



PERFIL

96

Construyendo un futuro mejor...

12 PRODUCCIÓ
ECONOM
RESPONSABLES



9 INDÚSTRIA
INNOVACIÓ
INFRAESTRUCTURA

10 REDUCCIÓ DE LES
DIFERÈNCIES



6

10. OBJETIU 10: REDUCCIÓ DE LES DIFERÈNCIES

11. OBJETIU 11: CIUTATS I COMUNITATS SOSTENIBLES

12. OBJETIU 12: PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLES

5 IGUALTAT DE GÈNERE



11 CIUTATS I COMUNITATS SOSTENIBLES



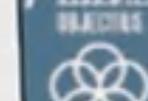
15 VIDA SUBMARINA



13 ACCIÓ PEL CLIMA



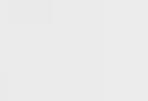
7 ENERGIA NETA



1 FEMELLES I HOMENES EN IGUALTAT



4 VIDA SOSTENIBLE



INSTITUTO NACIONAL DE ENSEÑANZA MEDIA
ALFONSO VIII



PERFIL somos...

Edición:

IES Alfonso VIII

Coordinación:

Mercedes Rubio Mendoza

Equipo de producción, corrección y fotografía:

Gonzalo Abad Poves
Ángela Adrover Escudero
Anna Arion
María Aura Arpad
Abdarrahmane Bendahmane Kouba
Sofía Canales Tomás
Rodrigo Cañas González
Alejandro Ciungalan
Aitor Colmena Gómez
Javier Orlando Colombo Burgos
Sergio Coronado Morales
María Amparo Cuesta Garrido
Santos Culebras Sánchez
Alba Da Guía Vera
Ayat El Ouahabi Acharki
Alicia María Jula
Nuria Martínez Valero
Guillermo Molina Forriol
Johana Montero Casco
Gisela Moya San Andrés
Marcos Recuenco Pérez
Emma Rodrigo Martínez
Paula Ruiz Ruiz
Gabriel Saiz Barrios
Alejandro Templado Malo

Colaboradores:

Ángel Luis Navarro Llorente
(Dirección)
María Teresa Segovia Vargas
(Departamento de Geografía e Historia)
Carlos Toboso Marzal
(Departamento de Geografía e Historia)
Lorena Martínez Caballero
(Departamento de Inglés)
Ana García García
(Departamento de Lengua y Literatura)
Cristina Torres Gómez
(Departamento de Lengua y Literatura)
Cristina Bordallo Jaén
(Departamento de Lengua y Literatura)
María José Martínez Fuente
(Departamento de Lengua y Literatura)
María Jesús de Dios de Dios
(Departamento de Cultura Clásica)
Recuerdo Moreno Aranda
(Departamento de Comercio y Marketing)
Carmen Perna Castelblanque
(Departamento de Comercio y Marketing)
M^o Purificación Bartolomé Garrido
(Coordinación de Programa EPAS)
Nuria Moreno Cavero
(Coordinación Erasmus +)
Esperanza Candel Pardo
(Coordinación Erasmus + FP)
Lucía Sánchez Nadal
(Coordinación Proyecto de Innovación)
Gabriel Moreno Ramírez
(Coordinación UNESCO)
Alumnado de ESO y Bachillerato

Diseño y maquetación:

Mercedes Rubio Mendoza
Emma Rodrigo Martínez

Diseño de portada:

Emma Rodrigo Martínez

La revista PERFIL y el IES Alfonso VIII no se hacen responsables de las opiniones vertidas en esta publicación. La responsabilidad de las mismas corresponde únicamente a los autores y no tiene por qué coincidir con la opinión del centro ni de esta publicación.



