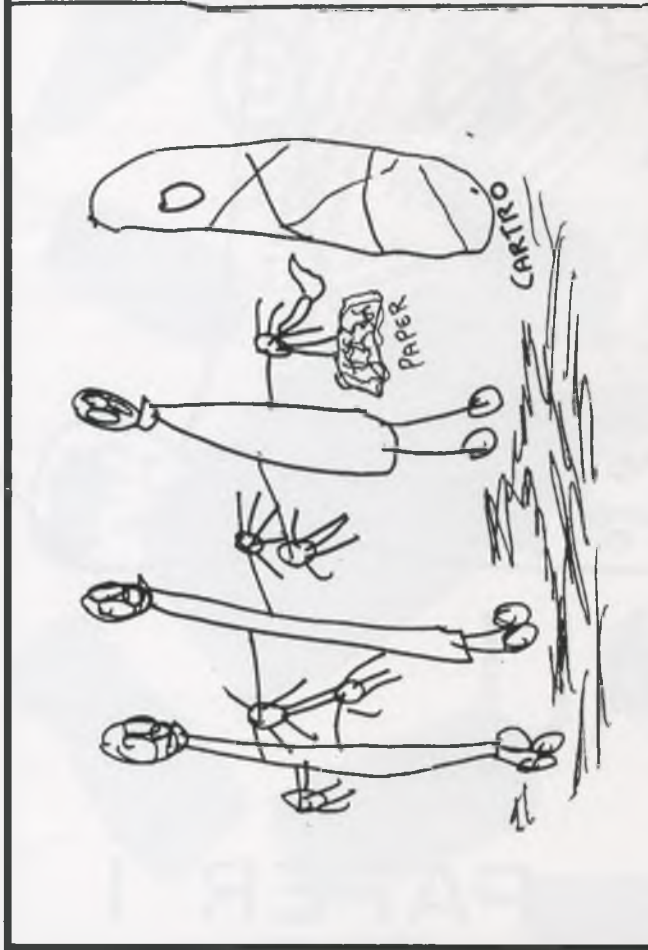
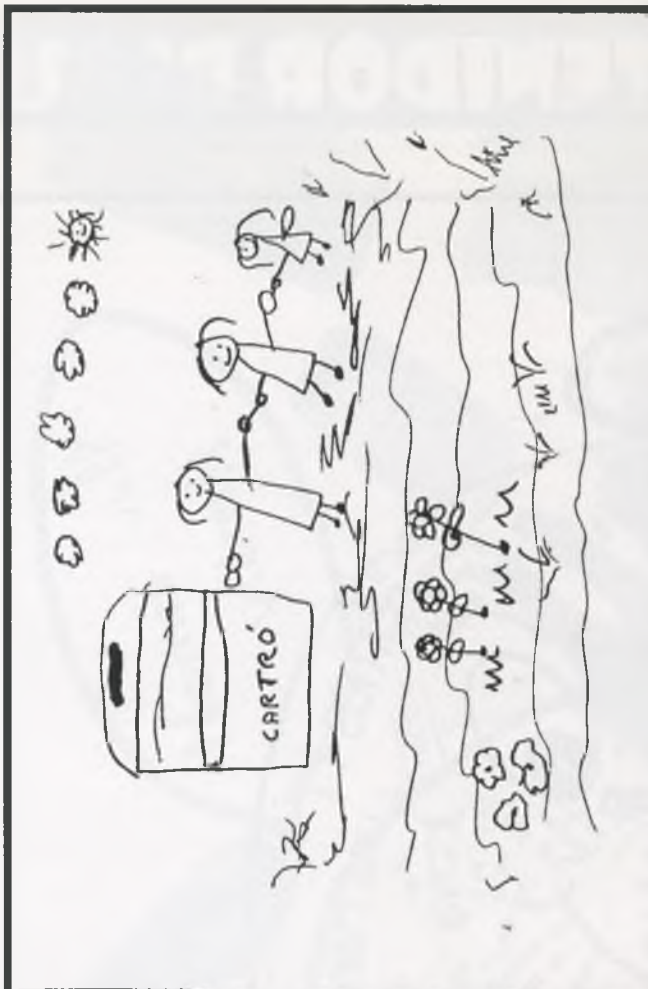


Mercè Alberti - Mari Ortiz
Llar d'Infants (P1 i P2)

Nomes vpp
vidreii

VERD





Nens i nenes de P3: Hind Ablali, Lúdia Bota, Aina Casas, Sandra Cebrián, Andrea Díaz, Lluís Gurnés, Aina Izquierdo, Bintou Jabbi, Sergi Jiménez, Sandra Liaqat, Carla Macías, Redouane Ondouh, Georgina Puig, Sílvia Pujadas, Coral Ramírez, Marc Rodríguez, Sabrina Rovira, Mariama Sillah, Fernando Velázquez

RECICLEM!



