

A Asociación *Lilith* segue colaborando co noso Instituto CHARLAS CON EXPO SOBRE EDUCACIÓN SEXUAL



Por Carmela Trigo e Xulia Manín.

O día 21 de Decembro de 2009 tivemos no noso Instituto unha charla de sexo, na que Expo nos explicou todo o relacionado con este tema durante case todo o día. Primeiro collemos un papel e puxemos preguntas que tiveramos para que el as respondera (isto foi anónimo). Tamén falamos dos métodos anticonceptivos, do embarazo, dos aparellos reprodutores (tanto do feminino como do masculino), sen deixar atrás as enfermidades que podemos transmitir mediante relacións sexuais. Todas estas actividades foron feitas en forma de xogos, vendo vídeos, mediante explicacións ou ben co ordenador. Con esta actividade aprendemos pero o mesmo tempo pasámolo ben. Expo é o profesor que cada ano nos envía a Asociación "Lilith", dedicada á educación dos rapaces nestes temas tan importantes que no pasado estiveron tan esquecidos na educación dos rapaces.

< Expo explica. Borja, Diego, Raúl e Daniel atenden.

O noso Instituto segue dando grandes locutores PROGRAMA 4 X 4 NA RADIO VALADOURO

Por Sonia Expósito.

Unha das asignaturas da clase de 1º é Proxecto Interdisciplinar, que consiste en cada curso investigar sobre unha cousa distinta. Este curso tocounos traballar co tema da radio, así que o profesor Pepe Peinó, que é o que dá esta materia, organizou un programa de radio en Radio Valadouro. O programa chamouse "4 X 4". Os presentadores principais foron Sonia Expósito, Yaiza Pico e David Rivas. Tiña varios apartados: música, feita por Sara, Reyes e Sonia; natureza, feita por David e Antonio; cotilleos, feitos por Yaiza e Tania; cine, feito por Fabián; televisión, feito por Eva; humor, feito por Emilio e Jairo; motor, feito por Brais; e dedicatorias, feito por Sara, Reyes e Sonia. Tamén cada venres contaba cun invitado, ó que entrevistaban todos os nenos. Pasabámolo xenial. No programa Número 16, fixemos unha festa e saímos no periódico.

Juan Novás, xunto ós locutores de "4 X 4" >



Organizaron os alumnos de intercambio con Francia FRANCÉS E "ALTA COSTURA" FORON DA MAN



Por Iria Braña.

Nos meses de Xaneiro e Febreiro o grupo de alumnos de intercambio con Francia decidiu facer un desfile de modelos. Tratábase de desfilan vestido con diferentes roupas coa intención de practicar e perfeccionar o francés, posto que o desfile iría acompañado dunha presentación falada. Mentres uns desfilaban, Xulia Manín e Carmela Trigo dician, en francés, o que vestían os seus compañeiros nun formato de audio. Elaboralo todo custou o seu (baixo a supervisión de Armelle Sobrino, a profesora de Francés), pero todos colaboramos e ó final quedou todo ben formado nun vídeo que se subiu á páxina oficial do Proxecto Comenius, á que todos podemos acceder e onde figuran tamén outros traballos do grupo. Ó final, todos estes traballos remataron coa visita dos rapaces franceses de Guerendes ó noso Val e coa nosa visita ás terras deles en Francia. A mellor maneira de aprender francés é practicándoo.

< Lara e Daniel desfilan en pixama.

Completando a primeira fase do intercambio

FRANCESES DE GUERENDE NO NOSO VAL

Por Sabela Quirós.

O pasado día 1 de Febreiro chegaron, ás 12 da noite, dezasete franceses ao noso Val. O motivo polo que viñeron non foi outro que un intercambio escolar entre o instituto francés de Gerende e o noso centro, o IES Alfoz-Valadouro. Os franceses estiveron por estes lares dez días. A estancia foi curta, pero intensa: visitamos a Frouxeira, Mondoñedo, A Coruña, Santiago, Viveiro... Pódese dicir que non nos quedou nada interesante por ver. Os rapaces franceses tamén estiveron algúns días no noso Instituto, asistindo a algunhas das nosas clases e algúns deles estiveron nalgúns programas da Radio Valadouro, contando as súas experiencias. Ademais, durante a súa estancia no noso centro, celebramos unha divertida festa de Carnaval, na que tamén participaron os rapaces franceses e os seus profesores. Fixéronse moitas amizades durante este tempo e a despedida, dez días despois, foi moi emocionante e moi triste.