ÍNDICE	PÁGINA
Editorial	2
Ángel Luis Navarro Llorente saluda	3
ODS 1: Fin de la pobreza	4
ODS 2: Hambre cero	9
ODS 3: Salud y bienestar	11
ODS 4: Educación de calidad	28
ODS 5: Igualdad de género	57
ODS 6: Agua limpia y saneamiento	66
ODS 7: Energía asequible y no contaminante	70
ODS 8: Trabajo decente y crecimiento económico	74
ODS 9: Industria, innovación e infraestructura	76
ODS 10: Reducción de las desigualdades	87
ODS 11: Ciudades y comunidades sostenibles	94
ODS 12: Producción y consumo responsables	96
ODS 13: Acción por el clima	100
ODS 14: Vida submarina	104
ODS 15: Vida de ecosistemas terrestres	111
ODS 16: Paz, justicia e instituciones sólidas.	119
ODS 17: Alianzas para lograr los objetivos	123
Creaciones alfonsíes	144

EDITORIAL

Sostenibles

De repente, como había pasado antes con otros “divinos palabros”, aparecieron los ODS entre el profesorado.

En mi caso fue al incorporarme a este centro, uno de los primeros días, en una de las reuniones de presentación de los distintos proyectos del IES.

Al parecer, todo el mundo sabía de qué se hablaba y yo no solo era nueva aquí, sino que sentí que venía de otra década o de otro planeta en el que el meteorito *Losodese* no había impactado todavía. Ahora sé que los dinosaurios de todos los centros escolares han desaparecido y que estas siglas y los diecisiete cuadraditos, cada cual de su color, conviven entre nosotros y adornan, como un alegre arcoíris, paredes de aulas y tabloneros de anuncios.



Los ODS han pasado de ser unos completos desconocidos a estar hasta en la sopa. Es cierto que puede sonar a cuando no quieres pedir en tu carta a los Reyes Magos solo regalos para ti y acabas tu texto con un “que no haya hambre en el mundo”, “que todos los países vivan en paz”, pero algo, por pequeño que sea, podremos hacer por nuestro planeta.

No sabemos qué pasará con ellos, cómo evolucionará esa Agenda 2030 o qué compromisos con la humanidad habremos cumplido para esa fecha, pero es hora de reflexionar y de poner en práctica, el "*Parva propria, magna. Magna aliena, parva*" (Lo pequeño, siendo propio, es grande / Lo grande, siendo ajeno, es pequeño). Este mantra, que hemos leído en libros como *Tuerto, maldito y enamorado* y nos lleva al dintel de la puerta de la casa de Lope de Vega, nos recuerda que por muy pequeños que nos sintamos en la inmensidad del universo, por muy insignificantes que nos creamos en la grandiosidad de este mundo enfermo en que habitamos, podemos y debemos colaborar en la sostenibilidad de la tierra que pisan nuestros pies.

He aquí nuestra pequeña colaboración al desarrollo sostenible.

-¿Otra vez los ODS?

-Sí, amigas y amigos, soplemos la cuchara y tomémonos la sopa.

ÁNGEL LUIS NAVARRO LLORENTE

Saluda

El curso 2023-24 finaliza para dar paso a las ansiadas vacaciones de verano. Otro curso más lleno de actividades que hacen que el IES Alfonso VIII sea más que un lugar donde se impartan las clases.

Hemos realizado actividades conmemorativas del Día de la Constitución española, Día Escolar de la No Violencia y de la Paz, Día internacional de la Mujer, Día internacional del Libro, Día de Europa, como marca la normativa que este año nos señalaba la Consejería por medio de una Resolución, aunque en este centro siempre lo hemos celebrado.

El departamento de Comercio y Marketing, como ya es costumbre, nos ha sorprendido con la decoración de pasillos, aulas y puertas, con sus originales creaciones para celebrar Navidad, Día de los Enamorados, Halloween, actividades como mercadillos solidarios, venta de libros de segunda mano, Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, entre otros. Asimismo, celebramos las primeras jornadas COMyMARK EMPRENDE durante una semana llena de interesantes actividades como el concurso de escaparatismo, en el que participaron centros de la provincia, y ponencias del mundo empresarial.

Es indudable que nuestro centro tiene ya una larga trayectoria en el mundo Erasmus: contamos con la acreditación en Educación Escolar y en Formación Profesional, y además tenemos la carta ECHE. Gracias a ello, hemos realizado un gran número de actividades: profesorado que visita centros europeos para preparar futuras movilidades, alumnado que visita centros europeos o realiza prácticas en empresas... Toda una experiencia para abrir puertas, expandir fronteras y enriquecerse culturalmente.