NO VOLEM MALMETRE EL

P-4



El nen/a és protagonista de la seva educació i hem d'intentar que arribi a adquirir hàbits i habilitats, aptituds i actituds, coneixements i conductes afectives.

La intel·ligència és sempre activa i constructiva i es desenvolupa en qualsevol situació amb què la persona estigui en contacte.

La principal font d'aprenentatge per al nen/a és l'experiència vital que va precedida per un criteri de pensament, que nosaltres els adults, li hem de proporcionar.

Per això, entre tots inculcarem als nostres infants que la deixalleria és molt nostra, que l'hem de conèixer i utilitzar-la com un recurs molt important que tenim i que ens serveix per millorar el nostre entorn.

Què és la deixalleria?

La deixalleria és una instal·lació que permet fer una recollida selectiva d'aquelles fraccions de residus municipals que complementa la que també es pot fer a través dels contenidors específics de colors que hi ha distribuïts pels carrers.

Ens hem de sensibilitzar tots plegats sobre la importància de realitzar una bona recollida selectiva per tal de garantir l'èxit del reciclatge posterior de residus i també per a disminuir la quantitat de deixalles que tenen com a destí final els tant indesitjats abocadors, origen de tantes problemàtiques, no només ambientals sinó també socials.

On està?

La deixalleria municipal de Llagostera està al carrer Migjorn nº 7 del Polígon Industrial.

Horaris:

De dimarts a divendres: de 10 a 13 hores i de 16 a 19 hores.

Dissabtes: de 10 a 14 hores i de 15 a 19 hores.

Diumenges: de 9 a 13 hores.



Montserrat Frigolé Esteva - Tutora de P-5

QUÈ PODEM PORTAR A LA DEIXALLERIA

RESIDUS ESPECIALS	RESIDUS VOLUMINOSOS	RESIDUS VALORITZABLES	RESTES	RUNA
<ul style="list-style-type: none"> • fluorescentes • pneumàtics • bateries • pintures • 	<ul style="list-style-type: none"> • mobles • trastos • vells 	<ul style="list-style-type: none"> • paper • cartó • vidre • envasos • 	<ul style="list-style-type: none"> • foto • jardineria 	<ul style="list-style-type: none"> • Construcció • d'obra • menor.

Badal
 JUDITH. IVERTEE RIC SAMIRA MAHAMADOU T. JAN
 YERIAN C 4^a IMPA
 FATUMATA ZAKARIA MARIA ELENA MAHAMADOU C. P-5
 MOUSSA



COLÒNIES

TORREFERRANA
30, 31 de març i 1 d'abril



La riera Gotarra



26, 27 i 28 d'abril





PROJECTE TELEMÀTIC BONGOH
Trobada presencial, 5 de maig
a Sant Vicenç de Castellet