Momento da despedida dos franceses, ó coller o autobús >



Seguimos dándolle valor ás cousas naturais

INVERNADOIROS NO PATIO DO INSTITUTO



Por Iria Braña.

Os profesores e os alumnos do IES Alfoz-Valadouro seguimos a traballar coa natureza, e agora instalamos algúns invernadoiros no patio do centro para cultivar diversas cousas. Os alumnos de 3º, nas clases de Bioloxía, Física e Química, impartidas por Gonzalo Alonso, dedicáronse a facelo posible. Armados con pas e sachos modelaron e libraron o terreo de malas herbas para que non impediran as labores de construción. Desgraciadamente, a construción dos invernadoiros aprazouse por unha idea que consideraron mellor: plantar fresas. Isto supuxo todo un éxito. Isto de cultivar cousas semella ser importante, porque no mundo en que vivimos case ninguén o sabe facer e resulta divertido e proveitoso. Cada vez están máis de moda as hortiñas pequenas nas casas, que ocupan o tempo libre e logo dan froitos moito mellores cos das tendas. Esperamos que para o curso que vén se continúe cos traballos no invernadoiro.

< Alejandro e outros de 3º construíndo os invernadoiros.

No Curso 2009-2010 rodamos unha nova película

CON VOLVEREMOS VOLVEMOS Ó MUNDO DO CINE



Por Álex Rivera.

Unha vez máis estase a rodar unha nova película no noso Instituto. Esta é a terceira película que se grava e temos que dicir que estreamos cámara, a cal xa sufriu algún incidente. Destacou a primeira película que se fixo hai uns anos, *Malos Tempos*, coa que se acadou o 1º posto no festival Ourencine. O guión desta nova película foi escrito por Andrea Geada e por Pepe Peinó. O título desta é *Volveremos* e trata dun rapaz que quere descubrir quen son os seus verdadeiros avós, e para isto contará coa axuda da súa noiva e dos seus amigos. Por outro lado teremos os malos da película e tamén uns fantasmas que volverán do pasado, quizás para quedarse no presente. Pero non nos imos adiantar ós acontecementos, xa que a veredes vós mesmos en canto sexa rematada, aló polo Nadal. Nesta película participan varios alumnos do noso colexio (Nerea Lorenzo, Álex Rivera, Sílvia Otero, Iván Sánchez, Raúl Río, Ángel Valea, Sabela Quirós...) e tamén algúns profesores (Jorge Olivera, Belén Díaz, Susi Paz...) e outro persoal do centro, como Carmen, unha das encargadas da limpeza, que

fai un estupendo papel de avoa. Atrás da cámara temos a Peinó como Director, o cal nos di o que temos que facer, aínda que algunhas veces se desespera con nós. Na foto que acompaña a este artigo podeades ver a varios dos protagonistas da película no

Pazo de Adelan, lugar onde transcurre a maior parte da mesma, acompañados de Marisa Geadá, a propietaria do Pazo, e de catro rapaces da TVG, que viñeron a gravarnos en Abril para emitir pola mesma TVG unha reportaxe sobre o noso traballo

dentro do programa *Ben falado*.

Esperamos rematar pronto e poñela en pantalla canto antes. Os cálculos son que para o vindeiro Nadal a poidamos ver en Ferreira. Oxalá *Volveremos* tamén poida debutar no mundo do cine.

Coa axuda de Drogodependencias de Burela SEGUIMOS LOITANDO CONTRA AS ADICCIÓNS



Por **Álex Rivera**.

Como todos estes últimos anos, todos os alumnos do Instituto recibiron charlas de drogodependencias. Estas charlas comezaron o 22 de Febreiro e remataron o 26 do mesmo mes, é dicir, foron de luns a venres. Foron impartidas por dúas rapazas: Paloma e María. Todos o cursos realizaron diversas actividades. Como actividade común tivemos as explicacións sobre os distintos tipos de drogas, como reaccionar ante elas, como evitalas... Os alumnos de 1º fixeron unha pequena festa de bebidas sen alcohol que eles mesmos facían con zume, granadina, lima, azucre... Os demais cursos non tivemos festa pero fixemos diversos xogos. En 4º vimos unha película da cal nós mesmos tivemos que opinar e tamén fixemos unha especie de representación teatral que tiña que ver coas drogas, asignando a unha minoría de alumnos o seu papel. Finalmente os de 4º fixemos unha reflexión de todo o que obtivemos destes catro anos de charlas, igual que para o ano o farán os que actualmente cursan 3º.

