



THE
**BRITISH
SCHOOL**
of Costa Daurada

BSCD
MAGAZINE

**LEGO League
CHAMPIONS!!**



**BSCD Magazine
Num 2
January - March 2024**

**The members of the newspaper are: Maria (Y6); Sofia (Y6); Samuel (Y7);
Paula (Y9); Gloria (Y9)
Journalists: Sergi Casado & Mar Cirera**



6



12



18



72

	pg
Welcome	4
News	6
A closer look:	
Babies	30
Toddlers	31
Pre-Nursery	32
Nursery	33
Reception	34
Year 1	36
Year 2	37
Year 3	40
Year 4	42
Year 5	44
Year 6	46
Year 7	48
Year 8	49
Year 9	50
Values	55
Who is who? BSCD	57
Family Networking	62

Dear school community,

We are excited to welcome you to the second edition of the Newspaper corresponding to the 2nd Term of this academic year! It has been a very busy term, full of enriching activities, and we are delighted to have been able to share many of them with you, our dear families.

During this time, we have enjoyed a multitude of exciting events that have made the educational experience even more special. We are particularly proud to highlight the incredible participation of our students in the Lego League, where they showcased their creativity and problem-solving skills. Additionally, Science Week has been fantastic for continuing to promote our commitment to education, innovation, and educational technology, providing our students with the opportunity to explore the fascinating world of science.

We are delighted to share the exciting news that we have passed the inspection of the NABSS (Association of British Schools in Spain) with outstanding results. This reflects the hard work and dedication of our entire educational team, as well as the commitment of our students to academic excellence and their overall development. Furthermore, we are thrilled to announce that we have received full authorisation to offer secondary education! This is a significant achievement that marks an important milestone in our continued growth as an educational institution.

We would like to wish you all a very well-deserved Easter break. We hope that this time will allow you to recharge your batteries and enjoy special moments with your families. As we enter the final term of the school year, we encourage you to face the challenges ahead with determination and enthusiasm. We are confident that together, parents, students, and staff, we will make this final stretch a period of unforgettable learning and growth.

Thank you for being part of this exciting educational journey!

Yours sincerely,

Gerard Monguió
CEO
British School of Costa Daurada

Text by Samuel

-

Welcome to the second edition of the BSCD newspaper. In this new issue, we invite all families and community members to learn more about school life, thanks to our Newspaper Creww and the contributing teachers and pupils.

You will find various types of information covering a wide range of topics that are sure to interest you, such as the participation of the Lego League and interviews with the CEO of the BSCD.

In this newspaper, you can also read reports about the food that the students eat. We have had a lot of fun in this school, and we have learned many things during the trimester!

And if you're lucky, you might stumble upon a piece of satire, but don't worry—it's all in good fun.

We look forward to you enjoying this issue as much as we enjoyed creating it during the trimester.

The newspapers crew:

Adrià (Y6)

Maria (Y6)

Sofia (Y6)

Samuel (Y7)

Paula (Y9)

Gloria (Y9)

We invite you to join us

Contact us at:
newspaper@bscd.cat

TRIOMFEM A LA LEGO LEAGUE

Ritmicpro de Year 9 guanya el 1r premi al millor projecte d'innovació i Explore destaca en la seva presentació



Text by Gerard Massip

Dissabte, 7:10 del matí. Mes de febrer del 2024. Avui és el dia! La Lego League és un esdeveniment molt important on, cada any, hi participen uns quants equips de la nostra escola. Aquest any toca anar a la Fira de Reus - Palau de fires i Congressos. Ens reunim a la porta "A" l'equip de la modalitat Challenge.

En aquesta modalitat participen els alumnes d'edats compreses entre els 10 i 16 anys. Es palpen els nervis i les ganes de passar un matí ple d'emocions. En Xavi, en Biel, la Martina i la Paula, tots ells de Year 9, s'han preparat a consciència i, només arribar al recinte, ja demanen l'hora pertinent per poder practicar amb el robot. Els alumnes hauran de competir en 3 ocasions amb el joc del robot, hauran d'exposar el seu projecte d'innovació i per últim, donar solució al joc de valors.

NEWS

8:30 del matí. Arriben els nens i nenes de la modalitat Explore. En aquest cas són els de les edats compreses entre els 6 i 9 anys. Ells han dissenyat i construït una maqueta amb peces Lego i parts mòbils que programen mitjançant una aplicació. A part d'això faran una presentació i explicació de la seva maqueta davant de tota l'audiència. Tot un repte!

Va passant el matí i, Ritmicpro, el nom escollit per l'equip de Year 9, va superant les proves del joc del robot d'una manera espectacular. De fet, es col·loquen en primera posició durant una llarga estona. L'exposició del projecte d'innovació és tot un èxit amb la presentació d'una aplicació per a mòbils i tauletes que és una eina de gestió per a músics.

Per altra banda, a l'espai Explore, els alumnes des de Year 2 fins a Year 5 han realitzat l'exposició i presentació de les seves maquetes amb una habilitat i destresa meravellosa. En finalitzar els han donat una medalla a cadascú i un diploma a cada equip per l'èxit aconseguit en la seva participació.

És l'hora de l'entrega de premis de la categoria dels grans, la Challenge. Els alumnes estan contents i convençuts que han fet la feina ben feta durant tot el trimestre. De sobte se senten crits d'alegria i és que, Ritmicpro, l'equip dels alumnes de la nostra escola ha aconseguit el 1r premi al millor projecte d'innovació! A part d'això també han obtingut la segona posició al repte del joc del robot. Tot un èxit en una jornada plena d'emocions i nervis però sobretot de ganes de passar-ho bé! Fins a l'any vinent!



LA LEGO LEAGUE: UN DIA PLE DE REPTES I D'EMOCIONS

Innovació, creativitat i treball en equip

La LEGO League fomenta una passió per l'aprenentatge basat en la diversió i la participació activa dels nens i nenes en el camp de la ciència, la tecnologia, l'enginyeria, les matemàtiques i l'art.

La LEGO League estimula la curiositat dels participants a través de projectes i reptes que els porten a explorar diferents àrees de la ciència i la tecnologia d'una manera divertida i pràctica.



NEWS

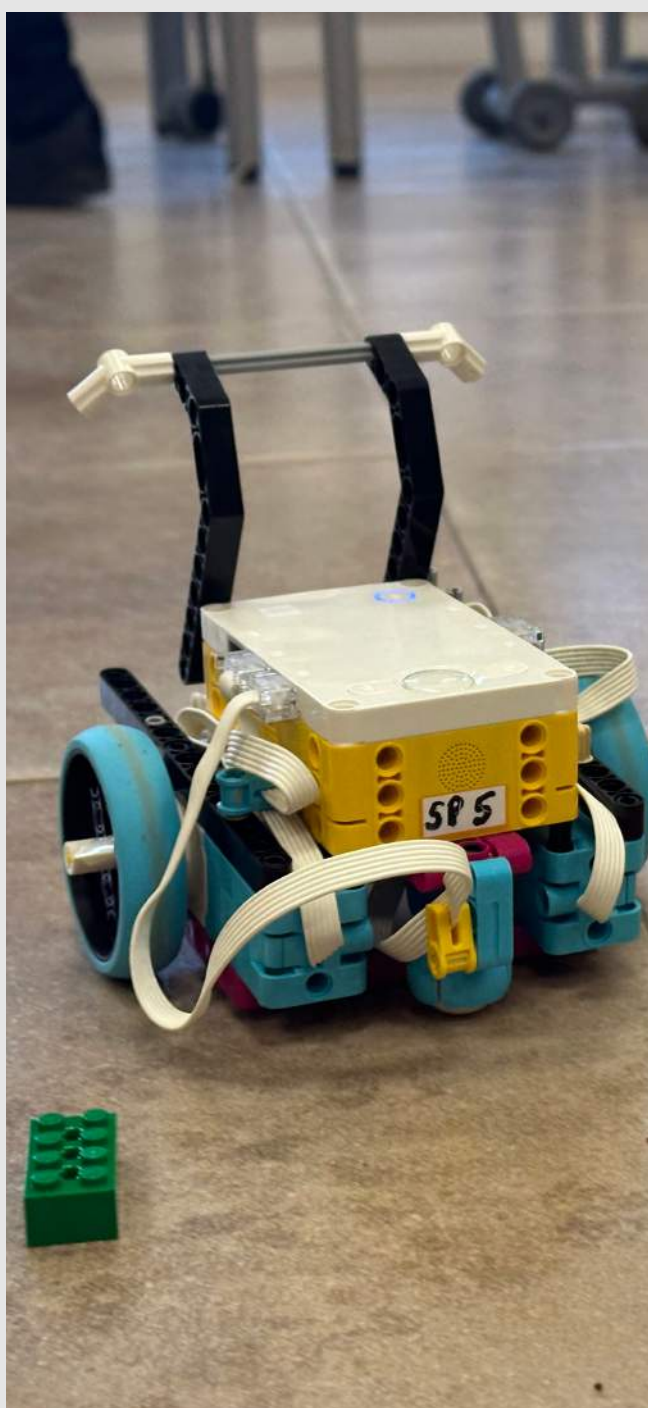
El programa ajuda els nens i nenes a desenvolupar habilitats com la resolució de problemes, la col·laboració, la creativitat, la comunicació i el pensament crític. La LEGO League també fomenta el treball en equip, ja que els participants han de col·laborar per dissenyar, construir i presentar els seus projectes. Finalment, es promouen valors com la inclusió, el respecte, la tolerància i la persistència, fent èmfasi en la importància de tractar els altres amb respecte i treballar junts per aconseguir un objectiu comú.



ROBOTICS, WHAT IS IT?

Text by Samuel

Robotics is a class where you learn about technology and how to use it. At our school we start preparing for Robotics very early by playing with building blocks and learning about direction and position with games like BeeBots. We start with Robotics as a subject in Year 1. Then, in Year 4, you get an Ipad and you can start to code. There are many coding languages but we generally start with Scratch Junior because it is made for a younger audience. We sometimes even use robots and code them to give them instructions on how to move. We take turns: some sessions we code, and some sessions we build the lego structures. Once students grow older



and move on to new years, the coding gets more complex but it is still easy to understand. In Year 7, the coding is more advanced and students code a robot to move through obstacles, collect items and come back. Then, in Year 9, students complete a project that they want to do related to Robotics with different materials and posters.

How do you code?

There are many coding languages to learn. For me, I code in Scratch because I am most comfortable with it. When you make a project in Scratch, there are many blocks you can use. The most important block is 'when flag clicked'. Whenever you make something in Scratch, the first block must be this one because if you don't do so, the code will not work.



BSCD impulsa la creatividad con su aula STEAM

La innovación educativa se hace evidente en The British School of Costa Daurada con la introducción de su aula STEAM, un espacio pionero dedicado a las disciplinas de ciencia, tecnología, ingeniería, arte y matemáticas.

Esta iniciativa multidisciplinaria tiene como objetivo fomentar el pensamiento crítico, la creatividad y la resolución de problemas entre los estudiantes.

El aula STEAM se organiza en tres zonas de trabajo: "Think" (Pensar), "Make" (Crear) y "Talk" (Presentar), proporcionando un entorno donde los alumnos pueden explorar, experimentar y aprender de manera práctica. Equipada con tecnología de vanguardia, que incluye realidad virtual, realidad aumentada, diseño e impresión 3D, y robótica educativa, esta instalación ofrece a los estudiantes acceso a herramientas de última generación para enriquecer su experiencia educativa.

Es importante destacar que el compromiso de The British School of Costa Daurada con la

innovación educativa ha sido reconocido recientemente en la última edición de la Lego League, donde el proyecto presentado por sus estudiantes fue premiado como el más innovador.

Este reconocimiento resalta el esfuerzo y la dedicación que la institución educativa dedica al campo de la educación STEAM, preparando a los alumnos para afrontar con confianza y creatividad los desafíos del siglo XXI.

Con la implementación del aula STEAM, The British School of Costa Daurada reafirma su compromiso con la excelencia educativa y la preparación de los estudiantes para un futuro lleno de oportunidades.

Este hito representa un avance significativo en el camino educativo de la escuela, consolidando su posición como líder en la educación STEAM y reafirmando su compromiso tanto con el éxito académico como con el desarrollo integral de cada alumno.

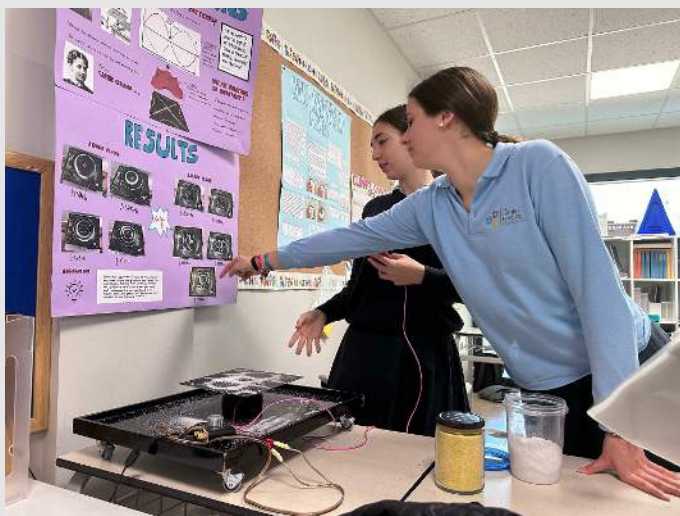
LA SEMANA DE LA CIENCIA

Uno de los objetivos es fomentar la curiosidad y el pensamiento crítico

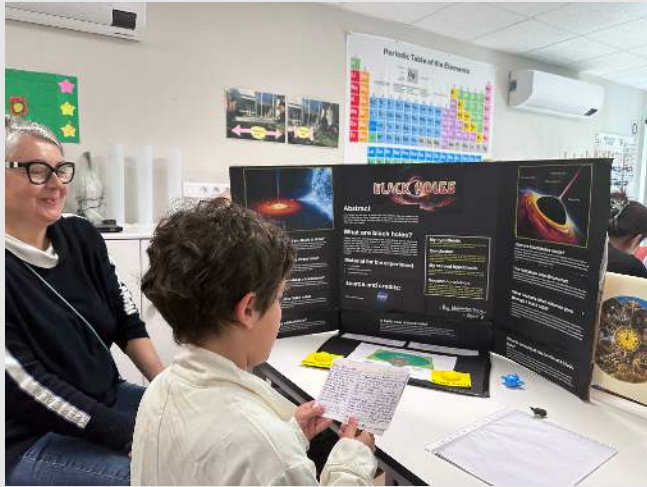
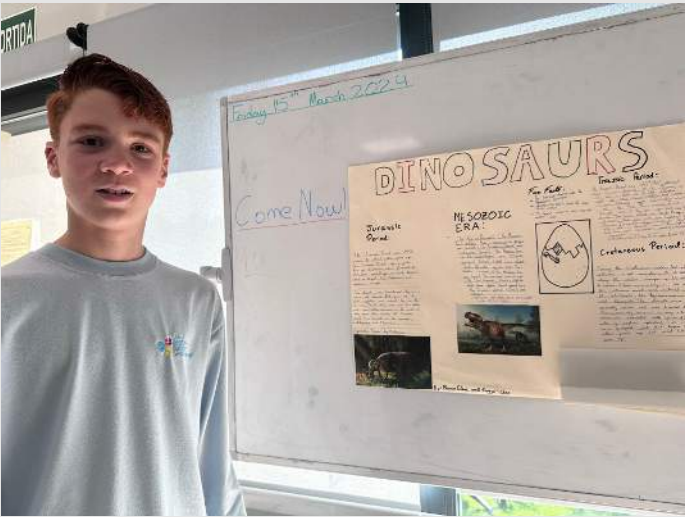
La "Semana de la Ciencia" está dedicada a promover el interés y la participación de los alumnos de la BSCD en temas relacionados con la ciencia, la tecnología, la ingeniería, las matemáticas y el arte (STEAM). Durante la segunda semana de marzo se han llevado a cabo actividades, talleres y demostraciones que han permitido a los alumnos de los distintos cursos explorar y experimentar con conceptos científicos de manera práctica y divertida.