PROJECTE TELEMÀTIC COMARQUES

Trobada presencial, 21 de maig a Sant Joan de les Abadesses



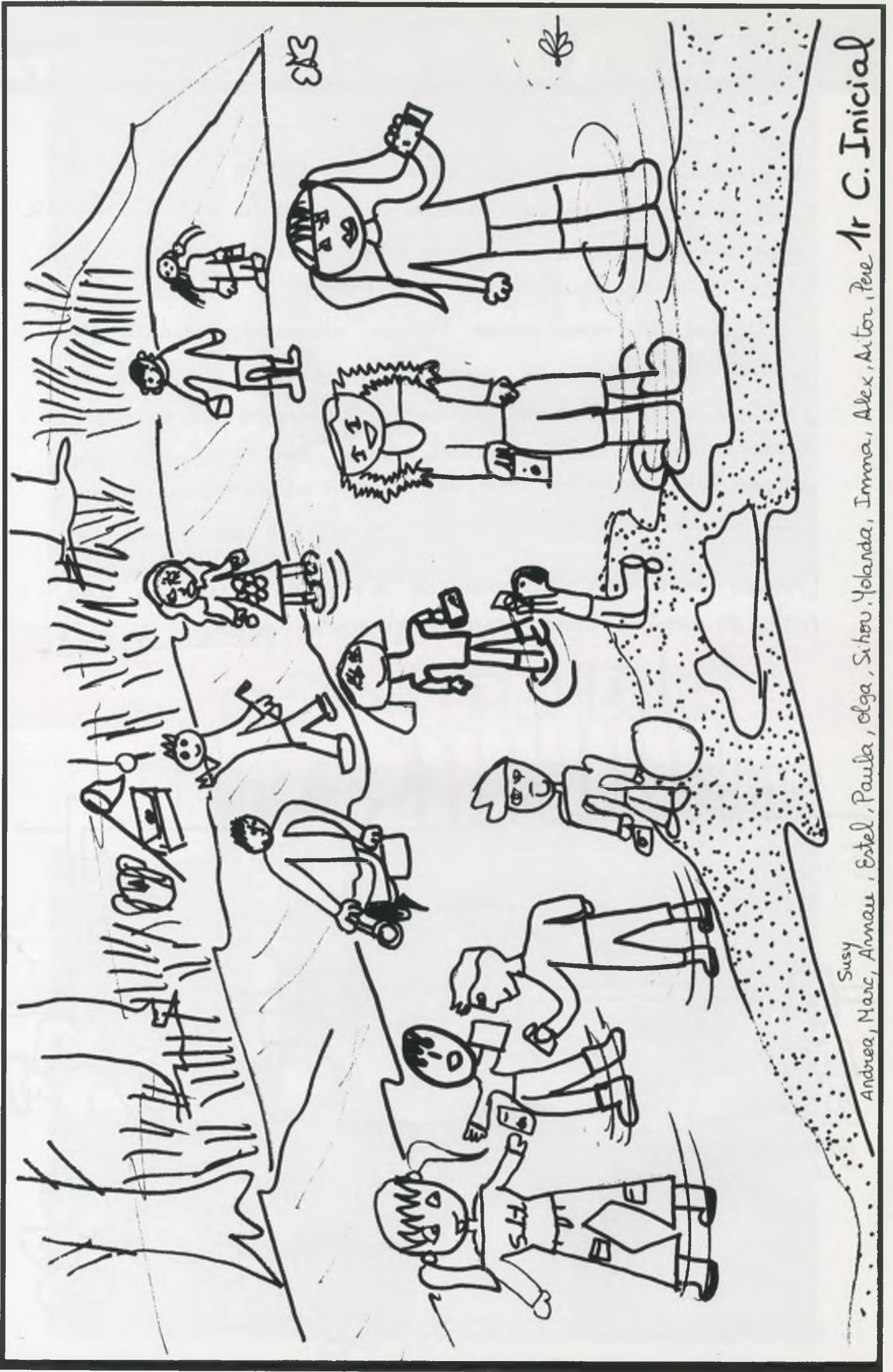
Juntament amb els nens de 2n, el dimarts 27 d'abril
 varem anar a fer una excursió fins a la riera Gotarra
 on ja varem estudiar la fauna (els animals que hi viuen)
 i la vegetació, que creix al seu voltant.

D'animals, vam poder agafar, observar, estudiar i
 després tornar a la riera: cucs d'aigua, escarabats
 d'aigua, escorpió d'aigua, saloter, capgrossos de diferents
 mides. Va ser molt divertit poder veure a dins la riera,
 alguns anaven amb botes d'aigua, d'altres amb dipòsits
 però tots ens vam mullar i em ho vam passar molt bé.

Després de dinar, al parc de l'estació, vam fer una
 posta en comú i vam omplir el nostre quadern de camp.



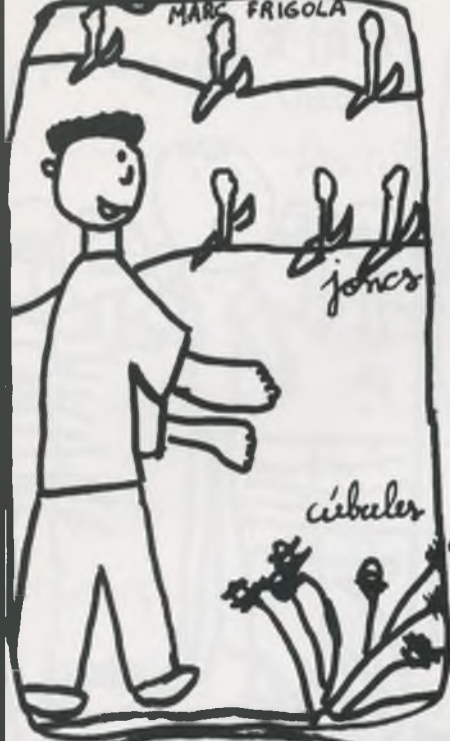
Sevish, Susana, Ruth, Joan, Faten, Albert, Cesc i Xira