< Paloma durante unha das charlas en 1º.

Para evitar un pouco o consumo de tabaco OS DE 2º PARTICIPARON EN *CLASES SEN FUME*

Por **Carmela Trigo e Xulia Manín**.

Desde principios de curso os alumnos de 2º de ESO participamos no concurso de *Clases sen Fume*, no cal tivemos que facer unha chea de cousas: un debuxo cada un, e de entre todos escoller o que máis nos gustara para mandalo; varios tests sobre o consumo de tabaco pola nosa parte e por parte da nosa familia; un lema ou frase publicitaria para loitar contra o consumo de tabaco; e unha actividade creativa en grupo, na que nós fixemos un concurso a imitación do famoso *Un, dos, tres*, no que as preguntas eran todas relacionadas co tabaco. Ademais, tiñamos que comprometernos a non fumar durante uns meses. O día 3 de Marzo visitounos unha experta no tema e explicounos as consecuencias de fumar. Despois a algúns de nós fíxonos unha proba para ver se fumáramos. A verdade é que a case todos nos deu que fumabamos, pero a experta explicounos que algunhas veces o aparello podía dar que se fumaba sen que se fumara.

Ana fai a proba, para saber se fumara >



Tamén o mundo subacuático nos interesa INSTALAMOS UN ACUARIO NO LABORATORIO

Por iniciativa do profesor de Ciencias Naturais Gonzalo Alonso vense de instalar un acuario no Laboratorio do noso Instituto, no que poden vivir algúns peixiños. É unha boa forma de chegar a amar a natureza e tamén de observar como funciona, pois no

acuario podemos contemplar as evolucións vitais dos peixes.

Hai tamén quen di que a colocación de acuarios transmite paz ós lugares onde están, posto que o son da auga e os movementos lentos dos peixes sempre relaxan.

Tamén isto teremos ocasión de comprobalo observando o noso acuario.

O malo é que tamén din que os peixes de acuario son bastante delicados, de maneira que teremos que darles uns bos cuidados, se non queremos que se nos morran.

Nos centros escolares aumentan as lesións nelas **SEGUIMOS A COIDARNOS AS COSTAS**



As costas son unha parte do noso corpo moi sensible e que nos últimos anos está a sufrir especialmente, sobre todo nos centros escolares, debido ó sobrepeso que levan os alumnos. Por iso cada ano nos visitan especialistas de Burela, que analizan os pesos que transportamos nas nosas maletas para saber se nos excedemos con eles e miran as nosas costas por se se nos produce nelas algunha lesión. Xa se sabe o que di o refrán: previr é curar. E coas costas hai que ter un especial coidado.



Devolvémoslles a visita ós alumnos de Guérende **A NOSA VIAXE SOÑADA A FRANCIA**

Por **Álex Rivera**.

No noso Instituto, como xa todos sabemos, realizouse un intercambio cun colexio francés. Grazas a un proxecto que están a facer os alumnos participantes concedéusenos unha beca e con isto comezaron os viaxes.

O día 1 de Febreiro os franceses chegaron a España e con eles realizamos distintas actividades e viaxes para ensinarlles un pouco a noso espazo. O 12 do mesmo mes marcharon, deixándonos un moi bonito recordo, pero isto aínda non rematara.

Foi o día 15 de marzo cando os alumnos que participan no proxecto colleron o avión cara a Francia. Cando chegamos ó lugar estábannos a esperar as familias cas cales pasaríamos uns cantos días.

Ó día seguinte da chegada fomos cos nosos correspondentes ó seu Instituto. Na entrada atopámonos cunha parede cun cartel de benvinda e fotos nosas de cando eles estiveran en España. Ensináronnos o centro e cantáronnos una canción en español. Pola tarde estivemos coas familias, xa que as actividades programadas foron suspendidas.

O día 17 tivemos una visita guiada por Guérende, o lugar no que residimos duran-



Durante a nosa estancia en Francia viaxamos por varios lugares e coñecemos varias cidades. Nesta foto vemos a todo o noso grupo, na praza central da cidade de Nantes, algo así como a Praza Santa María de Ferreira, pero, naturalmente, un pouco máis grande.