Como viene ocurriendo estos últimos años, hemos acogido a alumnado para realizar largas estancias: Adrian, de la República Checa, y Letizia y Lorenzo, de Italia, que se incorporaron a nuestras aulas de 1º de Bachillerato. Además, hemos colaborado con un centro de Alençon (Francia) para supervisar la formación de dos de sus alumnos en centros de trabajo conquenses.

También algunos de nuestros alumnos han realizado largas estancias en países europeos: Andrea, en Francia; Sergio y Carolina, en Italia, y Alba, en República Checa. Otros alumnos y alumnas de nuestro centro han realizado sus prácticas formativas en empresas europeas, como Sara e Ignacio, en Portugal; Raúl y Alejandro, en Italia, y Soraya y Borja en Francia.

Este curso también se ha realizado la actividad de inmersión lingüística en lengua inglesa, en Santa Gadea del Cid (Burgos), organizada por el departamento de Inglés, con alumnado de 2º de ESO. Y las dos actividades de final de curso, el viaje a Pirineos de 4º de ESO y el viaje a Italia de 1º de Bachillerato.



Por supuesto hay que remarcar los premios logrados por el alumnado: en la Olimpiada de Geografía, nuestro alumno de 2º de bachillerato, Tirso Cortijo Melero, consiguió el primer puesto en su fase regional y, además, en la fase nacional celebrada en Sevilla, consiguió el octavo puesto. En la Olimpiada de Ingeniería en la Edificación de la UCLM, un grupo de la materia de Dibujo Técnico II consiguió un tercer puesto. Y un grupo de alumnos de 2º GM de Actividades Comerciales obtuvo el primer premio en el Hackathon de Empleabilidad Winz.

Todo esto es consecuencia del trabajo realizado por el profesorado del IES Alfonso VIII, que hace posible que el alumnado consiga llevar a cabo nuevos retos y hacer frente a situaciones innovadoras, desde todas las aulas y desde todas las materias. Estamos inmersos en un programa de innovación formativa desde el que potenciamos la creatividad del alumnado y su interés por la investigación; poniendo en contacto al alumnado con profesorado que les tutoriza en su línea de trabajo; intentando motivar desde todos los ámbitos; descubriendo nuevos intereses y fomentando el respeto hacia los demás, independientemente de su ideología o condición; y potenciando recreos activos en los que todo el alumnado encuentre alguna actividad interesante para ocupar su tiempo de ocio.

Gracias a todo el profesorado que lidera los distintos programas que llevamos en el centro y a todo el profesorado que colabora y participa. Asimismo, hago extensivo este agradecimiento, por su apoyo continuo, a toda la comunidad educativa, madres y padres, AMPA y personal trabajador del centro.

Y, por último, muchas gracias a la profesora Mercedes Rubio, por sacar de nuevo a la luz la revista *PERFIL* a pesar de las dificultades que encuentra en el camino.

ODS 1: FIN DE LA POBREZA

1 FIN
DE LA POBREZA



EL DESPERDICIO DE LA COMIDA



Anna Arion

¿QUÉ ES EL DESPERDICIO ALIMENTARIO?

Antes de empezar vendría bien saber a qué nos referimos, esto es, a cualquier tipo de alimento perdido durante el proceso de suministro entre el productor y consumidor, hasta el punto en el que este se lo come.

¿CUÁLES SON LAS CAUSAS?

Hay 7 causas que podemos distinguir:

1. Problemas con la cosecha.
El mal uso de los fertilizantes y aparición de plagas hace que menos alimentos lleguen al mercado.
2. Falta de infraestructuras.
Son, por ejemplo, precios que no se ajustan a los productos demandados para el consumo, y a consecuencia de esto nadie los compra y se echan a perder.
3. Falta de gestión en productos frescos.
Muchos productos son descartados antes de su fecha de caducidad, por el simple hecho de no cumplir estándares estéticos como forma, color o tamaño. También es habitual que se retire por culpa del transporte o envasado sin siquiera comprobar su estado.

4. Preparar cantidades de comida excesiva.
Es la más conocida, y tanto en casa como restaurantes y negocios preparan comida que después no se lo terminan y al final termina en la basura. Hay algunas personas que lo sobrante lo guardan en un tupper y en la nevera para comerlo al día siguiente,; hay otras que directamente la tiran, sobre todo los restaurantes.