El objetivo es fomentar la curiosidad, el pensamiento crítico y el amor por la ciencia, así como destacar la importancia de estas disciplinas en el mundo moderno.

Durante esta semana especial, los alumnos tienen la oportunidad de mostrar sus proyectos científicos y tecnológicos a sus padres y otros miembros de la comunidad escolar. Es una oportunidad emocionante para que las familias se unan y celebren los logros de los estudiantes en el campo de la ciencia y la tecnología. Es una forma efectiva de fomentar el interés en STEAM y fortalecer la relación entre la escuela y los padres.



NEWS



Entre los proyectos presentados, destacaron aquellos relacionados con la conservación del medio ambiente, la energía renovable y la tecnología del futuro.

EL LEGADO DE LAS MUJERES CIENTÍFICAS

Una de las áreas de investigación dentro de la Semana de la Ciencia

Durante décadas, las mujeres han desempeñado un papel crucial en el avance de la ciencia, a pesar de enfrentar numerosos obstáculos debido a las normas sociales y las limitaciones impuestas por la discriminación de género. Sin embargo, a lo largo de la historia, muchas mujeres valientes han desafiado estas barreras y han dejado una huella imborrable en el mundo de la ciencia.

Algunas de las mujeres científicas que han llamado la atención de los alumnos son: **Kalpana Chawla**, astronauta indoamericana que se convirtió en la primera mujer de origen indio en viajar al espacio o **Mae Jemison**, la primera mujer afroamericana en viajar al espacio.

Estos solo son algunos ejemplos de los distintos trabajos de investigación que los alumnos de secundaria han realizado y colgado en las paredes.



LA SEMANA DE LA CIENCIA LLEGA A TODOS LOS CURSOS



La Semana de la Ciencia en la BSCD se destaca por su enfoque integral en todos los niveles educativos. Desde tooddlers hasta Y9, los estudiantes participan en una variedad de actividades científicas diseñadas para estimular su curiosidad y fomentar el pensamiento crítico. A través de experimentos prácticos, demostraciones interactivas y proyectos de investigación, los alumnos exploran una amplia gama de disciplinas científicas.

THE SPIRIT OF THE HOUSES ELEVATES THE VITALITY OF SCHOOL LIFE



Text by Adrià

Griffin, Kraken, Loch Ness, and Pegasus compete throughout the school year to get the most points, and it makes school more enjoyable for kids. If you make a Good choice, chances are you Will gain a house point for your House to stick on the cup (a cardboard display in the form of a cup), and at the end of the term, we count the points. During the last assembly of the term, the the winning House with the most points is announced and receives the real cup.

In Primary classes, we have a similar system with miniature House emblems with points that you can earn in class if you listen and do your best work. At the end of the week, the House with the most points gets a real House Point for their team, and you can go and stick it on the cup. The Houses follow a similar system to the ones in the Harry Potter movies.

The World's a Stage Activity: This term, we had one team activity called **"The World's a Stage."** It was for all Primary students from year 1 to year 6. We prepared and rehearsed our own show for about three hours. The younger students chose a song, and older class groups could choose from lots of different plays to act out. At the end of the day, every House performed their song or play, and all the teachers voted for the House they thought tried their hardest and did their best. However, they couldn't vote for their own house. Kraken won the competition!

The Flag Challenge: A few weeks later, we had a competition called **"The Flag Challenge"**. The challenge was to design a flag, draw it, craft your own team pulley to raise the flag, and make a video showing how our House made everything. The winner of making the pulley was Pegasus. The flag design winner was Kraken. Finally, the winner for their video creation was Griffin. All the winners received House Points.



Griffin, Kraken, Loch Ness, and Pegasus

HOW IS THE SCHOOL'S FOOD?



As the bell rings and children gather for lunchtime, one question resonates: how good is the school's food? With curious minds and discerning palates, we embarked on a journey to uncover

the opinions of our students regarding their daily meals. From Nursery to Year 6, we interviewed several young food critics to get an insight into their culinary experiences at school. Paula has interviewed several students from BSCD with the aim of discovering their preferences: what are the most popular dishes and which ones are the least popular?

Favorite meals:

- 1. Fajitas
- 2. Soup (especially pumpkin soup)
- 3. Pasta dishes like spaghetti and macaroni
- 4. Vegetarian hamburger
- 5. Fish rebozado

Less popular meals:

- 1. They like the least is the combined dishes
- 2. Vegetables

Sometimes it is yummy, sometimes it is not. The soup, pure de pumpkin are her favourite school meals

Llum from Y6

Fajitas and sopa. I like it if it is but depends on the food

Quirze from Y3

Sometimes she likes the food and sometimes she doesn't like the food that she also likes and dislikes the food. Vegetarian hamburger is her favourite meal

Mar from Y5

She likes the school food. Pasta like spaghetti and macarroni are her favourite meals

Aitana from Nursery

Fajitas, spaghetti are his favourite meals

Leiser from Y2

"Good bit too much vegetable" is what she thinks about the school's food. Fajitas is her favourite meal

Carla from Y4



Òscar Monguió, xef; Nawal, ajudant de cuina i Albert, cuiner
(d'esquerra a dreta)

Òscar Monguió: 'Fem un cuina de proximitat perquè els alumnes s'hi puguin identificar'

Text by Sergi Casado

Com és el dia a dia a la cuina de l'escola? Com us organitzeu?

A la cuina som un equip de tres persones: l'Albert, que és el cuiner, la Nawal, que és l'ajudant de cuina, i jo mateix, que soc el xef. La

cuina arrenca a les 7 del matí amb l'Albert, que comença a preparar el menjar del dia i també fa la recepció de totes les mercaderies. Jo arribo cap a 2/4 de 9, i després la Nawal. Llavors comencen a fer el dinar perquè cuinem al dia.

I no tots els alumnes dinen a la mateixa hora. Això ho fa tot una mica més complicat?
Nosaltres cuinem tot de cop i després ho posem en safates grans per a cada grup.

El xef de l'escola, Òscar Monguió, ens explica el funcionament de la cuina, quina és l'estratègia que segueixen, com treballa tot l'equip i com és el treball que es fa colze a colze amb la nutricionista per tal d'elaborar els millors menús per a tota la comunitat educativa de la British School.

També ens parla de com es gestionen les intoleràncies i les al·lèrgies, i els equilibris que això suposa ja que un 5% dels alumnes en tenen alguna. A més, ens diu quins plats agraden més i menys als nostres fills i filles i algunes peticions peculiars que li fan.

Tenim armaris calents, que mantenen el menjar entre 65 i 100 graus, per evitar que hi hagi problemes de bacteries i després tenim el bufet, a 90 graus, que permet que puguin anar passant tots els serveis. El primer és a $\frac{3}{4}$ de 12 i l'últim, poc després de les 14h. Repostem el menjar a mesura que es va acabar, treient-lo dels armaris calents, que està a 80 graus.

La British School té cuina pròpia i no servei de càtering. Això és un sinònim de qualitat? Us fa treballar de manera diferent?

Sí, la cuina pròpia és sinònim de qualitat. Jo estava treballant en una altra empresa, i havia estudiat hostaleria, i des de la British em van trucar per veure si els podia donar un cop de mà, perquè l'escola s'estava fent gran. Sobretot ajudar-los en l'organització i en el servei de menjador i cuina. El primer any va ser de transició perquè va coincidir amb la pandèmia i totes les dificultats i complexitats que se'n derivaven. Amb el temps hem mirat de fer una cuina més tradicional i de proximitat, amb plats més casolans perquè els nens i nenes de l'escola s'hi poguessin identificar.

Col·laboreu colze a colze amb una nutricionista.

Sí, sí... actualment treballem amb la Begoña Caneda, qui també és mare de l'escola, i ens hem entès a la perfecció.

Com es gestionen totes les intoleràncies i les al·lèrgies dins d'un col·lectiu tan gran i tan divers?

És complicat de gestionar perquè n'hi ha bastantes, ja que al voltant d'un 5 per cent dels nens i nenes del col·legi tenen alguna intolerància o alguna al·lèrgia, i de diferents edats i de diferents tipologies. Crec que les toquem totes: la proteïna de la vaca, el gluten la intolerància al sorbitol, al sucre... i al final, com en tot, la qüestió és organitzar-se.

Quina és l'estratègia per fomentar una alimentació saludable entre els alumnes? Suposa també un equilibri?

Al final, ens movem bastant amb les recomanacions de l'OMS, que ens indica els nivells de carn, de peix i llegums que cal menjar durant la setmana. I llavors amb la Begoña intentem buscar l'equilibri, entre el que recomana l'OMS i els aliments que nosaltres sabem que menjaran els nens i nenes de l'escola. Però sí és cert que hi ha dies més complicats que d'altres i ho sabem; en som conscients.

Crec que no seria difícil dir què no agrada als nens i

nenes.

Doncs quan hi ha un dia en que només s'han de menjar llegums... costa. És difícil, però intentem que el dia que hi hagi llegums de segon plat, el primer sigui un plat que els nens acceptin més, com una crema, que gairebé se la menja tothom. Però en canvi uns cigrons saltejats, potser no tant. Volem sobretot que els nens i

*Si em diuen
que volen més
pizza o
hamburgueses,
els hi dic que
això toca el
divendres a la
nit*

REPORTATGE

nenes tastin els plats perquè primer comencen dient allò de "no m'agrada", però quan ho proven, llavors diuen... "no està malament". També he de dir que de vegades és impossible (riu).

Com es treballa el malbaratament alimentari. Com s'inculca als nens i nenes que el menjar no es pot llençar?

Intentem aplicar diverses estratègies. Per exemple, el que fem amb els petits és posar-los una ració no abundant, i després poden repetir tantes vegades com vulguin. D'aquesta manera, llencem menys. I amb les restes de menjar orgànic manipulat, és a dir, que els nens i nenes s'han deixat als plats, hi ha una professora que té animals i que s'ho emporta. I per últim, si queda menjar no manipulat, ho posem en tàpers i el personal de cuina se l'emporta a casa, i així no es llença res.

Què us diuen els alumnes sobre el menjar? Us fan algun comentari, ja sigui bo o dolent?

Hi ha de tot, comentaris positius i negatius. N'hi ha que diuen que voldrien més pizza, més hamburguesa, o més entrecots, però no hem d'oblidar que estem en un menjador escolar i sempre que em fan aquestes peticions sempre els dic que això toca, però el divendres a la nit.

Hi ha algun plat concret que saps que els agrada més que d'altres?

Les cremes i els estofats acostumen a agradar bastant. Potser als petits no tant, perquè hi troben verdures trossegades, però als grans, sí. I ara hem fet un plat que és una variació de truita de patata, però sense ser-ho.

A veure, ho pots explicar?

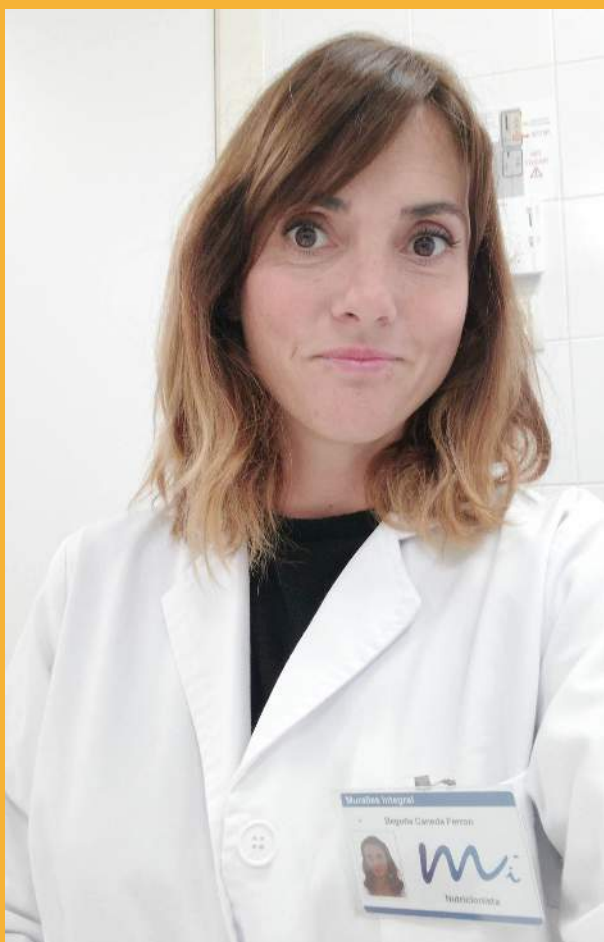
Un dia, el segon plat havia de ser d'ou, i vaig provar de fer una truita de patata, però sense ser truita de patata. Només patata bullida, amb l'ou dur, barrejat amb una mica de beixamel i amb cansalada. I sembla que ha agradat força.

Com veus l'experiència de que els pares i mares puguin venir a dinar a l'escola al costat dels seus fills i filles?