Aquí o tedes, un dos lugares máis fermosos de Francia e do mundo: o monte de Saint Michel. Cando a marea está baixa pódese cruzar a el andando sobre unha franxa de area; cando a marea está alta atópase nunha illa, rodeado de mar. Está recoñecido como Patrimonio da Humanidade pola UNESCO.

te eses días. Temos que dicir que era un lugar moi bonito e con moitas cousas para visitar. Xantamos todos xuntos nun restaurante e logo quedámonos toda a tarde na cidade. Uns decidiron ir xogar ós bolos nunha boleira que había na cidade e outros decidiron quedar nesta.

O día 18 visitamos unha cidade chamada Nantes na cal tivemos tamén outra visita guiada, na que visitamos lugares destaca-

dos como unha catedral o un castelo. Despois de xantar tivemos un taller multimedia, no cal fixemos un tríptico con fotos da cidade.

Os dous días seguintes estivemos todos xuntos. O primeiro día visitamos Saint Malo, outro lugar de moito interese histórico-cultural. Este día non volvimos á casa, senón que nos aloxamos nun albergue. No albergue pasamos a noite, pero antes de dei-

tarnos fixemos uns xogos nos que o pasamos xenial. Espertamos cansos, pero despois volveron todas as enerxías a medida que iamos no autobús camiño ó Monte de Saint Michel, nomeado patrimonio mundial da UNESCO. Posiblemente esta foi a excursión que máis nos gustou. Este lugar merece a pena ser visitado, xa que é un lugar fermoso. Xa contra a noite volvemos á casa.

O domingo foi o único día no que non estivemos xuntos, xa que cada un tivo que seguir os plans das familias de acollida.

O luns estivemos no centro. Puidemos ver como eran as clases en Francia, xa que estivemos nelas. Unha parte do tempo dedicámola ó proxecto.

A última visita foi o martes. Fomos a Brière, un lugar caracterizado polas súas marismas.

O mércores dedicámolo ó proxecto. Pola tarde fomos comer por grupos e despois reunímonos todos na boleira, onde o pasamos xenial.

O xoves día 25 regresamos, non sen antes ter unha emotiva despedida con eles, ós cales lles collemos moito cariño. Cantáronnos unha canción de despedida, ensináronnos baile bretón e logo foi a despedida.

Foi unha viaxe moi positiva para todos nós que moitos desexan repetir. Para o ano cumpriráselles o desexo, xa que isto non rematou aínda. O proxecto segue e haberá máis viaxes.

Eu, como participante neste intercambio, ánimovos a que probedes para o ano, xa que é unha experiencia moi bonita e na cal aprendes moitas cousas.

Tamén este ano viñeron profes novos por un tempo PROFESORES SUBSTITUTOS PARA ESTE CURSO



Tres profesores substitutos no noso Instituto no Curso 2009-2010: Cristina, Pepe e Paula. Só estiveron connosco un breve espazo de tempo, pero por pouco que sexa foi suficiente para coñecer amizades entre nós. O traballo destes profesores substitutos é moi complicado, pois permanecen nos centros moi pouco tempo e non lles dá tempo a adaptarse nin a coñecer á xente



Todos os anos veñen profesores novos, que comezan o curso no noso Instituto e se quedan nel até o mes de Xuño, cando as clases rematan; algúns deles veñen para quedarse, con praza definitiva, mentres que outros veñen por un curso ou dous e logo vanse en busca doutro destino. Pero tamén nos visitan outros profesores cuxa misión no noso centro consiste en substituír a algún dos profesores titulares do mesmo que se ausenta por pouco tempo; a

misión destes profesores non é moi agradable, pois só permanecen connosco un tempo moi curto, no que non lles dá tempo a coñecer a ninguén nin a sentirse no centro como nun fogar, que é do que se trata. Neste Curso que xa rematou, o 2009-2010, tivemos varios destes profesores substitutos. Podemos ver a algúns deles nas fotos: Cristina, que substituíu a Simeón cando este se foi de viaxe; e tamén Pepe e Paula. A maior parte destes profesores estiveron no

IES Alfoz-Valadouro no pasado mes de Marzo, no que, casualmente, houbo máis ausencias dos profesores titulares do noso Instituto. Non sabemos onde se atoparán agora, cal será o novo destino que lles teñan asignado, pero se acaso cae nas súas mans este Número 31 de Xornalouro mandámoslles unha cariñosa aperta. Moi boa sorte ós tres; oxalá que non vos manden moi lonxe da vosa casa ou a lugares pouco agradables para traballar.