333

Susy
Andrea, Marc, Annuu, Estel, Paula, Olga, Sihan, Yolanda, Imma, Alex, Aitor, Pere, Ar C. Inicial

LA VEGETACIÓ DE LA RIERA GOTARRA



2m. CURS



C. INICIAL





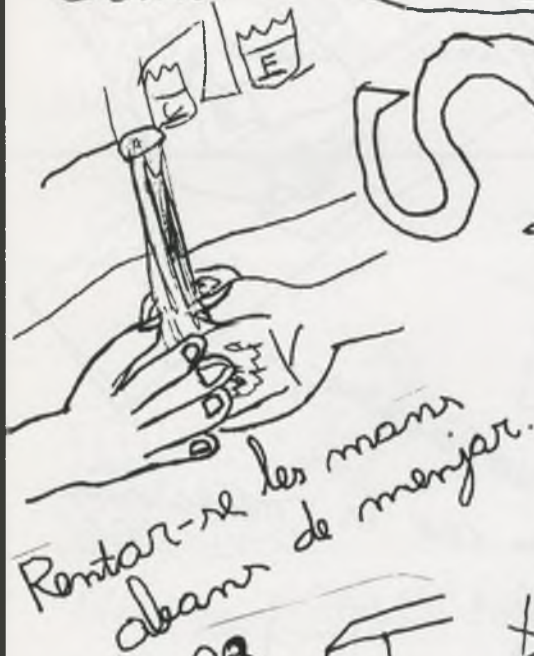
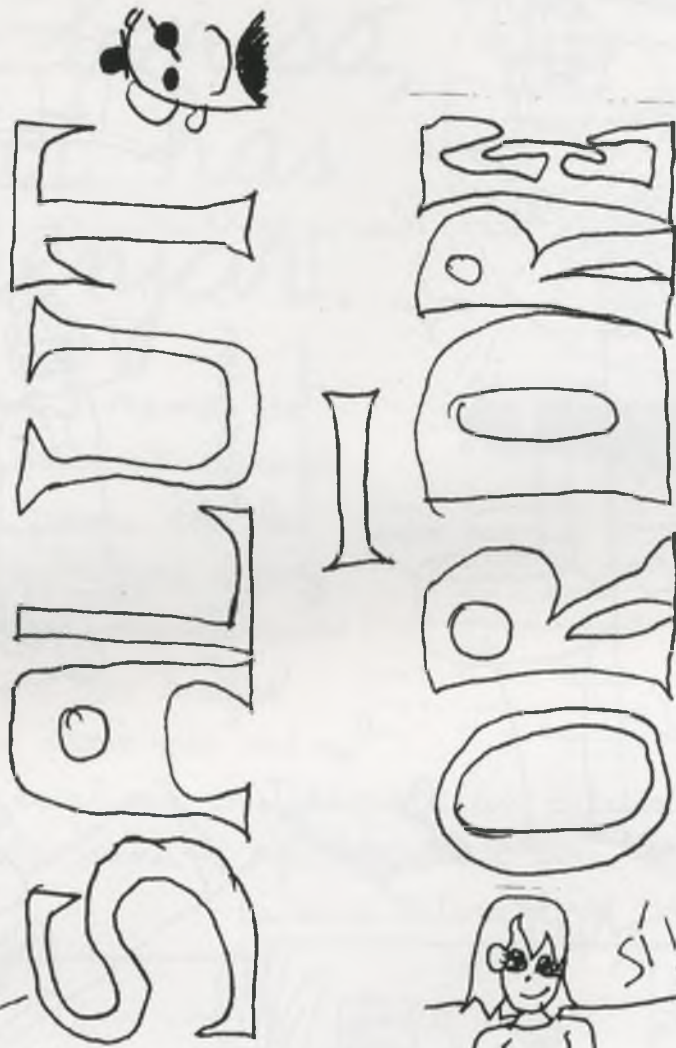
2m C. INICIAL



La classe de 3r d'educació primària
 us volem donar uns petits consells
 per tal de tenir uns certs hàbits de:

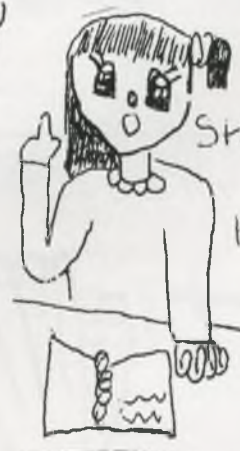
Aaron
 Xabier
 Maria
 Yaiza
 Gerard
 Roser
 Ariadna
 Enric
 Marc
 Dani

Judit
 Sofyan
 Albert
 Clàudia
 José A.
 Tània
 Lidia
 Joana
 Musa
 Alba
 Freddy



Rentat-se les mans
 abans de menjar.