És una iniciativa força interessant perquè així els pares i mares poden veure què mengen i com mengen els seus fills. De moment, el feedback que tenim dins de l'escola és positiu perquè ens diuen que han menjat bé.



Dra. Begoña Caneda: 'A l'escola també aprenem a menjar sa per mantenir bons hàbits alimentaris'



Dra. Begoña Caneda, RD, PhD

Professora del Grau de Nutrició Humana i Dietètica i Infermeria

Coordinadora de 1r curs del Grau de Nutrició Humana i Dietètica

**Facultat de ciències de la Salut-
Blanquerna- Universitat Ramon Llull**

Text by Glòria

—

Creiem que hi ha dies en què hi ha més vegetals que proteïnes. És així?

Per vegetals entenc que us referiu a verdures i hortalisses i per proteïnes a aliments rics en proteïnes (dins d'aquests hi ha d'origen animal: carn, peix, ous, marisc... i vegetals: llegums i derivats com tofu, fruits secs...), oi? Abans de poder respondre amb claredat a la vostra pregunta, hem de parlar de dos conceptes bàsics: ració d'aliment i freqüència de consum.

La ració d'un aliment és la quantitat aconsellable que cal menjar de cada aliment o grup d'aliments per mantenir una dieta saludable.

La freqüència de consum recomanada d'un aliment són les vegades que es recomana consumir aquell aliment al llarg del dia, setmana o mes.

Contestant a la vostra pregunta: Hi ha aliments que es recomanen consumir diàriament (inclús més d'una vegada, com les verdures i hortalisses) i d'altres que cal consumir 3 o 4 cops per setmana (com és el cas de les llegums o les carns). Per tal de seguir una dieta saludable, es recomana consumir un mínim de **dues racions de verdures i/o hortalisses cada dia**.

També cal menjar una ració d'aliments rics en proteïnes a cada àpat principal, però cal anar alternant els diferents aliments proteics, ja que a més de proteïnes, tots contenen altres nutrients d'interès, i això és important perquè la nostra dieta sigui sana.

D'aquesta manera, la freqüència de consum i racions d'aliments proteics segons les nostres guies dietètiques nacionals són:

Carn: 3-4 vegades a la setmana (màxim 2 vegades a la setmana carn vermella). RACIÓ: un filet mitjà.

Peix: 3-4 vegades a la setmana. RACIÓ: un filet mitjà/gran.

Ous: 3-4 vegades a la setmana

Llegums: 3-4 vegades a la setmana

Sabíeu que les racions són diferents en els cas dels infants, adolescents i adults? Per això

mesurar les racions amb la vostra pròpia mà us pot ajudar a ajustar la ració a les vostres necessitats (si ets més gran, necessites menjar més i la teva mà és més gran).

Hi ha setmanes que mengem una vegada peix i altres que en mengem dues. Per què?

Tal com us he comentat abans, cal menjar 3-4 cops a la setmana carn (alternant els tipus: pollastre, porc, vedella, conill...) i 3-4 cops per setmana peix.

Per això intentem que alguna setmana es mengi 2 cops peix i 1 cop carn i a la següent es fa a l'inrevés (2 cops carn i 1 peix). Cal fer-ho equitativament, a més a més, penseu que a l'escola a més de matemàtiques o llengua, també heu d'aprendre com es menja sa per a que creixeu sans i forts i pugueu mantenir uns bons hàbits quan sigueu persones adultes. Per això el menú ha d'estar adaptat al màxim a les recomanacions dels experts.

*Hi ha
aliments que
es recomana
consumir
diàriament,
i altres, 3 o 4
cops per
setmana*

Ens agradaria que hi hagués més carn que peix. Podria ser?

Com he explicat abans, l'escola és un lloc on cal educar sobre hàbits alimentaris saludables i per això cal que el menú mostri les racions i

freqüències de consum recomanades, per això més o menys la quantitat és la mateixa dels dos aliments.

Només ens deixen agafar dues llesques de pa. En podríem agafar més?

Podeu menjar més pa sempre que el fet de menjar-ne més no faci que mengueu menys quantitat o res dels altres aliments que es serveixen i que també són importants per a que esteu sans.

Què ha de tenir un plat perquè sigui equilibrat?

Depèn de l'àpat i també depèn de la cultura de la persona, ja que no mengem igual aquí que al Japó, per exemple.

Si ens centrem en Catalunya i la dieta Mediterrània, un plat a un àpat principal com el dinar o

sopar ha de contenir una ració de verdures i/o hortalisses, una ració d'aliment ric en proteïna (preferiblement carn blanca, peix o marisc, llegums o altres proteïnes vegetals com el tofu, seitó o heura) i una ració de farinacis, també coneguts com a aliments rics en carbohidrats (patata i altres tubercles, pasta o arròs millor integrals o llegums).

Sabíeu que les llegums contenen aproximadament un 40% de proteïna i un 60% de carbohidrats? De postres, en el dia a dia es recomana fruita fresca o postres làctics, no ensucrats com el iogurt natural o el kèfir. Aquests aliments es poden repartir en un únic plat (plat combinat) o en un entrant i un plat principal.

És difícil crear el menú de l'escola?

No és difícil si estàs format en dietètica i nutrició. Per fer el menú, segueixo les guies i recomanacions establertes pel govern

(Generalitat de Catalunya) per tal d'oferir un menú saludable i segur per a vosaltres i els professors i professores. A més a més, posteriorment, es treballa el menú amb el personal de cuina (l'Òscar principalment) per adaptar les receptes al màxim possible als vostres gustos i disminuir el malbaratament alimentari.

Per què creus que hi ha tantes intoleràncies alimentàries?

És veritat que en els últims anys s'ha vist un augment en les intoleràncies i al·lèrgies alimentàries. L'evidència científica diu que algunes de les causes més probables d'aquest augment són:

- 1) Tenir una microbiota pobre: la microbiota és el conjunt de microorganismes beneficiosos que viuen al nostre intestí. Aquests es poden alterar a causa d'una dieta inadequada o de l'abús d'antibiòtics.
- 2) La higiene excessiva (desinfectar i rentar en excés el nostre cos, els utensilis que utilitzem, etcètera) ha alterat el nostre sistema immunitari fent que reaccioni negativament a coses que no hauria de reaccionar com alguns aliments que mengem.
- 3) La contaminació: a les ciutats hi ha més casos d'al·lèrgies i intoleràncies alimentàries si es compara amb les zones rurals.

Quin àpat és més important: esmorzar, dinar o sopar?

No hi ha cap àpat més important que un altre. L'important és mantenir una alimentació saludable i equilibrada al llarg del dia i de la setmana. Tenir uns bons hàbits alimentaris seguint les recomanacions dels experts en alimentació és vital per mantenir la salut.

Què recomanaries per esmorzar als alumnes de l'escola? I per sopar, què recomanaries?

Un esmorzar complet hauria de tenir els mateixos grups d'aliments que un àpat principal. L'important és escollir opcions sense sucres ni greixos de mala qualitat. Així doncs, podríeu afegir una ració de farinacis (millor integrals) com cereals sense sucre o pa, fruita fresca i un aliment ric en proteïna (limitant les carns processades com els embotits).

Opcions d'aliments rics en proteïna sans per afegir a l'entrepà seria tonyina, formatge, truita francesa o de verdures, humus, sardines en oli, etc. Intenteu afegir només 1 o 2 cops per setmana embotits com el pernil dolç o salat, fuet, xoriço, etc. La llet o el iogurt també ens aporten proteïnes.

I què ens recomanaries per ocasions especials, com per exemple, els aniversaris?

De manera no habitual (per exemple en dies especials com aniversaris o tradicions com la mona o la castanyada) podem menjar aliments no tan saludables (tenen sucre i si no són casolans poden tenir greixos de mala qualitat) com el pa de pessic, la coca de

sucres, els panellets, etc.

Ens pots posar un exemple d'esmorzar saludable?

Un exemple d'esmorzar saludable podria ser un bol de llet amb cereals integrals (podeu afegir canyella o vainilla per endolcir de manera saludable o un plàtan tallat) i a mig matí una peça de fruita i un grapat de cacauets.

Què creus que haurien de portar els pares als seus fills per berenar?

Aliments similars a l'esmorzar està bé. L'important és evitar aliments poc saludables com els que he comentat. Fóra d'això, la resta d'aliments estarien bé. Recordeu donar preferència als aliments de temporada i de comerç local per a seguir una dieta sostenible pel medi ambient.

*Un esmorzar
saludable
podria ser un
bol de llet
amb cereals
integrals i a
mig matí una
peça de
fruita*

A LA BSCD: ALIMENTACIÓ SANA I HÀBITS SALUDABLES

Què menjar i en quina quantitat?

Sabíeu que les racions són diferents en els casos dels infants, adolescents i adults? Per això, mesurar les racions amb la vostra pròpia mà us pot ajudar a ajustar la ració a les vostres

necessitats (si sou més grans, necessiteu menjar més i la vostra mà és més gran).

Fotografies © Guia Nutriplato

				
VERDURES I HORTALISSES Mínim 2 racions al dia	CARN 3-4 vegades per setmana (carn vermella màxim 1-2 cop per setmana)	PEIX I MARISC 3-4 vegades per setmana	OUS 3-4 vegades per setmana	LLEGUMS 3-4 cops per setmana

El plat saludable: l'art de crear menús equilibrats



Si voleu saber més sobre com menjar de manera saludable i equilibrada us convido a llegir la guia "Petits canvis per a menjar millor" de la Generalitat de Catalunya (està traduïda al castellà i l'anglès i és molt completa i actual:

[LINK GUIA](#)

Gerard Monguió: 'Som una escola referent dins d'Espanya'

Text by Sergi Casado

—



**Gerard Monguió, CEO
BRITISH SCHOOL OF COSTA DAURADA**

Al desembre del 2023, The British School of Costa Daurada va rebre una molt bona notícia. Després d'una inspecció exhaustiva, l'Associació de Col·legis Britànics d'Espanya (NABBS) va autoritzar el centre tarragoní per tota l'educació secundària; de manera que el curs vinent, el 2024-25, s'obrirà Year 10 i el següent, el 2025-26, Year 11, el darrer de Secundària.

El CEO de la British School, Gerard Monguió, amplia i detalla en què va consistir l'informe del NABBS, que va destacar la qualitat del pla educatiu, els seus docents i directius, les seves instal·lacions i la seva filosofia; un reconeixement que serveix perquè la British School of Costa Daurada segueixi fent camí cap a l'excel·lència.

Per què és tan important aquest informe favorable per part del NABBS?

Perquè el NABBS és la institució que té assignat el govern britànic a través del consolat britànic per tal d'autoritzar les escoles britàniques a Espanya; llavors si nosaltres volem continuar sent una escola britànica autoritzada, el NABBS és l'únic organisme que t'autoritza. Més que important, és vital l'ok del NABBS.

Sense aquest informe favorable, es pot dir que l'escola hauria aturat el seu creixement en secundària?

El NABBS no tanca escoles; si veu que alguna cosa no funciona, demana plans d'acció correctors d'allò que ha detectat i normalment et dona 2 anys per aplicar el pla d'acció; i després de dos anys si veuen que aquell problema no s'ha resolt, llavors sí que poden procedir a tancar l'escola o no deixen que continuï.

El curs vinent es podrà obrir Year 10 i el següent, Year 11, i la British podrà continuar l'expansió.

No era una cosa segura, però quan van acabar la inspecció, el que van fer és autoritzar l'escola per tota la secundària; ja podem acabar-la; ens queden dos anys, però ja els tenim autoritzats, i haurem de seguir treballant per l'etapa final de batxillerat.

Les famílies poden estar tranquil·les perquè la British està fent les coses molt bé.

L'informe és molt optimista i transmet molta confiança perquè és molt positiu. Si l'hagués de valorar, jo diria que estaria entre l'outstanding, que és l'excel·lent, o en el camí de l'outstanding.

És per estar-ne orgullosos.

Ara mateix som una escola bastant referent dins del territori espanyol perquè som una escola molt jove, que està combinant el sistema educatiu britànic amb la nostra cultura i estem fent coses diferents dins del marc del curriculum britànic.

Posa nota el NABBS?

No hi ha nota perquè és un informe qualitatiu, i a més a més, també és limitat; i això vol dir que si ho fas extraordinàriament bé, l'informe tampoc no ho dirà perquè es basa en unes

notes determinades. Per exemple, el teaching, que va tenir una valoració molt i molt bona, va obtenir un good, però resulta que un good és el màxim."

La inspecció va ser exhaustiva.

Les inspeccions del NABBS són dures. Per qui ho conegui, podem parlar d'un nivell similar al d'una auditoria ISO.

Fins a quin punt va ser detallada? Com

funciona una inspecció del NABBS?

Sempre venen auditors nous; i d'aquesta manera sempre tenen punts de vista diferents perquè aquest informe és acumulatiu. Nosaltres abans ja els hem enviat tota la documentació, que suposa una feina perquè inclou polítiques del col·legi, totes les programacions... hi ha una feina d'hores i hores, i això és el que garanteix que l'escola estigui tan ben estructurada."

I com va ser el dia en que els inspectors van venir a l'escola?

Van estar tot un dia i es van dedicar a auditar totes les classes de secundària; i també a tots els professors i

professores de secundària. Van valorar totes les sessions, per veure si estan ben introduïdes, ben finalitzades, si els objectius s'han treballat i com s'han treballat com és l'estil de lideratge del docent dins de l'aula.

I als directius també us avaluen?

Sí, sí, perquè volen veure quin és el lideratge i com és, si està aliniat amb els valors britànics o no; s'estudia tot; hi ha un manual de les instruccions i allò ens dona una orientació del que ens preguntaran.

Parlem una mica del contingut de l'informe. La sala STEAM va rebre una molt bona valoració.

Al final, l'escola té una estratègia perquè està pensada des d'una estructura en què combinem els conceptes acadèmics amb els

*L'excel·lència
de la British
School of
Costa
Daurada està
reconeguda
per
l'Associació
Britànica
d'Escoles
d'Espanya*

conceptes empresarials més moderns. Ens preguntem cada dia què és el que fem bé i què és el que no fem tant bé, i dins del nostre pla, el que teníem clar és que volem ser una escola innovadora, creativa i tecnològicament avançada; sobretot que els nostres alumnes tinguin pensament crític. L'aula STEAM no només és tecnologia, sinó també una altra manera de fer les coses i una manera diferent d'orientar els problemes i aconseguir els nostres objectius.

Del pla d'estudis els van dir que és ampli, equilibrat i que respon a les necessitats dels alumnes. Sona molt bé.