É un misterio aínda sen resolver PORTA ROTA NO XIMNASIO

Algunhas veces ocorren cousas inexplicables ou, polo menos, que até o momento non teñen explicación. Unha mañá, cando chegamos ó Instituto, apareceu a porta do Ximnasio que vedes á esquerda arrincada do seu marco, acompañado o feito dalgúns danos máis. A razón dos estragos non estaba nada clara. Xurdiron varias hipóteses sobre os feitos: algún "gamberro" que se "divertira" pola noite con esa forma estraña de divertirse consistente en romper cousas; o forte vento daqueles días que, unido ó mal estado da porta, puido arrincala... Quen sabe? O caso é que o noso Instituto resulta ser un lugar moi vulnerable durante as noites, posto que se atopa bastante afastado dos núcleos de poboación e a súa parte posterior, o seu patio, está moi agochado da vista da xente e resulta de moi fácil acceso (simplemente saltando a valla xa se está dentro), de maneira que algunhas persoas con ganas de facer dano ben puideran ser as responsables do desaguisado. Xa noutras ocasións o noso Instituto, e en especial o seu patio, foi vítima de acontecementos semellantes, que nunca remataron de ser aclarados totalmente. Agora, no mes de Marzo deste 2010 tocoulle á porta do Ximnasio; un novo misterio que unir á lista de misterios en que nos movemos cada día.

< Porta do Ximnasio arrincada. Así apareceu unha mañá de Marzo.

Tal vez pronto poidamos probar as nosas froitas

PLANTAMOS FRESAS NO PATIO DO INSTITUTO

Por Iria Braña.

A comezos da Terceira Avaliación, os alumnos de 3º da ESO plantaron fresas nas horas de Bioloxía, Física e Química, ao mando de Gonzalo Alonso, o profesor destas materias.

Primeiro os alumnos, que estiveron moi traballadores, despexaron o terreo, quitando todas as herbas e pedras. Logo, continuaron removendo a terra para que as fresas fosen ben plantadas. Todo isto, que se considera o traballo máis duro, fixérono por quendas, polo que todos participaron e tiveron que ver no asunto. Máis tarde dividiron o terreo pola metade e despois en catro partes máis ou menos iguais, de xeito que houbera catro grupos de cinco alumnos en cada porción de terra. Cada un plantou cadanseu par de fresas e Gonzalo engadiulles un pouco de abono.

A día de hoxe as fresas crecen moi rápido e están moi boas. Quen sabe se dentro de pouco teremos toneladas de fresas para repartir entre todos os que estamos no Instituto.

Rafa e Christian traballan o terreo para plantar as fresas >



Un biólogo e un actor explican a teoría da evolución

DARWIN EXPLICADO DUN XEITO DIVERTIDO

Por Sabela Quirós.



O mércores, 7 de Abril do 2010, os alumnos que cursan este ano 3º e 4º asistiron a unha charla sobre o famoso naturalista Charles Darwin. A entretida charla foi dada por dous homes: un deles biólogo, que era o que nos ía narrando a trepidante historia do científico antes mencionado, á par que o seu compañeiro, actor de profesión, ía dramatizando o que o biólogo, de nome Xurxo, nos ía dicindo. Unha hora foi o tempo que pasamos dentro da Casa da Cultura de Burela escoitando o que nos ían contando. Contáronnos a historia do barco Beagle, que levou a Charles por América do sur, a historia dos seus dous capitáns e do suicidio do primeiro; tamén mencionaron nun par de ocasión aos indíxenas da Terra de Fogo, no sur de Arxentina. E, como non, tamén nos contaron como Darwin pasou de ser o simple amigo do capitán, que unicamente o acompañaba para entretelo, a ser o naturalista oficial, como foi recollendo mostras por toda a Arxentina, como mataba animais para comelos e estudalos... Sobre esta charla existe gran diversidade de opinións: están os que din que foi aburrida, os que empregan a palabra que tanto empregamos os galegos, "bueno", e, como non, os que din que si, que, ademais de didáctica, foi unha charla entretida.

O terrible terremoto no país caribeño tamén nos afectou

TALLERES SOLIDARIOS CON HAITÍ

Por Tania Pernas.