Sentar-nos bé
 a la classe.

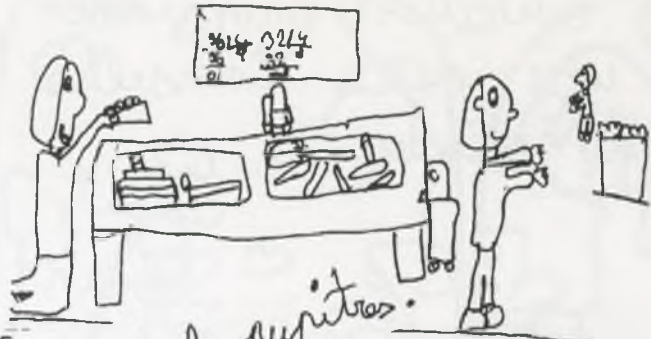


Parlar
 cridaner.



Recollir les joguines i
 ordenar-les.

seure

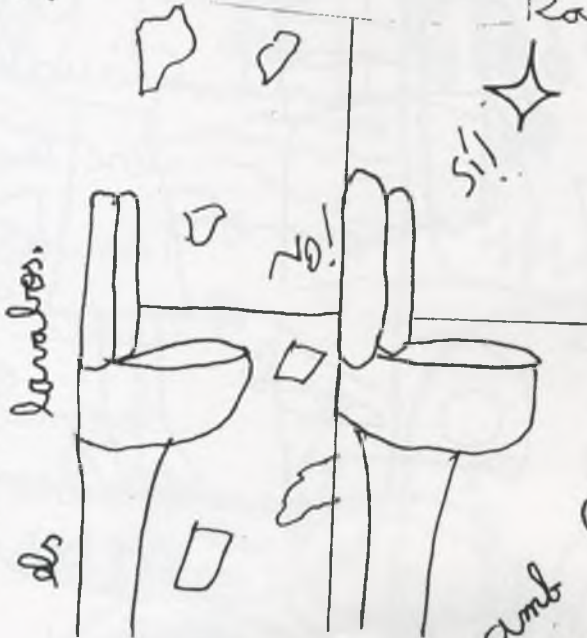


Endreçar els piquetes.



Raspallejar-se les dents.

Utilitzar
correctament
els
lavabres.



Fer servir
la boca
amb la
tortada.



Menjar
cada
dia
cada
interior.
Canviar-se
la roba



NO

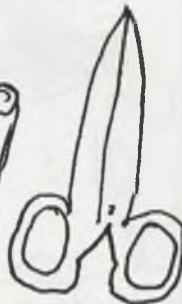


SI

No aixalar-se
si no és necessari.

Tallar-nos les
de les mans
i dels peus.

unghes





Dieta NO EQUILIBRADA

Dieta EQUILIBRADA

Fromage
Eisprung

DIETA NO EQUILIBRADA

DIETA EQUILIBRADA



Dieta NO EQUILIBRADA

Dieta EQUILIBRADA

Tania Lopez

La seva futura HARI CASULLAS
 amb una dieta sana i equilibrada i com seva si no fos
 nom veigut explicar mitjançant un dibuix com és un men

- Grup 1. Llet i derivats - Quèten moltes proteïnes
- Grup 2. Carn, peix, ous - Quèten moltes proteïnes, glic
- Grup 3. Patates, llegums, fruits secs - Rics en proteïnes, glic
- Grup 4. Verdures i hortalisses - Rics en vitamines i mine
- Grup 5. Fruïtes - Riques en vitamines i minerals
- Grup 6. Cereals, pa, llegums - Rics en glúcids
- Grup 7. Oli, mantega, carn de porc i xai - Rics en lípids.