Això sona bé i ens fa sentir molt orgullosos perquè hi estem d'acord. Una cosa és tenir una escola britànica i l'altra cosa és tenir una escola britànica orientada al futur."

Pots explicar aquesta aquesta combinació?

L'educació britànica té un llarg recorregut perquè té una llarga tradició i una de les moltes virtuts que té és que fa molts anys que es treballa en un mateix sistema educatiu, i quan portes molts anys millorant un sistema, acaba sent molt bo. Nosaltres combinem aquest sistema britànic amb les coses bones que considerem de la nostra cultura educativa i l'estem combinat amb la innovació cap al futur.

I de tota aquesta combinació surt el resultat de l'informe del NABBS.

Exacte, perquè diu que el pla d'estudis és ampli, equilibrat, no estem fent cap 'tonteria', està tot molt estudiat i molt lligat."

Del personal de l'escola, l'informe diu que està ben qualificat i experimentat. També és per estar orgullosos; tant el propi centre com també les famílies.

Aquest era un dels altres objectius del nostre pla estratègic, que era la retenció de talent i ho estem aconseguint poc a poc, estem millorant el talent dels nostres treballadors i dels nostres professores i professors."

I com ho feu?

Tenim un projecte en que nosaltres estem valorant per escrit i amb feedback de forma continuada a tots els professors. Una de les moltes missions de l'equip directiu és avaluar el rendiment del nostre equip. Pot sonar molt estrany dins d'una escola, però en una escola britànica no ho és tant i més si es tracta d'una escola britànica com la nostra, que també inclou conceptes d'empresa, llavors és obligatori. Nosaltres estem avaluant el nostre professorat de manera constant i periòdica i registrada.

Tothom ha d'estar al màxim nivell.

R: "Si detectem alguna cosa que no funciona, la solució és dir-li al professor o professora que no estem arribant a l'estàndart de qualitat que tots volem i llavors l'ajudem a aconseguir-ho. Què vol dir? Que darrere de tot hi ha un programa de formació continua per al nostre equip, independentment de l'àrea de la que formi part. Fins i tot, tenim formació

transversal, com per exemple, en primers auxilis, manipulació d'aliments, intoleràncies alimentàries... i que potser no es veuen, però que són de funcionament diari, i quan arriba una inspecció sí que ho veu i ho detecta."

L'informe també va incloure aspectes a millorar per l'escola. I també és bo que ho indiquin oi?

Com més recomanacions i suggeriments ens donin, molt millor. Al final, l'informe té un cost bastant elevat, i el que no pot fer el NABBS és venir a aplaudir-te. Com que pagues vols que t'ajudin.

A tots els informes de NABBS sempre hi ha recomanacions. Això, sí; cap que et sorprengui perquè estem al corrent de tot, però en l'anterior informe sí hi havia dues recomanacions importants, i el que fan els inspectors a la següent revisió és comprovar si s'han implementat o no, i ho havíem fet.

*Volem ser
una escola
innovadora,
creativa i
tecnològicament
avançada*

Avanzamos hacia la excelencia con la aprobación de la NABBS para la educación secundaria

1

The British School of Costa Daurada recibió una buena noticia al ser autorizada por la Associació de Col·legis Britànics d'Espanya (NABBS) para toda la educación secundaria

2

El informe de la NABBS destacó la calidad del plan educativo, los docentes y directivos, las instalaciones y la filosofía de la escuela

3

La autorización de la NABBS permite a la British School expandirse y abrir Year 10 y Year 11 en los próximos años

4

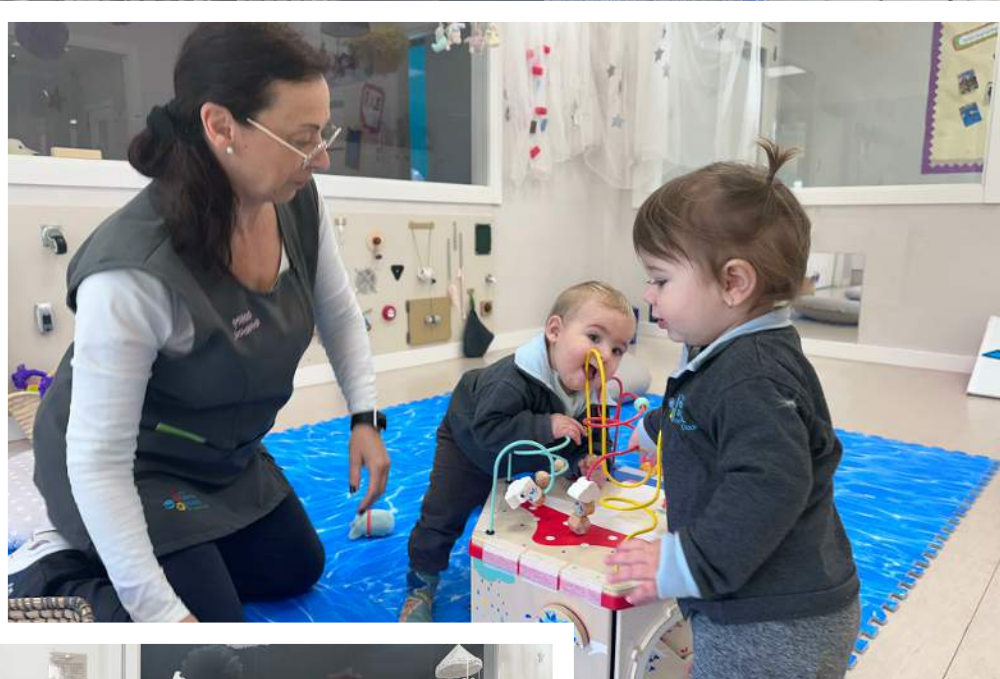
El informe optimista y confiado del NABBS transmite seguridad y confianza a las familias y la comunidad escolar

5

The British School of Costa Daurada se ha convertido en una referencia en el territorio español al combinar el sistema educativo británico con nuestra cultura, y por su enfoque innovador y creativo dentro del currículum británico



A closer look: BABIES



In Babies classes, sensory activities and interactive games are carried out to stimulate their physical and cognitive development. Interaction with other babies is also encouraged in a safe and enjoyable environment.

A closer look: TODDLERS



In the Toddlers group, they have learned a lot from the story of Goldilocks and the Three Bears. They have become familiar with the yellow color of the protagonist's braids and had fun making their own golden braids with yellow wool. With the three bears that appear in the story, the students have learned that there are different sizes: large, medium, and small, as well as that there are things we like and others we don't. Since we are in winter, they have also

worked with cold colors like blue and violet, discovered ice, and drawn and painted it; all while wearing their hats to remember that we are in winter and it is a cold season. All activities have been carried out considering the senses and always with objects of different colors. They have cooked pancakes and learned about the story of the Gingerbread Man. They have also celebrated the Chinese New Year by playing with noodles

A closer look: PRE-NURSERY



During these months, we have worked on two stories, one related to a penguin and the other to a panda bear, and from here, we have explored the theme of cold. The truth is that we do many things! We are also getting ready to celebrate Carnival, and we will dress up as pandas. It will be fun to see the faces of all the children because they will associate the carnival costume with the story we worked on about pandas.

Pre-nursery children are working on both their gross and fine motor skills. They enjoy moving in a variety of ways such as running, jumping, balancing on blocks, walking on buckets and rolling tyres. These activities help children build upper and lower body muscles necessary for good sitting and further development of fine motor skills. There are plenty of opportunities for developing literacy skills in the Pre-Nursery class.

A closer look: NURSERY



In Nursery, under the motto 'Let's explore,' the children have been learning about things related to winter. For example, they have seen and had fun observing the process of how ice transforms into water, or how some animals, like bears, take advantage of winter to sleep, in other words, hibernate.

During winter, and continuing with the theme of bears, Nursery has also worked with the story of Goldilocks and the Three Bears. With this book, they have become familiar with the different sizes of things: small, large, and medium. Another activity that received a lot of attention in Nursery is transportation and everything needed and used for traveling around the world.

The children have made their own passports and stamped some pages to certify that they have traveled to a certain country. They have built airports and airplanes, and from there they have chosen the destination for their great journey. During this period, Nursery class has also had many moments for reading and learning with books.

They have read stories in which concepts are repeated many times, and in this way, the students can read the book at the same time as the teacher. Children learn to listen better and be more attentive because the book has a very particular rhythm. Numbers have also had their prominence in Nursery; the children have been recognizing the first numbers.

A closer look: RECEPTION



The main theme of the term for Reception students has been 'All about the air,' through which they have explored the Solar System and learned many things about planets, the sun, and outer space, especially in the areas of science and arts and crafts.

They have also made a model of the solar system, examined and looked at maps, houses, cities, countries, and continents, and even the planet Earth as a whole. The students have



written their first sentences, which read 'I live in...' The theme 'All about the air' has been very fun because they have also worked with rockets,

astronauts, extraterrestrials, and aliens, as well as stories and songs related to this whole universe.

Continuing with the curriculum, which is also based on learning about the traditions and festivities of other cultures, they have celebrated the Chinese New Year. They cooked and ate noodles, and heard the story of the

A closer look: RECEPTION

Lunar New Year to discover that our zodiac animal corresponds to our birth year.

Most of us were born in the Year of the Dog or the Year of the Pig! In Phonetics, they have continued to identify and write sounds and have also started to read subtitles and short sentences (for example, 'I pat a dog. A cat with a hat'). In Mathematics, they have learned about euro coins, focusing on the colors and sizes of different coins, as well as beginning to understand that 2€ can be paid with two 1€ coins or with one 2€ coin.

We are also practicing counting up and down from 1 to 20 and from 20 to 1.



A closer look: YEAR 1



This term we have been working on the environment. We have started by studying the parts of plants, different types of plants, natural plants, artificial plants, etc. We have also read books related to the environment and learned vocabulary related to the environment. In mathematics, we are learning to count up to 50.

A closer look: YEAR 2

Class Topic: “Keep it Green! Caring for our Planet”

I have learned things about Greta Thunberg. She started in public and said, 'I am staying here until someone listens to me!' Her most popular sentence is: 'No one is too young to make a difference!' She just wanted to help the planet. She recycled, took one-minute showers, and used a bicycle. She tried to tell everyone to stop emitting gases. She did her personal best, just like me. It is important to recycle to save the Earth. **Elsa Villanueva**

I like to learn about climate change. It is very important because the plants need water, and if there is only sun, the plants can die. If the plants die, we don't have oxygen. **Daniela Jimenez**

I have learned not to throw plastic because it is bad for the planet. So, what do we need to do? We need to throw it into the yellow bin! We need to ride bicycles because cars emit gases that are bad for the Earth. We need to care about our planet. What is climate change? It's when the planet gets hotter and hotter. And who is Greta Thunberg? Someone who cares about the planet. And she says that she wasn't moving from there until someone listens to her. **Olivia Monguió**

We need to save the planet together! Don't throw plastic in the sea, turn off the lights when we are not in the room, and recycling is very important! **Valentina Carulla**

I love recycling plastic, and I help the planet. Well, I love recycling because it is helping the planet and the animals. Climate change is our responsibility. Don't use gases; use solar energy. **Laia Ubiria**

I save the planet with my friends, like Greta Thunberg. I care about the planet because I love the Earth. The planet is dying, so we went to the forest to pick up trash and rocks. Then we put them in their place. **Catalina Sofia Mendez**

If all cars were electric, the air would be cleaner. We can't throw plastic because we need to care for the planet. We have to care for the planet because if we don't, Antarctica and the Arctic will have just a block of ice. I learned about Greta Thunberg; she wasn't moving from there because no one was helping the planet. If you want to take care of the planet, you can go with an electric car. **Chloe Roca**

We are throwing bad gases into the Earth, and the planet is getting hotter and hotter. The Arctic ice is melting, and Arctic animals have less ice to walk on. Greta Thunberg is trying to save the Earth, as we are not helping and are emitting bad gases into the air. **Julia Casajoanes**

We need to save our planet because it is dying from the bad gases, and we are throwing things that we shouldn't be. **Carlos Martín**

Using cars that work with gas engines is very bad and dangerous for the Earth because they

A closer look: YEAR 2



pollute the air and make the Earth much warmer. That's why our responsibility is to replace them with electric cars, scooters, and bikes. This will help reduce pollution and preserve the climate. **Fadi Nemer**

I learned that climate change is when the planet gets hotter and hotter. Greta Thunberg is a girl who wants to save the world from all the pollution. **Alicia Muñoz**

I remember we went to the beach to recycle and pick up rubbish. We need to stop climate change; it's when the planet is getting hotter. **Ximena Cerqueira**

We need to recycle. We need to stop using cars all the time. Greta Thunberg is a famous girl who is helping the planet because it is dirty. **Nil Fortuny**

Greta Thunberg feels responsible for the planet because cars emit bad gases, and the Earth is getting hotter with climate change. We have to help the planet. **Jaume Álvarez**

Climate change is important because the planet is getting hotter and hotter. We need to help the planet, like Greta Thunberg. **Nil Ramos**

Climate change is when the weather changes. Greta Thunberg is a girl who wants to stop climate change. She said that no one is too small to make a difference. We can recycle, use bicycles and trains, stop throwing plastic into the sea, and go to the beach to pick up plastic. **Biel Maturana**

This term, I liked learning about Greta Thunberg because I like how she stood up and said that, "No-one is too small to make a difference", and that is true! **Elena Marie Hernández White**

The world is getting hotter every day, every month and every year. I have a new motto: "No-one is too small to make a difference", so let's save the world together! Let's stop using cars and aeroplanes so much. Instead, we should walk, take the train, run, ride bicycles and skate! **Martina Torreda Güell**

Some people kill animals to eat and others just for their fur. This means that there are fewer animals than before. We need to take care of plants too because all animals need plants. **Carlotta Pasetto Nicolas**

A closer look: YEAR 2

This term I have enjoyed the most, learning about healthy eating. I also enjoyed learning about dinosaurs last term and I love my after school Art class. **Marina Martos Mira**

The Amazon rainforest covers most of Brazil. In the rainforest there are a lot of different types of animals. We shouldn't kill elephants because they are an endangered species. We can protect animals by not eating too much meat.

Ferran Hinójar Guarro

We have to take care of all the animals, especially the endangered species. If we don't take care of them, they could disappear. Climate Change is affecting us by increasing the temperature of Planet Earth. Greta Thunberg is a girl that decided to protest to tell everybody that the planet is getting hotter. Her motto is "No-one is too small to make a difference."