Os alumnos do noso Instituto e algúns mestres organizaron uns talleres solidarios todos os venres á tarde, con motivo de axudar a Haití despois do terrible terremoto que asolou ese país este ano. Alumnos e profesores participaron voluntariamente e fixeron moitas cousas, todas elas traballos manuais. Fixeron, por exemplo, cinseiros, pulseiras, carteiras... aproveitando materiais que, de non usarse así, irían ó lixo. Todas as cousas que se fixeron nos talleres foron postas á venda logo durante o Festival de Fin de Curso, a finais do mes de Xuño. O diñeiro recollido foi enviado integramente como axuda ó país caribeño. Algunhas das persoas que máis colaboraron nesta bonita iniciativa foron Chus Rábade, Paz Quiroga, Xoel Galdo, Ángel Casabella, etc. É importante que tamén aprendamos a poñernos na situación dos demais, que aprendamos a ser solidarios, porque aínda que agora vivamos ben, en calquera momento nos pode ocorrer a nós algunha desgraza e gustaríanos que os demais nos axudasen.

Unha tarde dos venres, no taller solidario por Haití >



Tamén na conserxería e na administración nos renovamos

NOVAS CONSERXES E NOVA ADMINISTRATIVA



A Conserxería e as oficinas do noso Instituto tamén se renovan de cando en vez, igual có profesorado do centro. Neste Curso 2009-2010 fóronsenos as dúas conserxes que tiñamos, Sara e María Xosé, e chegaron dúas conserxes novas: Rosa, que

xa estivera moitos anos no centro en cursos anteriores, e Rosario. Por outra banda, tamén o posto de administrativa do Instituto tivo novas inquilinas. En primeiro lugar, e só durante uns días, tivemos a Paz, á que vemos na foto da esquerda, a carón das

conserxes Rosario e Rosa; en segundo lugar, e debido á maternidade de Mónica, a administrativa titular, veunos Leticia, á que vemos na foto da dereita. Tanto conserxes como administrativas integráronse facilmente no noso centro.



Tamén nos atrevemos cos temas de laboratorio

PARTICIPAMOS NA OLIMPIADA DE QUÍMICA

Cada curso participamos nunha chea de actividades e concursos de moi diversos estilos: debuxo, literatura, cine, teatro, matemáticas. Este curso tamén nos atrevemos con outros temas máis complicados, como é o caso da Química, con todo o que isto leva consigo de experimentos de laboratorio e mesturas de substancias estrañas; fomos algo así como científicos tolos ou al-

quimistas. Aló polo final do mes de Abril tres alumnos de 4º da ESO atrevéronse a participar na coñecida como Olimpíada de Química: Noemí Reigosa, Diego Rodríguez e Miguel Romeo convertéronse por un tempo en grandes descubridores, en investigadores por un día, para pensar e levar á práctica as formas de combinar elementos e substancias, obtendo os resultados apro-

piados. Aínda que non obtivemos ningún premio, o que si conseguimos foi practicar nisto dos experimentos, abrir portas de cara a futuros intentos e comprender a importancia de investigar neste terreo, que tantos beneficios lle pode aportar á humanidade. Tal vez no futuro estes rapaces cheguen a converterse en afamados científicos a nivel internacional.

Este ano a concentración tocou en Ribadeo O 1º CICLO ESTIVO NO CORRELINGUA



Cada ano, chegado o mes de Maio, que é cando se celebra o Día das Letras Galegas, os institutos da Mariña concéntranse nalgunha vila para celebrar o tradicional *Correlingua*, unha festa lúdica, cultural, literaria e deportiva que consiste en percorrer varios quilómetros nunha marcha informal para rematar concentrándose nun lugar e disfrutar cunha celebración da nosa lingua, coa lectura dun manifesto en defensa da cultura galega e con algunha actuación musical. No Curso 2009-2010 a concentración foi no parque de Ribadeo. A marcha comezou no monte de Santa Cruz, descendendo logo os participantes cara á vila e concentrándose no gran espazo aberto do parque, onde tivo lugar a celebración final. Nesta ocasión os participantes do noso Instituto foron os rapaces do 1º Ciclo, acompañados de tres profesores: Simeón, Susi e Pepe. O lugar era precioso e o motivo da reunión importante. Mereceu a pena ir.

< No alto do monte de Santa Cruz, coa ría ó fondo.