5. Diferencia geográfica.
Cuando hay grandes distancias, la vida de alimentos disminuye desde su punto de partida hasta su punto final y, la probabilidad de que lleguen en buen estado es muy baja.

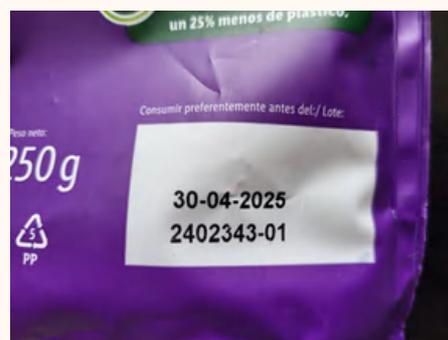
6. Desinformación y sensibilización.
La población no sabe cuáles son las consecuencias de eso, por lo que siguen tirando.

7. Desinterés político.
Los gobiernos no se encargan lo suficiente de fomentar el buen cuidado y consumos alimenticios.

¿Y SUS CONSECUENCIAS?

Se distinguen en 2 problemas:

1. Medioambientales.
Encontramos que la pérdida de comida es el volumen de agua perdida para su producción (unos 8.060 m³/s cada año). Por esto aumenta también el efecto invernadero.
2. Económicos.
También hay una pérdida de dinero, unos 750.000 millones de dólares al año. Otro problemas son los gastos de gestión global producidos por residuos hospitalarios, que, según se calcula, se pierde unos 2€/kg sin contar los costes de los empleados (contando con esto se pierde unos 10.000€ mensuales).



EL DESPERDICIO DE LA COMIDA



¿CÓMO PODRÍAMOS EVITAR ESTO?

Siendo más conscientes de la situación, se podría hacer algo para disminuir el desperdicio de la comida como:

- Conservar bien los alimentos: guardarlos en la nevera o congelador, envolverlos como, por ejemplo, el pan, etc.

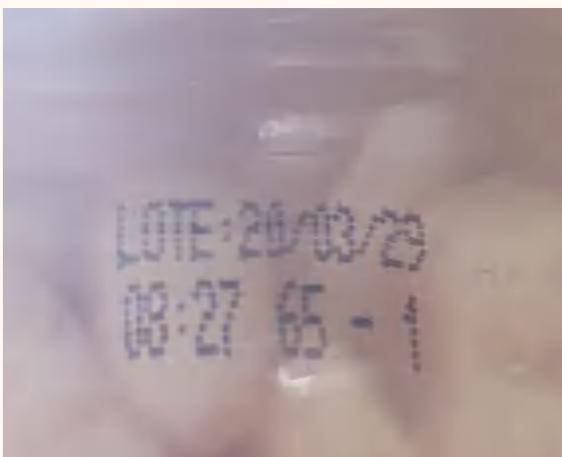


- Comprar solo lo que necesita.
- Elegir frutas y hortalizas feas: que no sean visualmente atractivas no quiere decir que sepan peor.

- Diferenciar entre fecha de caducidad y fecha de consumo preferente: la diferencia es que en el primer caso hay que consumirlo antes de la fecha consignada y consumo preferente se refiere a que en esas fechas pierde algunas propiedades pero es apto de consumir.



haycosasmuynuestras.com



MERCADILLO SOLIDARIO DE LIBROS



Recuerdo Moreno

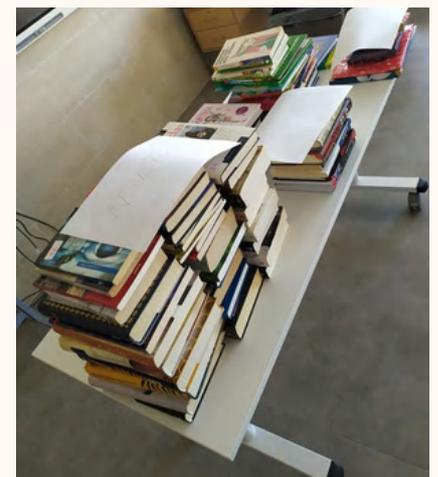
Del 23 al 25 de abril celebramos el Día del Libro en el instituto con una iniciativa de los departamentos de Comercio y Marketing y de Lengua Castellana y Literatura: la organización de un mercadillo solidario de libros.