ALIMENTS

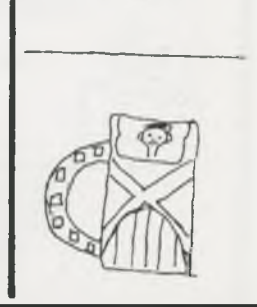
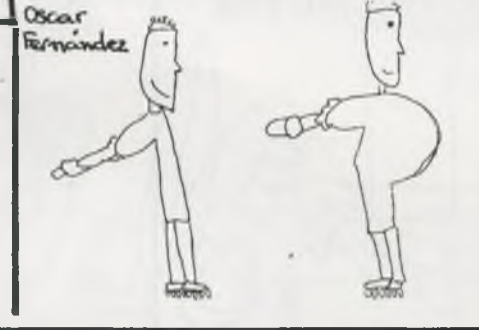
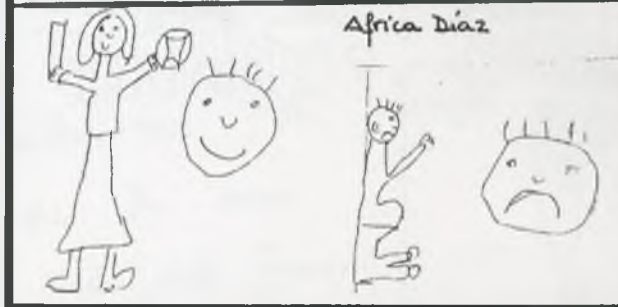
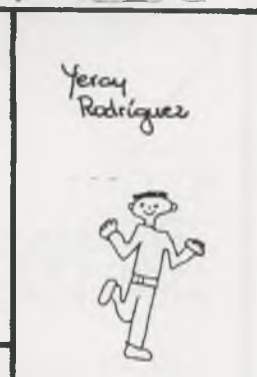
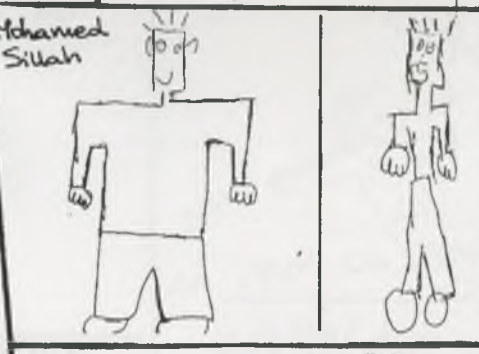
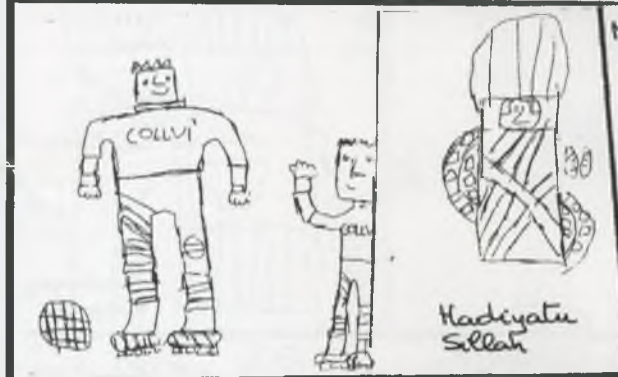
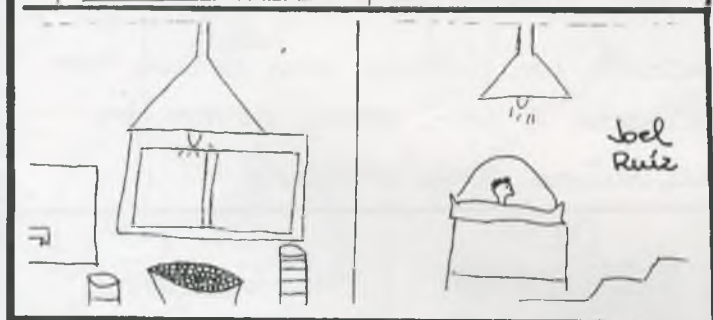
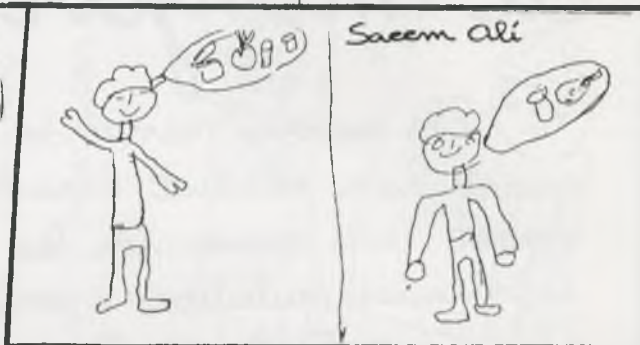
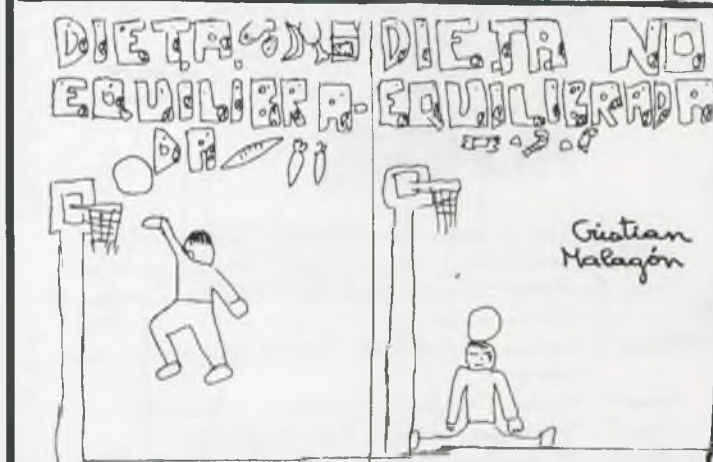


Cerdine
Ardaya

UN ROM DELS

2n. Cicle
Mitjà
Si vols
estar ben da,
de tot has
de menjar.