Visitamos a capital de Galicia no Ano Santo PEREGRINOS MUSICAIS

Son moitas as persoas que visitan Santiago de Compostela neste ano 2010, Ano Santo Xacobeo, pois non volverá a haber outro Ano Santo até dentro de moito tempo. Xente relixiosa, xente deportista ou, simplemente, amigos do Camiño de Santiago, percorren este ano Galicia e outros lugares de España coa intención de chegar até o final do traxecto. No noso Instituto non quixemos ser menos e tamén visitamos a capital de Galicia como outros peregrinos calquera o día 12 de Maio; nós tamén estivemos na Praza do Obradoiro, vimos a Catedral e participamos do ambiente de peregrinación que se nota pola cidade. Porén, a nosa visita non foi coa intención de gañar o tan famoso *xubileo*, senón que fomos a Santiago para asistir a unha representación musical para xente nova. Uns cantos actores, que, por outra banda, tamén cantaban moi ben, fixéronos disfrutar durante unha hora dunha dramatización musical sobre temas xuvenís: amores, enfados... todo igual que ocorre na vida real na convivencia entre rapaces. Logo, claro está, visitamos as partes máis famosas da cidade e, como non podía ser menos, rematamos comendo nun centro comercial, onde, aínda que pareza mentira, foi onde moita xente o pasou mellor.

David e Antonio, na Praza do Obradoiro, diante da Catedral de Santiago >



Celebramos a nosa festa cun recital poético-musical UN ANO MÁIS, AS LETRAS GALEGAS



Por Xulia Manín.

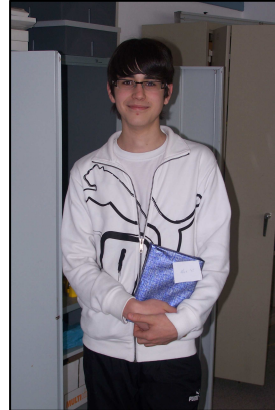
Este ano, co motivo da celebración das Letras Galegas, visitou ó noso Instituto unha poetisa acompañada por un home que tocaba a guitarra, para darnos un recital. Neste recital tamén participamos algúns de nós, recitando algunhas poesías, pero non sen antes explicarnos ela como facelo ben. Todos o pasamos moi ben, xa que, ó mesmo tempo de aprender a recitar, pasamos un bo anaco escoitando poesía, e acompañada cun son de guitarra, mediante o cal aprendiamos historias. Baixo o meu punto de vista isto estivo moi ben, xa que todos os alumnos nos reunimos na sala de Desdobres para escoitar e ao mesmo tempo aprender a facer poesía. A algúns dos que participaron, por non dicir a case todos, isto dábaselles moi ben, pero nunca é malo aprender máis, porque ao mellor mediante esta experiencia, dentro de dez anos vén algún de nós a facer o recital convertido xa nun gran poeta.

< Sabela e Jordi reciban algunhas poesías.

Por outra banda, como todos os anos, celebramos no noso Instituto o Certame Literario das Letras Galegas, no que partici-

paron varios alumnos, sendo premiados os seguintes: Sonia Expósito, Sara Bouso e David Rivas, de 1º Curso; Sabela Quirós,

de 3º Curso; e Álex Rivera, Noemí Reigosa, Diego Rodríguez e Sonia Paleo, de 4º Curso. Moitas felicidades a todos.



Os gañadores deste curso no Certame Literario das Letras Galegas do noso Instituto. Á esquerda, na foto de arriba, os gañadores de 1º Curso: Sonia, Sara e David, xunto con Aurora, a profesora de Naturais. Debaixo, Noemí e Diego, gañadores en 4º. Enriba destas liñas Sabela, de 3º, e Álex e Sonia, de 4º. Oito escritores de categoría que co tempo poden triunfar na literatura.

Varios institutos da Mariña nos mostran as súas ofertas IDA E VOLTA CO INSTITUTO DE FOZ

Por Álex Rivera.

Cada curso son varios os institutos de Mariña que nos visitan para mostrarnos as súas ofertas educativas despois da ESO. O día 11 de Maio os alumnos de 4º do noso Instituto recibiron unha charla por parte do Xefe de Estudos do IES de Foz, Rafa Borrás. Nesta charla faláronnos das ofertas que se propoñen nese centro e, como levan facendo estes últimos anos, convidáronnos a visitar o seu centro e a xantar nas súas instalacións. O día 25 do mesmo mes fixemos a visita ó centro. Presentáronnos as súas instalacións: a biblioteca, os laboratorio e tamén as aulas nas cales se imparten ciclos. Logo fomos ás instalacións dos ciclos de Cociña, dos cales todos opinamos que estaban moi ben. Finalmente comemos nun dos comedores o que os alumnos dos ciclos de Hostalería nos prepararon, que estaba bastante bo. O instituto gustounos a todos. Agora só nos queda decidir para cal imos.