Clàudia González Fábrega

I liked reading the book 'The Great Kapok Tree' by Lynne Cherry because I loved how the animals were trying to change the man's mind to stop him from cutting down the tree.

Carla Ferrándiz López

I have liked learning about what to do and what not to do in the forest. We shouldn't touch the animals because some are endangered. When we see dogs in Forest School, we should step aside and not touch them. We also shouldn't eat food off of the floor as it could contain germs and we could get sick. I learnt that in Science. **Indira García Higuera**

Did you know that polar bears are actually black but that they have translucent fur to camouflage in the snow? Did you know that some animals are nice and cute? Did you know that some animals are endangered?

Carla López Serrano

I learned that polar bears have black skin under their fur. **Sança Valles Dragusan**

I learned all about polar bears! Polar bears have black skin under their fur and they swim a lot! I also learned that if someone throws trash, we need to pick it up and not leave it on the floor otherwise the planet will be dirty. **Sophie Roca Guasch**

I learned that in Oceania there is the world's biggest coral reef called the Great Barrier Reef and I learned lots of things about polar bears. In Science, I learned about germs and how to keep clean and healthy and in Maths we have been learning about fractions. **Sofía Martí Español**

We need to save Earth and all the endangered animals, like polar bears. Animals need our help because humans are overfishing and overhunting. The prefix 'over' means 'too much'.

Alba López Serrano

I have enjoyed our Topic this term because we have been flying in aeroplanes all over the world, discovering new songs from every continent. **Lliser Casas Romeu**

A closer look: YEAR 3



Class Topic: “Extreme Earth”

This term we learned about Mary Anning. She discovered a lot of fossils and curiosities. She found a fossil of ‘Ichthyosaurus’ and it made her famous. We read the book and then we wrote some adventure stories about discovering things. In art we have been

making volcanoes for a few weeks. We have to use newspaper and lots of glue to do papier mache. Next we next to paint them and when we have finished them we will make them erupt with bicarbonate and vinegar. We have been working on a program called ‘Scratch’ in Robotics. And in PE we are practising skills of striking a ball.

My favorite thing has been playing Pacman which is a game about running and catching in PE. **Hugo Calvo Gimenez**

A closer look: YEAR 3



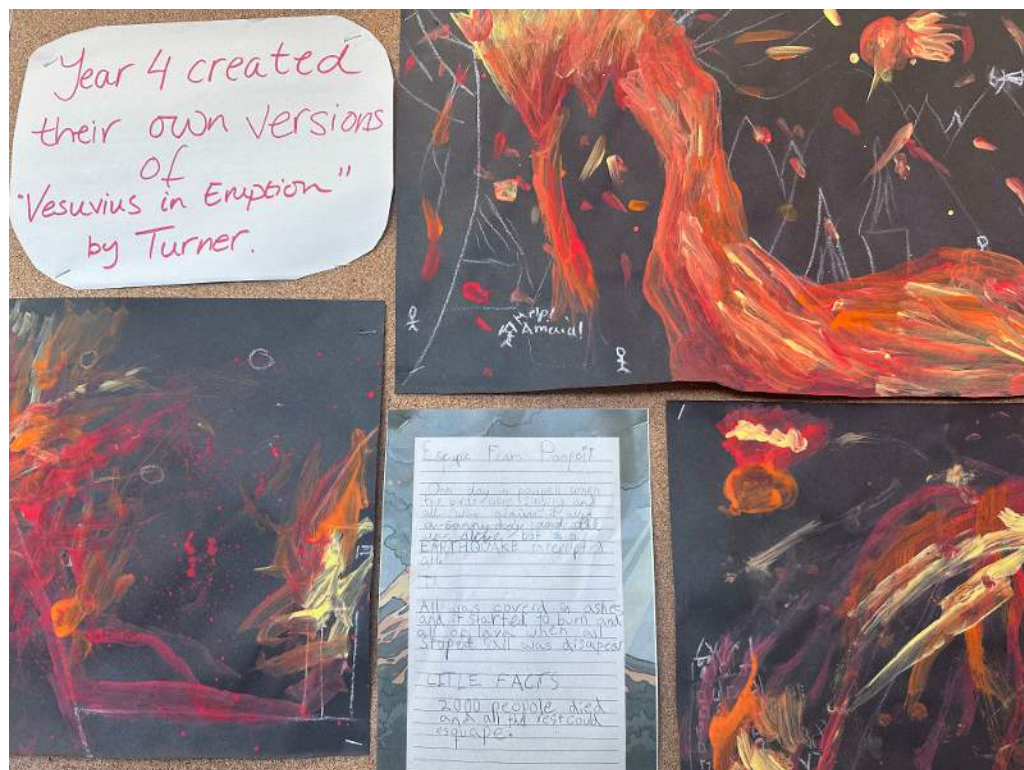
This term, I have really enjoyed learning about division and multiplications. I really loved remainders too because firstly, I didn't know how to multiply and divide and secondly, I didn't even know what a remainder was. **Mateo**

This term I most enjoyed literacy because I loved learning facts about the rainforest and volcanoes. Even if it was hard, like writing stories that are a page and a half, I still loved it. I wonder what I'll do next term. I'm very excited about it! **Lucas**

This term I really enjoyed stories because I can write a lot and use my imagination. My stories are pages and pages long. I even write in my lunchtime. I also really loved the topic about volcanoes because I learned so much interesting information and facts. **Max**

This term I found learning about extreme earth really interesting and exciting. This is because I like to learn about earth and what happens. All the things I learned, I will remember forever. **Ella**

A closer look: YEAR 4



Class Topic: “Extreme Earth”

This term we are writing a story about a worm. The worm story is about the book, 'The Street Beneath Our Feet'. The stories are about a worm that travels underground to see all the layers there. We also learned about the possessive 's' of a singular and plural irregular noun.

This term in Maths we learned about equivalent fractions, mixed fractions and fractions greater than one. In Science, we have been learning about the three types of rocks: igneous, sedimentary and metamorphic. In Topic we are

learning about Extreme Earth, for example: earthquakes, tornadoes and other phenomenal natural disasters. So, we made volcanoes out of newspaper and glue.

In Whole Class Reading we started a new book called Tilly and the Time Machine. It's about a little girl who goes on a big adventure.

Next week, we are going to Cosmo Caixa to learn more about 'Extreme Earth' and to see the rainforest, because we learned about the rainforest last term!

We loved the drama games with Mr Dill because he's fun and he makes us be creative. We liked 'The World's a Stage' because it was fun to see other people's performances and see their confidence and doing teamwork. It was cool to invent a play and dances. The 'Flag Challenge' was challenging so we brainstormed ideas to try to win. It doesn't matter who wins or loses because it's just to have fun. **Alvaro, Carlota and Amaia**

A closer look: YEAR 4



In Science we are working about rock permeability. We tested by putting different types of rocks in water and checking the bubbles.

In Topic we are learning about "Extreme Earth" including rocks, earthquakes, tsunamis and volcanoes. You are welcome to come and explore our Topic table!

In Maths we are learning about fractions. We invented a game called "Mission Impossible"



where we had to match groups of three cards with a pictorial representation, a fraction and a word

against the timer.

In Literacy we have started a new book called "The Street Beneath My Feet". It can open up vertically and it is VERY LONG!

In PSHE we learned about the four steps to solve a social problem and made up some plays.

Valentina Viveros - Year 4W

A closer look: YEAR 5

The School Chronicle

In year 5 we learn lots of things and we are going to start with maths, division. In maths we separate in two groups one group goes with Miss Barna and the other group goes with Miss Dalton. Miss Dalton's group are learning how to divide 1 digit by 4 digits. The trick is that you need to know your times tables.

Another thing that we learn are languages German with Frau Ostarek, Spanish with Miss Lidia and Catalan with Raquel. We learn lots of things in Spanish, Catalan and German.

Stereotyping is another thing that we learn. Stereotyping is when you think that girls should wear a dress boys must be competitive..... We learn that if you follow the stereotype doesn't mean that you need to force someone to follow it to because everyone is different. Everyone can be however they want and no one will decide

In class the year 5's have been learning a variety of different types of poetry such as rhyming, not rhyming and adding similes and metaphors to improve. Meanwhile, in our MATHS lessons we have been using the bus stop method to learn division. Linking to our topic (like most lessons) this term we have been focussing on athletics such as sprinting and hurdles.

Moving on to news from the playground. Year 5 would like to thank the collaboration between the student council and the school for installing the new grass area. Year 5 like to play: gymnastics, imaginary games and even as part of our class project there!

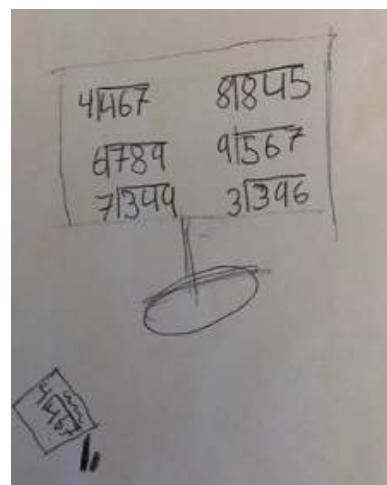
how you are.

The last thing, Olympics as well we are learning about the Olympics we wrote a story about the Olympics sports then we choose a sport and we did a non

chronological

report. Now we are learning a poem by heart and then we write our own poem, then read it out loud to the audience.

Mar P. - Year 5D



A point of high excitement for the whole year group is our upcoming residential trip in term 3 which starts after the Easter holidays. Students have been

instructed not to bring electronic devices so that we can enjoy the beauty in our nature-filled residential trip..

Amalia - Year 5B



A closer look: YEAR 5



A closer look: YEAR 6



Science Week

Once in the BSCD in March there was an explosive week named science week. In that week we had to do groups and we all had to do the topic of space in our classroom. We also had a dressing up contest, cake contest, and a poster contest. On every contest there was a first place, second place, and third place. When we finished giving all the and games we went to see the other projects from other years.

First place was Harry, Arlet and Alguer second place was Llum and Carla and third place was Noa and Anastasia for the poster. Harry's, Alguer's and Arlet's poster was about "How

could we live on Mars" Carla's and Llum's poster was about "Why do we draw stars with 5 points and why do we draw the sun with sticks" and Noa and Anastasia made it about the rivers in Mars." First place for the cake competition was Guillem with a cheesecake that says NASA with a playmobile.

Second place was Harry and Alguer with a rocket cake and third place was Carla and she made a cake with stars and planets sticking out of the space cake.

The winners got trophies and technology games. Before that we showed the projects to some parents. Through out the week parents went to show us interesting things about science. They also showed us about a McLaren.

Reported by Emma Year 6

For: Everyone

A closer look: YEAR 6



Book fair

Good morning today we are talking about the amazing book fair lead by Conor and John. Such hard work England and back to Spain bringing books from there and right back. It's called English Libro's.

They come every 2 to 3 months they bring amazing books such as all the Harry Potter books and all the last kids on earth. Just think England back England back such hard work. That's why the prices are a bit higher but on the positive side we do have a book fair.

Last year me and Guillem saw a book we liked so let's hope it's here this year.

Harry Year 6H



A closer look: YEAR 7



Evolution of humans



Giant ice cube



Energy ball

Secondary Trip to CosmoCaixa

I hArmed with curiosity and fueled by the opportunity of new discoveries, secondary pupils found themselves immersed once again in the wonderland of scientific exploration in cosmo caixa. On the 8th of February Y7 went on a trip about "Universe Big Bang" meanwhile Year 8 and 9 were learning about sound and acoustic.

We had to put some headphones on which helped us listen carefully to our guided tour around the museum learning about evolution and the universe. A wonderful tour guide from the museum guided pupils on a tour to deepen their knowledge about the universe and the world around us. We also saw a giant ice cube and we had to touch it for a minute.

On the 8th of February, Year 8 and 9 went on a trip to CosmoCaixa along with the Year 7s. While the year sevens did the universe and the Big Bang, the Year 8s and 9s were learning about sound and acoustic.

At 10:30 am, secondary arrived at the museum of CosmoCaixa and from 10:30 to 11:00 am, secondary ate all together for brunch. After a lovely brunch Year 7 split to do a tour on the Big Bang and universe. Meanwhile, Year 8 and 9 got to learning and working at a Sound and Acoustic workshop 11:00 to 12:15. As soon as everyone finished, the whole secondary reunited to have a nice lunch together .

At 13:00, we had the privilege of watching a movie, but not any movie, a movie in a special room, similar to a sphere, to really immerse ourselves into the universe. After a long intense day, we were tired and ready for home, however, we had an opportunity to explore the museum with our friends, which was unfortunately cut short for unforeseen reasons. We are extremely grateful for the opportunity to visit such a wonderful place.

Nico&Noah

A closer look: YEAR 8



Students make posters of woman scientist in german

Last week the secondary students of the British School of Costa Daurada completed the task of making posters of female scientists. This exciting project was to celebrate international womens day.

Whilst observing the colourful wall of carefully designed posters. I noticed that they all had indept information but also looked nice and pleasing to the eye and neat.

To my suprise, the students had written in good German about many influential, underrated scientists that i personally never heard of. To name one that caught my eye: Sally Ride by Mariona and Lupe y8.

All students deserve good praise for doing such a superb job of spreading the word of female scientists (especially as it was in German!) Who otherwise may have been forgotten.

Carlota Bella



A closer look: Year 9



One of the days during this trimester in science class, we conducted a practical activity about rocks. In this practical, our substitute teacher, Miss Hibbs, allowed us to use some boxes containing rocks. We needed to arrange these rocks in order.

There were more than 10 rocks inside each box, and they were all more or less the same size.