Els meus i meves de
 quant han estudiat durant
 aquest curs quines són les
 substàncies nutritives i com
 n'és d'important mantenir
 una dieta que les tingui
 totes. És per això que us
 hem volgut explicar mitjançant un dibuix com és un men



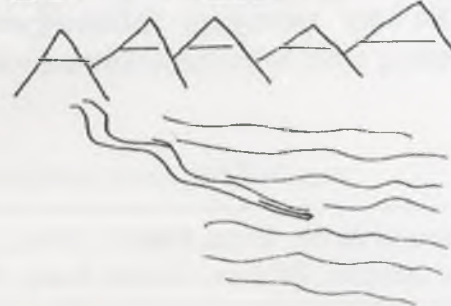
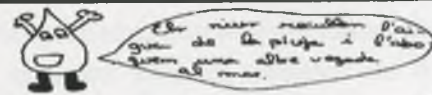
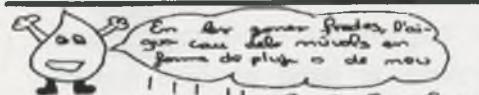
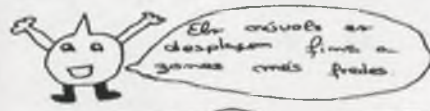
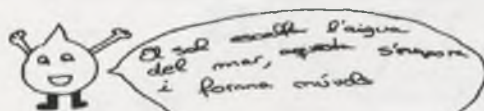
L'AIgua

L'aigua és un element indispensable per la vida de les persones, els animals i les plantes.

Si hi penses una mica t'adonaràs que l'aigua, malgrat no sempre n'hi hagi prou per a tothom, és contínuament present en les teues activitats diàries. Per això l'aigua és un bé que cal saber administrar i no malgastar inutilment.

A la natura es pot trobar en tres estats diferents: sòlid (neig i gel), líquid (rivers i mars) i gasós (vapor d'aigua als núvols).

El Cicle de L'aigua



MESURES PER ESTALVIAR L'AIGUA

Arregla les aixeteres que gotegen una gota per segon. Si
passa 30 litres malparats perdida.



Una dutxa de cinc minuts en lloc d'un bany suposa
estalviar 70 litres. Fes ho sempre que puguis.



Buida la sistema del water només quan calgui. Ara ja
hi ha cisternes que permeten buidar només una part del
contingut.



Tanca l'aixeta mentre et rentes les dents. Si te les rentes
3 vegades al dia, podem estalviar una mitjana 40 litres
al dia.



- La Terra s'anomena planeta blau perquè 3/4 són aigua.



- Les persones estem formades per un 70% d'aigua.

Alumnes de 5è: Haya, Dani C., Bilal, Genís, Cristian, Michael, Jessica, Zeehan, Jennifer, Bibiana, Gerard, Josep, Rocksolana, Dani R., Bárbara, Arnau



HISTÒRIA



La història dels residus orgànics és més antiga que l'existència dels homes. Els animals i les plantes també produeixen restes orgàniques que són reabsorbides per la natura.

Les persones, en canvi, produïm tanta matèria orgànica que la natura no la pot absorbir i hem de buscar solucions per a controlar el cycle natural. Una solució és el compostatge. El compostatge és un procés que la natura ha fet servir per a reciclar els seus residus orgànics.