Raúl, Nerea, Noemí e outros, no ciclo de Cociña >



Modernizarse ou morrer

MERCAMOS UN CORTACÉSPEDE ÚLTIMO MODELO



Temos un patio xigantesco na parte de atrás do Instituto, un patio no que xa temos plantadas unha chea de árbores e no que medra a herba por todas partes, especialmente nalgunha época do ano, como a primavera. Até agora de cando en vez visitábannos varios operarios do concello ou persoas contratadas por nós para manter a altura da herba a raia, especialmente cando tiñamos a acampada de Fin de Curso. Pero a partir de agora o depender dos demais para cortar a herba xa rematou. Temos os nosos propios recursos. O noso centro vén de mercar un cortacésped último modelo, que se conduce como un coche e, ademais, permanecendo sentado nel o que o manexe, o cal é moito máis cómodo. De momento os encargados de manexalo e, en consecuencia, de cortar o céspede do Instituto, son Simeón, profesor de Tecnoloxía, e Gonzalo, profesor de Naturais, pero no futuro poden conducilo outros.

< Simeón manexando o novo cortacésped polo noso patio.

Ó final do curso, tamén arte dramática CO GRUPO DE TEATRO DO "VILAR PONTE"

Por Xulia Manín

Xa rematando o curso, alumnos e profesores deste centro fomos á Casa da Cultura de Ferreira a ver unha obra de teatro dos alumnos do Instituto Vilar Ponte (Viveiro). Esta obra falaba do Camiño de Santiago, dun demo namorado dunha princesa, da historia de amor desta princesa e dun trobador e de todo o que tivo que facer ese trobador para non perder o amor dela, xa que o demo intentou que fora polo camiño equivocado para que non volvese máis e así poder conquistar el á princesa. Pero o amor que sentía a princesa polo trobador era tan grande, que cando o soubo foi en busca del e, tras varios días de camiño, sen ter resultados da súa busca, atopouno e, xuntos os dous, acabou a historia. A todos nos gustou esta obra de teatro, xa que tendo en conta que non tiveran moito tempo para ensaiar (isto dixéranolo a súa Directora) pois fixérono moi ben!

Un momento da representación do "Vilar Ponte" >



Cunha calor asfixiante, insoportable, terrible... SUBIMOS A SANTO TOMÉ CAMIÑANDO



Este ano rematamos o curso con moita calor e, aproveitando que o tempo era in Mellorable, organizamos unha excursión a un dos lugares emblemáticos do noso Val: o monte de Santo Tomé, onde se atopa o curro da Rapa das Bestas e varios monumentos prehistóricos, como o dolmen e o Prado das Chantas. Aínda que fomos en autobús até a igrexa parroquial, o resto do camiño, que era todo empinado e difícil, fixémoslo a pé. A calor era realmente abraiante, pero fomos aguantando (uns mellor que outros) e arriba, nas mesas do curro, agardábanos un pequeno refrixerio. Logo os que quixeron visitaron o dolmen do Chao de Padorno ou subiron até o pico dos Penido ou até o círculo lítico do Prado das Chantas. Logo veu o descenso, de novo até a igrexa parroquial, pero aínda que era costa abaixo non por iso deixamos de cansarnos bastante. De todos modos, a experiencia foi bonita e non estaría mal repetila outros anos.

< Brais, Emilio, Iván e Josemari no dolmen.

Volvemos rematar o Curso cunha representación teatral FIXEMOS A OBRA "GIGOLÓ, GIGOLÓ!"

Como é habitual no noso Instituto, a nosa última actividade para o Curso 2009-2010 foi unha representación teatral. Despois de pasar por moitas dificultades durante os ensaios que se desenrolaron os venres ó longo do curso, finalmente o día 27 de Xuño puidemos representar a obra *Gigoló, gigoló!*, que ideamos un pouco entre todos os membros do grupo de teatro. Como sempre, era unha comedia, pensada para que os espectadores se riran un pouco e disfrutaran. Enredos e complicacións entre dous mozos, sobre todo por culpa dela, de Olimpia, que non estaba segura de se debía casar ou non con el, con Hércules, o seu mozo. Despedida de solteira, voda... e unha tola que andaba solta polo lugar, perseguindo a todo o mundo e confundindo a todos cun gigoló. No noso grupo de teatro debutaron para esta representación unha chea de actores de 1º da ESO e tamén algúns profesores, que agardamos que continúen en anos sucesivos.

Gonzalo Alonso, o novo Director, facendo de disk-jockey >