One of the highlights of the school curriculum is robotics. We have started a new unit where we are building robots. We also need to program them and understand how to use the application properly. This application is called SPIKE. For

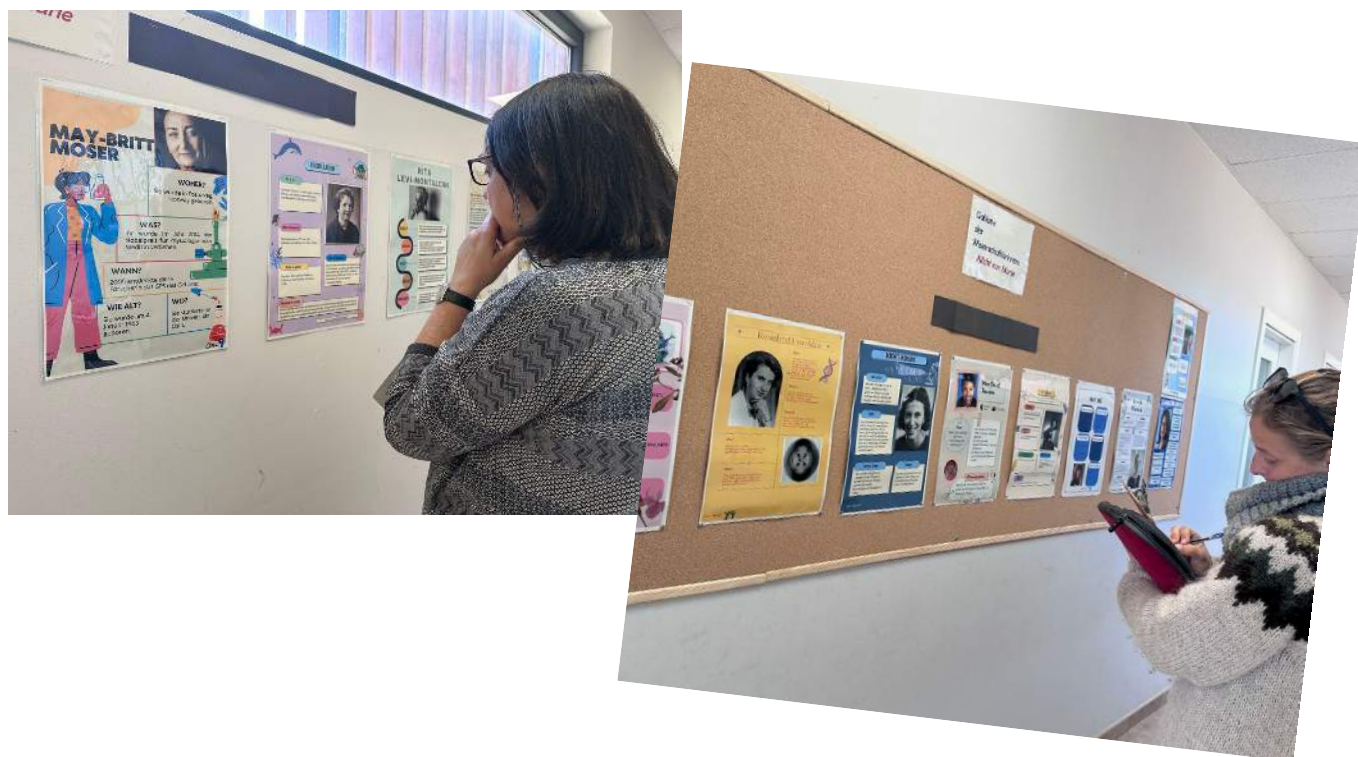
example, Gloria from Year 9 programmed a robot equipped with a sensor that recognizes colors.

Miss Nancy Jack, one of the best teachers in our school, teaches Art & Design Technology. She is currently instructing us on how to make carnival masks.

On February 5th, 2024, the Year 9 class conducted an experiment with gelatinous honey. The objective was to observe how long it would take for two drops of water mixed with honey to reach the bottom of a cup.

Glòria

A closer look: Year 9



Celebrating Female Scientist in BSCD

To celebrate Science Week our students in secondary school have made many posters and have had numerous talks with parents. Nevertheless, for German class Frau Ostarek asked the students to make a tribute to women's contributions to science. The students were asked to make a poster in Canva and the poster had to have some specific requirements. For example: it could not be about Marie Curie since she is the most famous female scientist in the world, it had to be vertically positioned and the most important thing was to write the name of the student and year group at the bottom of the page (something that the majority of the students seemed not to understand!)

In general the posters have been totally amazing, some of them look as if a professional designer did them. If after reading this you want to go see them, the posters are situated in front of the music classroom, decorating those tedious gray walls into colorful walls with plenty of information in German. On the wall you will see geniuses such as Katherine Johnson, Rosalind Franklin and Jane Goodall. Through these posters we are trying to give more attention to female scientists, since in the past they have not been as recognised as they should have been, since not many years ago we lived in a sexist society, which could not understand that women and men should be treated in the same way.

To conclude I would like to say that these posters should be used as a beacon of inspiration for the children in our school. These fabulous women are a clear example of consistency.

Pep

The School Council: Amplifying Student Voices at The British School of Costa Daurada

Text by Carla (Y6)

–

Good morning, everyone and welcome the British School of Costa Daurada!

Today I'm going to tell you about the School Council, which is the tradition that has started in KS1.

School Council consists of 1 or 2 students from each class who want to be the voice of their class. For example, if someone from your class wants a grass area, they will tell their school councillor and then, at the meeting, they will tell the Headmasters, Miss Monica and Miss Hall.

Firstly, I will talk about the School Council in KS1. On the 1st Friday every month, the councillors meet with Miss Monica and Miss Hall in their office and tell the ideas their class gave them.

Secondly, I will talk about the School Council in KS2. It is pretty much the same: all councillors

meet in the office and share their class's suggestions.

Thirdly, I will tell you about some things we want to achieve, or rather receive: monkey bars, Secret Santa and better food.

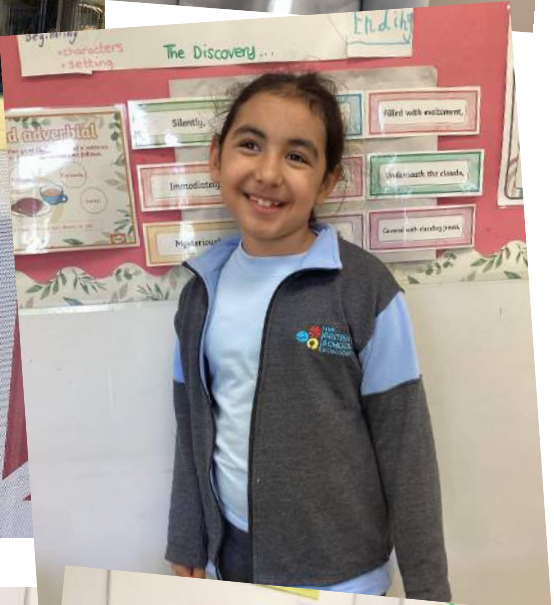
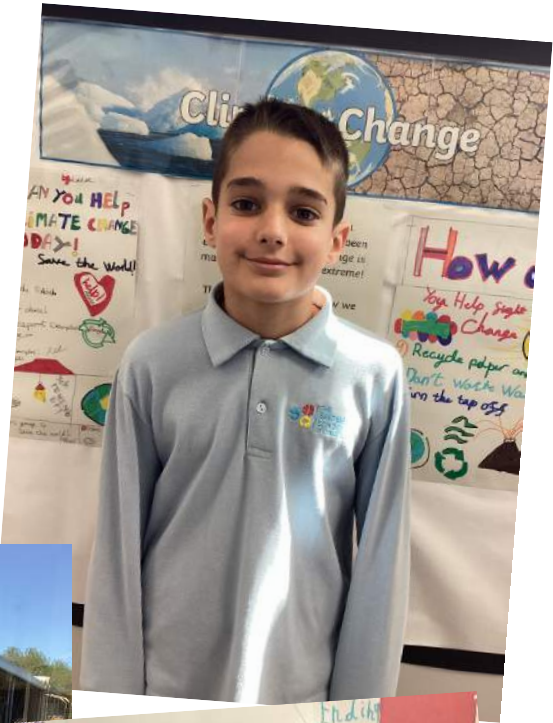
In conclusion, the School Council is a perfect place for students as they can be heard and their class's

ideas will be discussed.

The School Council ensures student voices are heard

DID YOU KNOW?

Student Council Representatives



DID YOU KNOW?

VISIT TO TORREDEMBARRA PROTECTORA



The students who attended were Noah from Year 7, his sister Audrey from Year 3, and Ilia from Year 5. The Charity Committee had a terrific response to their request for donations. Thank you



VALUES

**WHAT IS
RESPECT?**

WHAT IS RESPECT?

To me, respect means being kind and welcoming when someone new is introduced to me. It's important not to insult anyone; this is just an example. Respect should be shown to everyone, including teachers and children. Sometimes, I even help others cross the road

Sofía

Respect, for me, means not being unfair and not boasting about winning something that your friends didn't. For example, if you win a football match, you shouldn't repeatedly say "we won" as it might upset others. Instead, show respect by acknowledging their efforts and shaking hands. Remember, respect is treating everyone the way you want to be treated.

Adrià

Respect is one of the most important values in school. It means being polite to staff members and students. While you can speak informally with your friends, always use formal language when addressing teachers, out of respect

Glòria

Respect, also known as esteem, is a positive feeling or deferential action shown towards someone or something considered important or held in high esteem. It conveys admiration for good or valuable qualities. In BSCD school, we have school values such as personal best, creativity, respect, kindness, responsibility, and kindness. These are the values the school expects all students to follow.

Samuel

Respect means accepting someone for who they are, even when they're different from you or when you don't agree with them. It also involves listening to others and helping somebody with anything when needed.

Paula



QUESTIONNAIRE

**WHO IS WHO?
BSCD**



MONICA

What is your favourite month of the year?

Why?

August, because I have holidays.

Which is your luckiest number?

13

What would you do with 500 thousand dollars?

Buy a house and a car.

Which is your favourite football team?

My favourite team is Barcelona.

Do you like coffee?

Yes.

Do you like writing?

Yes, I do.

On paper or laptop?

On paper.

Do you like being with kids?

Yes, because they are happy.

-

Text by Adrià



MISS BAIGES

What is your favourite football team?

And why?

Nastic because I'm from Tarragona

Why did you choose to be teacher?

Because I like to help people

Which is your favourite book?

The mystery of the dog on the night

What do you like more summer or winter?

Summer

What is your favourite food?

Sandwich

What do you like more writing on a note book or writing on a laptop?

Laptop.

-

Text by Adrià



MISS LEGARRA

What do you do in your spare time?

Drink coffee talk with my friends and watching netflix sport

What would you do with 1 MILLION dollars ?

Buy a house and travel a lot then have it.

What do you like more going on train or airplane?

I prefer going by plane

Do you read in books or books in laptop...?

Books in laptop but being honest I prefer reading in normal books.

What is your favourite football team? And why?

Nastice because my boyfriend plays for nastice and Osasuna because I was born in Pamplona.

-

Text by Adrià



MISS BARNA

What football team do you support? Why?

Newcastle United will forever be my number one football team. I grew up in the North of England, just outside Newcastle. Match days were always filled with anticipation and excitement.

Which do you prefer: Sweet or salty?

That's a tough question. I like equal amounts of both. You can't beat sweet and salty popcorn.

If today was the last day of your life, what would you do?

I would absolutely throw a huge party. I would charter a yacht and invite all my nearest and dearest to fly out and join me!

What was your favorite subject at school?

I loved drama class. I was in a class with my two best friends, and we had so much fun improvising.

What's your favorite Disney movie?

"The Hunchback of Notre Dame"

Text by Glòria | Paula

Alternates Attack the School Part 2

Text by Samuel

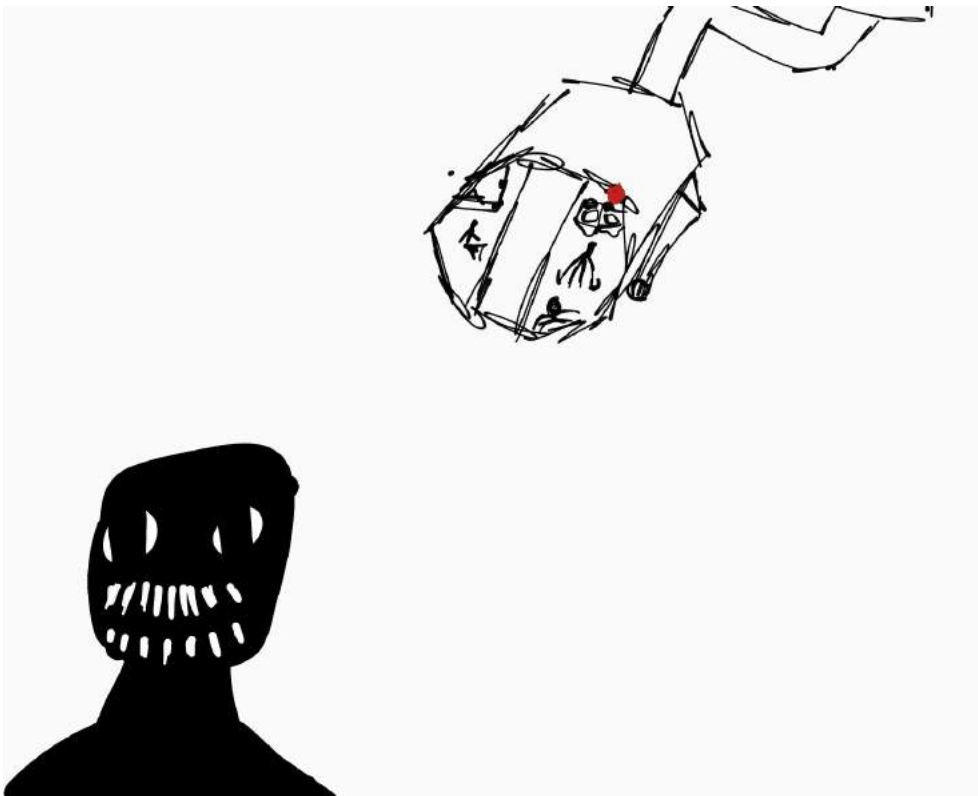
In 2025, we all thought that the alternates had disappeared and died out. That was until the second of April, when a new boy named Hubert

teachers but they were always busy for some reason even though they didn't ask for help. He had had enough. One morning, he set up a trap

and placed some pins on a student's chair, and after the student sat on the chair, Hubert observed that the student showed no sign of pain. Hubert was flabbergasted! A normal student would have shouted out in pain and jumped off of the chair! He told his parents about his experiment and instead of them being angry with him, they responded that the same thing happened at work: everyone was eating in sync, writing in sync and even smiling.

entered the school. At first everything was normal: no alternates or anything. Thanks to the school's high tech, there was better security and teaching became easier. Hubert loved the school (although he disliked the food) until one day, he began to suspect something strange. Some people were getting easy answers wrong very often. For example, equations like seven times seven in Secondary. Students were also walking strangely, spoke their first languages in strange accents...He wanted to tell the

On the Thursday morning, Hubert's mother had a parent-teacher meeting at school. She told the teacher everything about what was happening and the teacher believed her. The teachers decided to set up security cameras everywhere in the school and discovered the dark truth: every night, a cult of ALTERNATES met in the building. The teachers got together and set a trap to capture the alternative, who were never seen again.