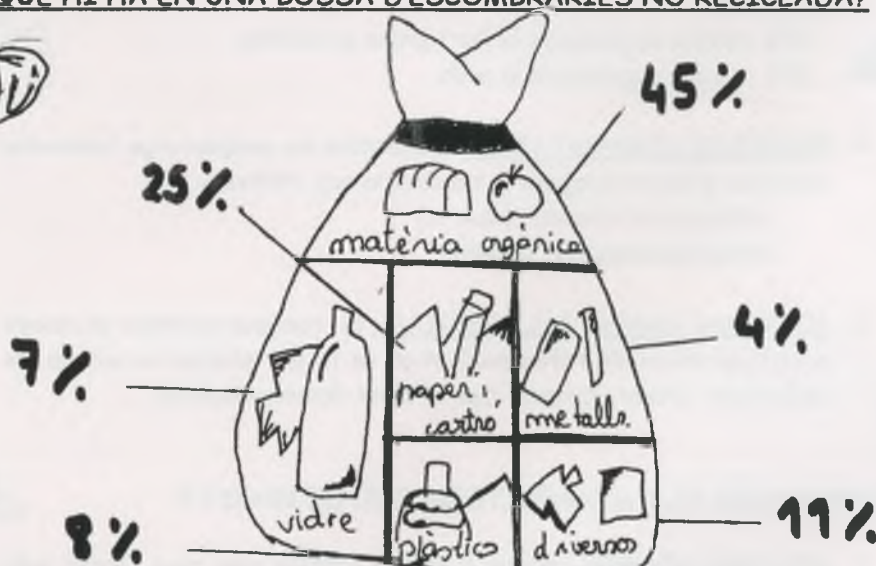
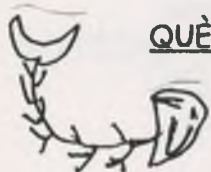
Una de les principals característiques de la nostra societat és el consum de productes que tenen un curt cycle de vida i quan se'ls acaba la vida es converteixen en residus.

La societat necessita matèries primeres i energia per a fabricar els béns del consum habitual i les fonts d'energia i les matèries s'esgoten. Per aquest motiu hem d'aprofitar els recursos dels que disposem.

PROBLEMES



QUÈ HI HA EN UNA BOSSA D'ESCOMBRARIES NO RECICLADA?



Sembla que un cop hem llençat la bossa de deixalles, el problema ja s'ha acabat, però no és així, tot just comença. Les escombraries van a l'abocador. Perquè això no passi la matèria orgànica s'ha de separar de la resta d'escombraries, si és possible s'ha de posar en bosses vegetals. És recomanable col·locar la bossa en petits cubells i quan estan plens portar-los al contenidor marró.



El procés de recollida de la matèria orgànica passa per 5 etapes:



1. **SEPARACIÓ EN ORIGEN:** S'han de separar les deixalles que són orgàniques de les que no ho són.

NO

Tetrabrik
Llaunes
Roba
Plàstic
Aerosol
Alumini



SI

Marro de te i cafè
Suros
Ossos
Restes d'animals
Poda
Restes de vegetals

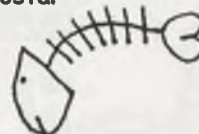


2. **RECOLLIDA SELECTIVA:** El municipi s'encarrega de la recollida selectiva d'escombraries.



3. **PRETRACTAMENT DELS RESIDUS:** Abans de començar el procés de compostatge es fa una tria. Un cop feta s'inicia el procés de compostatge. S'elabora la barreja de matèria orgànica per compostar que conté:

- . 75% residus orgànics de la llar i grans productes
- . 25% residus vegetals de la poda.



4. **PROCÉS DE COMPOSTATGE:** Les plantes de compostatge tenen dos sistemes diferents segons la tecnologia que utilitzen:



- . Sistemes no intensius (oberts)
- . Sistemes intensius (tancats)

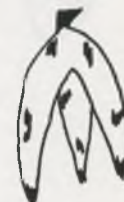


5. **POSTTRACTAMENT DELS RESIDUS:** El compost obtingut es sotmet a un tractament de refinament. Això es fa per eliminar el màxim les impureses i altres elements que no s'han descompostat bé.



QUINS SÓN ELS AVANTATGES DEL COMPOST?

1. **MILLORA DEL SÒL** Ajuda a reduir l'erosió quan plou. Torna més absorbents els sòls sorrencs i els fa més fèrtils.
2. **PROTECCIÓ CONTRA LES PLAGUES** Fa el servei d'insecticida, fungicida o pesticida. I a més no contamina el sòl.
3. **ADOB NATURAL** El compost fa el mateix servei que els adobs químics i és menys contaminant i alhora més econòmic.



6è de primària: Nayara Àvila, Robert Bagudanch, Laura Bergillos, Daniel Cayuela, Jordi Costabella, Gemma Cros, Ariadna Donate, Sandra Figueroa, Eduard Fugarolas, Cristina Góngora, Alisson Michele Gutiérrez, Alex Llinàs, Ana Isabel Montoliu, Patricia Ponce.

Hem fet tot això i molt més
amb el vostre suport i col·laboració.

Tota la Comunitat Educativa (alumnes, pares i mestres)
hem tornat a fer possible aquesta revista.