FAMILY NETWORKING BSCD

OUR FAMILIES,
THE SPONSORS
OF THE RACE

'En City Net y Dvers Lighting estamos comprometidos con la excelencia y el medio ambiente'

Text Maria

¿Por qué decidieron abrir esta empresa?

Somos un equipo de personas que nos hemos dedicado desde siempre a este tipo de servicios, los cuales consideramos imprescindibles y necesarios en cualquier sociedad. Por esa razón esencial, decidimos crear City Net.

¿Qué tipo de personas contratan sus servicios?

Absolutamente todo tipo de personas, ya que la limpieza es una necesidad universal.

¿Qué tipo de empresas y espacios limpian?

Limpiamos todo tipo de espacios, como escuelas, industrias, puertos, hospitales y equipamientos deportivos.

¿Cuál ha sido la empresa más difícil que han limpiado?

A veces nos enfrentamos a situaciones en las que tenemos que colgarnos de fachadas para poder limpiar, pero en general, podemos con todo. Una anécdota es que limpiamos las instalaciones del equipo de la Super Liga de Vóleybol de SPSP. Esos jugadores pisaban fuerte, y a veces nos costaba sacar las marcas que dejaban en el parquet.

Alejandro Martín, City Net & Dvers Lighting

¿Cuál ha sido la empresa más famosa que han limpiado?

Recientemente, por ejemplo, limpiamos el UNCHARTED, una atracción nueva de PORT AVENTURA.

¿Qué relación tienen con la British School y por qué colaboraron con el cross escolar?

Tenemos una relación muy cercana ya que algunos de nuestros hijos estudian en la escuela. Decidimos colaborar con el Cross Country porque somos deportistas; nosotros mismos corremos algunas carreras y nos encanta colaborar con cualquier evento deportivo.

¿Cuántos trabajadores tienen?

Tenemos 63 empleados.

¿Son una empresa respetuosa con el medio ambiente?

Verificamos y certificamos continuamente el tipo de materiales que usamos para que, en la medida de lo posible, sean lo más respetuosos con el medio ambiente.

¿Trabajan toda la semana?

Sí, trabajamos siempre en función de la demanda de nuestros clientes.

Hablemos ahora de otra de sus empresas:

Dvers Lighting. ¿Qué es Dvers Lighting?

Dvers Lighting es una empresa que se dedica a la fabricación y venta de todo tipo de luminarias, especialmente para proyectos de construcción, reformas e instalaciones.

¿Por qué abrieron Dvers Lighting y con qué intención?

Este es un proyecto muy bonito que nace precisamente gracias al British School of Costa Daurada.

Los impulsores del proyecto somos dos padres del colegio que nos conocimos porque nuestros hijos van juntos a clase. Cada uno tiene su empresa, uno en el sector de la construcción y otro en el de la iluminación, esta última con mucha presencia en el próximo oriente y África. A esto se une un buen amigo, director de una fábrica de iluminación en Ucrania. Cuando estalla el conflicto en Ucrania, nos pregunta si se nos ocurre alguna colaboración, ya que está con serios problemas debido a la desgracia de la guerra.

Así que nos juntamos y decidimos crear este magnífico proyecto para dar un impulso local y

uropeo a todo el trabajo que ya se está haciendo en Medio Oriente y también en Ucrania antes de la guerra.

¿Qué tipo de eventos han iluminado?

Uno que seguro les llamará la atención fue para el pasado mundial de fútbol de Qatar, donde iluminamos la fan zone del Khalifa Stadium (adjunto foto), pero hay muchos más proyectos. Algunos de estos pueden consultarse en la web Dvers.es.

¿Con qué tipo de empresas han trabajado?

Hemos trabajado con todo tipo de clientes, desde grandes constructoras hasta universidades, clínicas, casas particulares, estructuras públicas, centros comerciales, etc. En Tarragona, estamos trabajando en varios proyectos, entre otros institutos, clínicas dentales, ayuntamientos y algunos más.

¿Cuál ha sido el trabajo más complicado que han realizado?

Un proyecto que no fue fácil fue el metro de Riad en Arabia Saudí.

Las certificaciones y exigencias en ahorro energético, luminosidad, y la inmensidad del proyecto en sí, hicieron que su ejecución no fuera nada sencilla.

¿Tienen locales en otros sitios?

Sí, tenemos presencia y un showroom además de en Tarragona, en Arabia Saudí, Costa de Marfil, Dubái y Egipto.

Ahora en marzo tendremos presencia en la Feria Internacional de la Iluminación en Frankfurt, Alemania.

¿Han notado que los clientes han disminuido a el precio de la luz?

Buena pregunta, por supuesto que se ha notado, debido principalmente a la reducción de consumo proveniente de las nuevas tecnologías LED y los acumuladores solares. De hecho, esto es uno de los puntos importantes que destacamos en nuestra web, no solo por la reducción del costo de la luz, sino que, muy importante, por el respeto que esto supone hacia el medio ambiente.

OUR FAMILIES,
THE SPONSORS
OF THE RACE



Silvia Carrera Dutú, tintoreria Dutú

'Los Reyes Magos nos dejan sus trajes en la tintotería Dutú después de su noche de trabajo'

Text Sofia

—

¿Por qué decidieron abrir una tintorería?

Nuestra tintorería se fundó en 1965 por mis abuelos (los Sres. Dutú). Mi padre siguió con el negocio y yo también quise aprender esta profesión y seguir con el negocio familiar.

64

Los señores Dutú decidieron abrir una tintorería debido a la alta demanda de limpieza en seco en aquella época.

El agua de Tarragona es muy dura. ¿Cómo afecta al servicio que ofrecen a los clientes?

Se soluciona gracias a un sistema de filtrado y ozonización del agua. No solo conseguimos eliminar la cal del agua, sino que también,

gracias a la ozonización, este agua es desinfectante.

¿Qué tipo de prendas lavan más?

Trabajamos con muchos tipos de prendas: trajes de caballero, vestidos de fiesta, pieles, edredones, chaquetas de plumas, abrigos, prendas de lana, seda, barbours, entre otras.

¿Qué es lo mejor de tener una tintorería?

Poder ofrecer a los clientes un servicio de calidad y ver su satisfacción con los resultados.

Personalmente, me siento muy honrada de poder seguir con el negocio familiar, buscando siempre dar los mejores resultados y adaptarnos a las nuevas necesidades.

¿Y lo peor de tener una tintorería?

Tener un negocio propio tiene muchas ventajas y algunos inconvenientes. Tu mente está siempre puesta en el trabajo, buscando soluciones y mejoras, y nunca desconectas.

¿Han tenido alguna vez alguna desgracia?

¿Nos podrían explicar alguna?

Trabajar con prendas especiales, delicadas y de valor nos obliga a seguir muchos sistemas de supervisión y manejo, desde que las recibimos hasta que las entregamos.

*La tintorería
Dutú es un
legado familiar
de calidad*

*En un negocio
propio la mente
está siempre
puesta en el
trabajo,
buscando
soluciones y
mejoras*

Con un trabajo minucioso conseguimos evitar cualquier incidente, aunque siempre existe el riesgo ya que somos humanos y nuestro trabajo es artesanal.

¿Qué cosa es la más rara que han lavado?

Los Reyes Magos suelen dejarnos sus trajes y capas después de su noche de trabajo. Cuando los tenemos listos, enviamos un paquete al Lejano Oriente para que los tengan perfectos para el año siguiente.

¿Por qué siguen

abiertos si todos tenemos una lavadora?

Porque hay muchas cosas que no se pueden lavar en una lavadora doméstica, ya sea por capacidad (por ejemplo, los edredones de plumas de invierno, alfombras, cortinas) o por técnica. No solo existe el sistema de lavado en agua, y los productos domésticos no siempre son suficientes. El planchado: nuestras planchas y experiencia garantizan un acabado perfecto y porque hay manchas que deben ser tratadas por profesionales

¿Qué relación tienen con el colegio?

Mis dos hijos son alumnos del colegio desde bebés. Ahora están en Year 2. Nos sentimos en casa, ellos están felices y nosotros, los padres, muy tranquilos

THE SPONSORS
OF THE RACE



Xavier Plana, director general MGC

'Som fidels als valors que ens defineixen com a mútua: honestat, compromís i confiança'

Text Martí

—

Què és una mútua?

Una mútua d'assegurances és una entitat asseguradora que es caracteritza per la seva estructura cooperativa i sense ànim de lucre. Aquestes institucions són propietat dels seus assegurats, que són alhora els beneficiaris dels

serveis i beneficis que ofereix la mútua. Es regeix pels principis de solidaritat, col·laboració i ajuda mútua entre els seus membres, cosa que la distingeix d'altres formes d'asseguradores.

Per què serveix una mútua i concretament MGC Mútua?

Som una entitat asseguradora especialitzada en el ram d'assistència sanitària que s'ha distingit per una sèrie de valors que la diferencien totalment de les companyies mercantils,

destinant els beneficis obtinguts a l'ampliació i millora de les cobertures i serveis. A MGC Mútua posem a disposició dels assegurats les millors cobertures de salut, per tal que no se sentin desprotegits en cap moment. Així, any rere any incorporem a les cobertures les noves tècniques, tant diagnòstiques com terapèutiques, que ajuden al tractament menys invasiu de les malalties.

Quins són els valors d'MGC Mútua?

Som fidels als valors que ens defineixen com a mútua: honestat, coherència, il·lusió, esforç, protecció, compromís, transparència, confiança i solvència. Som una institució hereva i alhora capdavantera de l'esperit del mutualisme, tan fermament arrelat a la societat civil catalana, i que nosaltres hem contribuït a consolidar i difondre. La nostra missió és oferir avui i garantir per al futur assegurances personals de qualitat en les millors condicions i en benefici exclusiu del conjunt dels seus socis, únics propietaris de l'entitat.

Per què vau decidir col·laborar amb el cross?

A MGC mútua estem compromesos amb l'esport i amb totes aquelles persones que prioritzen la seva salut i benestar, per aquest motiu no volíem deixar escapar l'oportunitat de recolzar els joves esportistes que participen a la cross.

Quina relació teniu amb l'escola?

Cap. Ens van oferir l'oportunitat de poder participar en la cross ajudant a fer d'aquest dia un dia de festa familiar, de comunitat i amb l'objectiu de potenciar l'esport en els més joves i ho vam tenir clar.

Per què és bo pertànyer a una mútua?

Mitjançant una mútua mèdica pots disposar d'una assegurança de salut, el que aporta nombrosos beneficis a les persones que la contracten i permet gaudir dels serveis necessaris per tenir cura de la salut, sense cues ni llistes d'espera i amb la seguretat que el preu de la prima no es veurà incrementat per l'ús que es faci d'aquests serveis.

Què és el que més us agrada de treballar a una mútua?

Com a entitat asseguradora especialitzada en salut, el nostre ofici és protegir la salut dels socis, que és el que més ens motiva. Desenvolupem una política de prevenció, sostinguda i constant, promocionant un estil de vida saludable. Per això no ens sentim una asseguradora com les altres, sinó una "companya de viatge" dels mutualistes.

Què es necessita per treballar a una mútua?

Moltes ganes i molta actitud positiva i ganes d'ajudar i prestar un bon servei. I, per descomptat, depenent del departament en el que vulguis treballar, necessitaràs una formació específica.

Quants clients teniu?

Actualment som més de 76.000 mutualistes.

Teniu molta competència?

Sí, existeixen moltes companyies asseguradores de salut:

Assistència Sanitària, DKV,

Sanitas, Adeslas, Fiact, Mapfre, Axa, etc. Però no totes són iguals ni ofereixen les mateixes cobertures ni serveis. Has d'estar molt atenta a les prestacions que t'ofereixen cadascuna d'elles per escollir bé.

Jo que tinc 13 anys, també hauria de tenir mútua?

Sempre és bo tenir una mútua, tinguis l'edat que tinguis. Tot i que el sistema públic de la Seguretat Social és dels millors considerats del món, i que sempre rebràs assistència mèdica, sempre hi ha algunes carències que la salut privada pot complementar. Una assegurança de salut et permet accedir a l'assistència sanitària quan la necessites, sense temps d'espera i, en general, amb lliure elecció de metge i rapidesa en les proves diagnòstiques. Segons els estudis, aquests són els factors que les persones valoren més en l'elecció d'una assegurança de salut. Així mateix, la flexibilitat en els horaris i la possibilitat de tenir una segona opinió professional són aspectes que cal tenir en compte.

*Sempre
és bo tenir una
mútua, tinguis
l'edat que
tinguis...*



**Jaime Cabré, consejo delegado
LIASA DELEGADO**

Text Samuel

¿Cómo empezó la idea de fabricar cordones para zapatos, gomas elásticas, cintas, cordones técnicos y soluciones para Packaging, moda o agricultura entre otros?

La Industrial Algodonera (LIASA) tiene sus raíces a finales del siglo XIX, cuando una mujer excepcional llamada Amparo Cogul, bisabuela de los actuales propietarios y tatarabuela de Jaime Cabré, alumno de Year 7, desempeñaba un papel fundamental en los comienzos de la empresa. Amparo no solo se dedicaba a las labores del hogar, sino que también tenía una visión empresarial única. Fue su determinación y habilidades de gestión las que convencieron a su marido y otros socios para transformar lo que comenzó como una actividad doméstica en un negocio industrial próspero. Desde antes del año 1900, la familia ya estaba involucrada en la fabricación de géneros de punto por encargo, como medias, calcetines y corbatas. Estos

'Utilizamos autómatas y tecnología avanzada para fabricar nuestros cordones '

productos, reconocidos por su calidad y artesanía, formaron parte de los cimientos de nuestra empresa desde sus inicios.

¿Por qué quisiste fabricar cordones para zapatos, gomas elásticas, cintas y cordones técnicos?

La adaptación al mercado ha sido una de las máximas de nuestra compañía. Comenzamos fabricando género de punto y más tarde nos adentramos en la producción de hilo de coser y mechas para yesqueros. Con el tiempo, ampliamos nuestra oferta para incluir cordones para zapatos, cordones para la confección, cordones para el packaging y cintas fruncidoras para cortinas. Esta diversificación nos ha permitido seguir siendo relevantes y satisfacer las necesidades cambiantes de nuestros clientes a lo largo de los años.

¿Usan robots u otro tipo de tecnología para fabricar los cordones y productos relacionados?

Sí, en nuestra empresa utilizamos autómatas y tecnología avanzada para fabricar nuestros

cordones y productos relacionados. Estos autómatas nos permiten producir más de 400,000 piezas de cordones diariamente. Además, esta tecnología nos ayuda a mantener altos estándares de calidad y eficiencia en nuestra producción.

¿Cuánto dinero facturan al año?

Nuestra facturación anual asciende a aproximadamente 7 millones de euros y exportamos nuestros productos a los cinco continentes.

¿Cómo surgió el nombre LIASA y por qué lo escogieron?

El nombre LIASA es una combinación de las primeras letras de "La Industrial Algodonera" más las letras "SA", que significan "Sociedad Anónima". Queríamos que fuera fácil de recordar y que también reflejara lo que hacemos.

¿Cuántas personas trabajan en la empresa?

En nuestra gran familia de LIASA, contamos con alrededor de 70 personas que trabajan juntas para hacer que todo funcione como un reloj suizo.

¿Para quién fabrican los cordones y productos? En LIASA, nos encanta fabricar cordones y productos para grandes marcas que todos conocen y aman. Fabricamos cordones para zapatos para marcas famosas como MUNICH, CONVERSE o DR. MARTENS, entre otras. También fabricamos cordones para las asas de bolsas de marcas de lujo como GUCCI, CHANEL, PRADA, entre otras.

¿Qué materiales utilizan en la fabricación de los cordones, gomas elásticas, cintas y cordones técnicos?

En LIASA utilizamos una amplia variedad de materiales para fabricar nuestros productos, incluyendo polipropileno, algodón, poliéster, nylon, entre otros. En la actualidad, estamos enfocados en materiales ecológicos, como materiales reciclados y biodegradables.

¿Prefieren utilizar robots o empleados para la fabricación?

Consideramos que tanto los robots como los empleados son fundamentales para nuestra

operación de fabricación. Si bien las tecnologías, como los robots, son un valioso añadido que mejora la eficiencia y ahorra tiempo en nuestros procesos de producción, reconocemos que el valor de un especialista humano es irremplazable.

¿Fabrican otros productos además de los cordones, gomas elásticas, cintas y cordones técnicos?

Sí, ofrecemos una amplia variedad de productos además de nuestros cordones y gomas elásticas. También ofrecemos servicios de personalización, como la creación de cintas personalizadas con el logo y/o diseño que el cliente desee, así como llaveros elásticos.

¿Utilizan materiales reciclados en la fabricación?

Sí, nos enorgullece afirmar que utilizamos materiales reciclados en nuestra fabricación, como poliéster 100% reciclado procedente de botellas de plástico recicladas, algodón reciclado y otros materiales ecológicos.

¿Qué relación tenéis con el colegio?

Jaime Cabré Vallvé, de Year 7, es hijo de Jaime Cabré Serrano, actual Director General de las dos empresas familiares textiles de la familia, LA INDUSTRIAL ALGODONERA, S.A. (LIASA) y CINTAS Y PASAMANERIA, S.A. (CINPASA).

¿Qué más os gustaría fabricar?

Estamos emocionados con el proyecto en el que ya estamos inmersos: nuestra incursión en Amazon y la creación de nuestra marca CORD-ON, nuestra tienda online. Esto representa una expansión significativa en nuestra oferta de productos y canal de distribución.

¿Han fabricado cordones u otros productos para alguna persona famosa?

Sí, nuestros productos son utilizados por muchas personas famosas y también hemos recibido premios de personas famosas. Por ejemplo, recibimos en la V edición de los Premios Nacionales de la Industrial de la Moda, de la mano de su majestad, la Reina de España, doña Leticia, a la mejor empresa de la industria cabecera del sector de la moda.

*La adaptación
del mercado ha
sido una de
nuestras
máximas*

LA FAMILY NETWORKING BSCD YA SUMA MÁS DE 30 EMPRESAS

ADN Salud Mental Es un espacio dedicado al cuidado de la Salud Mental...	bclever reality bclever reality es la primera agencia de optimización in...	Psicología Benavent En Benavent trabajem en 3 àrees: - Benavet addicció...	Casa Nostrum Soy Carlos González, CEO de Casa Nostrum property ...
 Altadill Gestió de residus metàl·lics i demolicions industrials	 Scrap Point Gestió de residus metàl·lics i residus elèctrics i electrò...	 Cal Sisquet Restaurant mediterrani i Geladeria d'autor.	 AVANLID. Consultoria Holística Acompañamos a fortalecer tu bienestar, para potencia...
 INESPERATA Es una empresa de Visitas guiadas, en la que nos hem...	 Vahusari Servicio de asesoramiento jurídico general para partic...	 Marc Torrellas Soy agente representante de de Banco Mediolanum c...	 AG Family Office EAFI AG Family Office EAFI, somos la única alternativa en T...
 GANANTIA Management Comercial Ayudamos a empresarios y directivos a maximizar el r...	 Dvers Con una reconocida experiencia en el sector del aisl...	 LINEALTEC SL Automatización de todo tipo de ventanas y balconeras...	 MIRSA interiorisme & mobiliari Des de 1960, mobiliari contemporani, cuines i project...

La Family Networking ya suma 38 empresas. Todas ellas forman parte de esta enriquecedora experiencia, y este número sigue creciendo constantemente, lo cual refleja la vitalidad y fuerza de nuestra comunidad. Queremos dar una cálida bienvenida a las nuevas empresas que se unirán a nuestra comunidad en las próximas semanas. Con sus valores, creatividad y experiencias únicas, estamos seguros de que aportarán una dimensión especial a nuestra comunidad. Estamos ansiosos por ver cómo esta comunidad empresarial continúa floreciendo y contribuyendo a nuestro éxito colectivo. Agradecemos su participación activa y esperamos con ilusión los futuros éxitos que compartiremos juntos.

El número de empresas de la Family Networking BSCD sigue creciendo

Què inclou aquest espai?

1

Visibilitat Exclusiva: La teva empresa tindrà una presència destacada en el nostre portal, permetent-te arribar als membres de la nostra comunitat escolar.

2

Xarxa de Negocis: Connecta amb altres empreses de la comunitat i descobreix oportunitats de col·laboració, creant una xarxa empresarial única.

3

Promoció Mutua: Donem suport a la creixent comunitat d'empreses de pares, amb promocions especials i suport mutu per aconseguir l'èxit conjunt

4

Descomptes exclusius: Formar part de la comunitat té premi, algunes de les empreses ofereixen descomptes exclusius per a vosaltres.

Com us hi podeu unir?

És fàcil! Simplement posa't en contacte amb nosaltres a networking@bscd.cat
Estarem encantats de guiar-te a través del procés d'afiliació i respondre tots els dubtes!

Com hi accedim?

Entra a www.bscd.cat/business
amb l'usuari i la contrasenya de l'app

Voleu que l'equip del newspaper us faci una entrevista i la publiquem en les pròximes edicions?

Envia'ns un mail a newspaper@bscd.cat
Farem un sorteig i seleccionarem 3 empreses

LAS FAMILIAS DE LA BSCD COMPARTIMOS RISAS Y CALÇOTS



Durante la calçotada las familias nos conocimos un poco más y fortalecimos nuestra comunidad



BSCD organizó una calçotada en Mas de la Gorra, una encantadora casa rural en la que se celebran eventos, propiedad de una de las familias del colegio. Mas de la Gorra está ubicada en un espacio espectacular, rodeada de naturaleza y muy cerca de Tarragona. Fue un día lleno de risas, buena gastronomía y momentos inolvidables para toda las familias.

Disfrutamos de la oportunidad de reunirnos al aire libre compartiendo anécdotas y experiencias mientras comíamos calçots alrededor de una gran mesa. Después de los calçots, la carne y la guinda llego con un buffet libre de postres. Las familias mostraron una vez más sus habilidades culinarias con creaciones deliciosas, desde tartas hasta magdalenas.

Los niños se divertieron, jugando y corriendo por los amplios espacios verdes que rodeaban la casa rural.

Además de la comida y la diversión al aire libre, la calçotada fue una oportunidad perfecta para fortalecer nuestra comunidad escolar.

¡Nos vemos en la próxima!





TIME LINE

7/01

Wellcome

18/01

The World's a
Stage House Event

26/01

Chinese New Year

8/02

Secondary Cosmo
Caixa Trip

9/02

Carnaval

10/02

Lego League

22/02

The Flag Challenge
House Event

22/02

MACBETH Play
Teatre Lliure

23/02

Book Fair

26/02

IGCSE
Showroom for
students and families

8/03

Y3-Y4 Trip to
Science Museum
BCN

11-15/03

Science week

16/03

Calçotada

24/03

Holidays



THE BRITISH SCHOOL of Costa Daurada

Educació

Los ejes principales del aprendizaje del proyecto educativo de la escuela son el refuerzo positivo, la atención personalizada al ritmo de cada alumno y los espacios abiertos para el desarrollo e integración

The British School of Costa Daurada, un modelo educativo en evolución



La escuela británica de nuestro territorio integra al contenido tanto cultural como social de todos sus alumnos. FOTO: JORDI JUAN

The British School of Costa Daurada (BSCD) es la escuela británica de nuestro territorio que integra de forma equilibrada el contenido cultural y social de todos sus alumnos. En la escuela, el contenido cultural y social de todos sus alumnos se integra de forma equilibrada en el currículo, el contenido académico y el contenido deportivo.

En la escuela británica el aprendizaje se basa en su desarrollo integral

El proyecto educativo tiene como eje principal el desarrollo integral de cada alumno. El proyecto educativo tiene como eje principal el desarrollo integral de cada alumno. El proyecto educativo tiene como eje principal el desarrollo integral de cada alumno.

El proyecto lingüístico

Conscientes de que la enseñanza y el aprendizaje se basan en la comunicación, el proyecto lingüístico de la escuela tiene como eje principal el desarrollo integral de cada alumno. El proyecto lingüístico tiene como eje principal el desarrollo integral de cada alumno.

Forest School

El proyecto Forest School tiene como eje principal el desarrollo integral de cada alumno. El proyecto Forest School tiene como eje principal el desarrollo integral de cada alumno. El proyecto Forest School tiene como eje principal el desarrollo integral de cada alumno.

El proyecto de bienestar

El proyecto de bienestar tiene como eje principal el desarrollo integral de cada alumno. El proyecto de bienestar tiene como eje principal el desarrollo integral de cada alumno. El proyecto de bienestar tiene como eje principal el desarrollo integral de cada alumno.

A destacar

Valoración de la auditoría de la NABSS

Un equipo de expertos en auditoría de la NABSS ha visitado la escuela para evaluar su calidad educativa y su compromiso con el desarrollo integral de los alumnos. El equipo de expertos ha valorado positivamente el modelo educativo de la escuela y su compromiso con el desarrollo integral de los alumnos.

Objetivo de los recursos de aprendizaje

El objetivo de los recursos de aprendizaje es proporcionar a los alumnos un aprendizaje integral que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas. El objetivo de los recursos de aprendizaje es proporcionar a los alumnos un aprendizaje integral que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas.

La escuela abraza el futuro con su nueva aula STEAM



El aula STEAM tiene herramientas de última generación. FOTO: JORDI JUAN

La innovación en el aula STEAM

La innovación en el aula STEAM se basa en el uso de herramientas de última generación para proporcionar a los alumnos un aprendizaje integral que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas. La innovación en el aula STEAM se basa en el uso de herramientas de última generación para proporcionar a los alumnos un aprendizaje integral que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas.

El aula STEAM abre el futuro

El aula STEAM abre el futuro proporcionando a los alumnos un aprendizaje integral que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas. El aula STEAM abre el futuro proporcionando a los alumnos un aprendizaje integral que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas.

El aula STEAM abre el futuro

El aula STEAM abre el futuro proporcionando a los alumnos un aprendizaje integral que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas. El aula STEAM abre el futuro proporcionando a los alumnos un aprendizaje integral que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas.

El aula STEAM abre el futuro

El aula STEAM abre el futuro proporcionando a los alumnos un aprendizaje integral que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas. El aula STEAM abre el futuro proporcionando a los alumnos un aprendizaje integral que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas.

El aula STEAM abre el futuro

El aula STEAM abre el futuro proporcionando a los alumnos un aprendizaje integral que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas. El aula STEAM abre el futuro proporcionando a los alumnos un aprendizaje integral que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas.

El aula STEAM abre el futuro

El aula STEAM abre el futuro proporcionando a los alumnos un aprendizaje integral que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas. El aula STEAM abre el futuro proporcionando a los alumnos un aprendizaje integral que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas.

El aula STEAM abre el futuro

El aula STEAM abre el futuro proporcionando a los alumnos un aprendizaje integral que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas. El aula STEAM abre el futuro proporcionando a los alumnos un aprendizaje integral que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas.

El aula STEAM abre el futuro

El aula STEAM abre el futuro proporcionando a los alumnos un aprendizaje integral que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas. El aula STEAM abre el futuro proporcionando a los alumnos un aprendizaje integral que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas.

The House of Values, las casas de Harry Potter en la escuela



Complejos y competiciones, clases del House of Values. FOTO: JORDI JUAN

El House of Values

El House of Values es un espacio donde los alumnos pueden desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas. El House of Values es un espacio donde los alumnos pueden desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas.

El House of Values

El House of Values es un espacio donde los alumnos pueden desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas. El House of Values es un espacio donde los alumnos pueden desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas.

El House of Values

El House of Values es un espacio donde los alumnos pueden desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas. El House of Values es un espacio donde los alumnos pueden desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas.

El House of Values

El House of Values es un espacio donde los alumnos pueden desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas. El House of Values es un espacio donde los alumnos pueden desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas.

Wellbeing Department: Por el bienestar de los estudiantes



El bienestar emocional es básico a nivel académico. FOTO: JORDI JUAN

El Wellbeing Department

El Wellbeing Department tiene como objetivo proporcionar a los alumnos un apoyo emocional y psicológico que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas. El Wellbeing Department tiene como objetivo proporcionar a los alumnos un apoyo emocional y psicológico que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas.

El Wellbeing Department

El Wellbeing Department tiene como objetivo proporcionar a los alumnos un apoyo emocional y psicológico que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas. El Wellbeing Department tiene como objetivo proporcionar a los alumnos un apoyo emocional y psicológico que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas.

El Wellbeing Department

El Wellbeing Department tiene como objetivo proporcionar a los alumnos un apoyo emocional y psicológico que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas. El Wellbeing Department tiene como objetivo proporcionar a los alumnos un apoyo emocional y psicológico que les permita desarrollar sus habilidades académicas, sociales y deportivas.