Esta actividad supuso una práctica muy valiosa para el alumnado del Ciclo Formativo de Grado Medio de Actividades Comerciales, ya que pudieron aplicar, de un modo real, los saberes aprendidos en clase sobre el proceso de venta de cualquier producto.



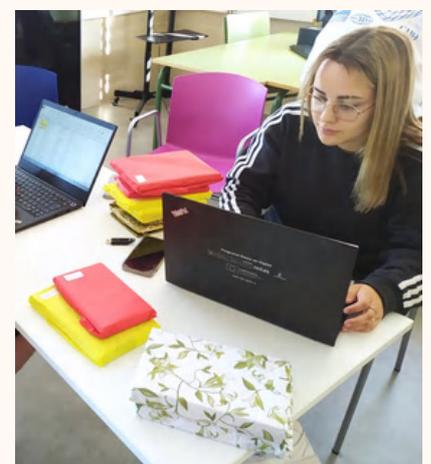
RECOGIDA DE LIBROS

Durante el mes de abril departamento de Lengua Castellana y Literatura lanzó la propuesta a toda la comunidad educativa de que donasen al instituto algunos libros que tuviesen en casa.



CLASIFICACIÓN E INVENTARIO

Una vez en el instituto, el alumnado del Ciclo Formativo de Grado Medio de Actividades Comerciales clasificó los libros en distintos grupos, atendiendo a los géneros literarios y a la recomendación por edades. Además, incluyeron un apartado de libros sorpresa. En este caso, envolvieron cuidadosamente los ejemplares para que el cliente comprase un libro sin saber su contenido. Fue una iniciativa muy curiosa, pues este tipo de libros se agotó rápidamente y hubo que envolver otros muchos.



PREPARACIÓN DEL STAND

Poniendo en práctica sus conocimientos en escaparatismo, el stand fue preparado cuidadosamente, desde el cartel hasta cada rincón del punto de venta (estantería de recomendaciones, mesa de exposición, punto de envoltorio de los libros para regalo...)



MERCADILLO SOLIDARIO DE LIBROS



Recuerdo Moreno

El stand incluía también un espacio de venta de marcapáginas que habían sido elaborados de manera voluntaria y altruista por algunos alumnos del centro.

VENTA DE LOS PRODUCTOS

Los tres días que duró este mercadillo solidario fueron todo un éxito. Los libros expuestos cada día se iban adquiriendo y hubo que reponer el stock en varias ocasiones.

Se vendieron más de trescientos libros, lo cual superó ampliamente las expectativas de todos los participantes en este proyecto.

RECAUDACIÓN

El dinero obtenido de la venta de los libros fue donado a Cáritas Diocesana de Cuenca, cuyo presidente, Pedro Bordallo, nos visitó a final de curso para recoger la donación y para explicarnos la fantástica labor que hacen en nuestra ciudad, sobre todo con las personas en riesgo de exclusión o sin hogar. Nos transmitió un mensaje muy valioso: desde nuestra situación privilegiada, no juzguemos a quienes veamos viviendo en la calle, porque no conocemos su pasado.

Recordad además que un libro es la mayor herramienta de oportunidades, pues nos acompaña, nos consuela, nos iguala... nos hace libres.

Si has leído un libro y te ha gustado, dale una nueva vida compartiéndolo. ¡El próximo curso repetiremos la experiencia!



ODS 2: HAMBRE CERO

2 HAMBRE
CERO



CHARLAS EDUCATIVAS IMPULSAN LA META "HAMBRE CERO"



Ayat El Ouahabi Acharki

El hambre cero es una pieza clave de la construcción de un futuro mejor para todos. Esto significa que nadie en el mundo debería pasar hambre. A pesar de vivir en un mundo con mucha comida y tecnología, hay muchas personas que no tiene para comer y esto es algo que deberíamos cambiar.

Nuestro instituto organiza charlas sobre el Hambre Cero. Organizaciones como Cáritas y Cruz Roja nos explican cómo podemos ayudar a las personas que no tienen suficiente recursos, nos dicen que podemos donar alimentos, dinero o tiempo. Estas charlas nos ayudan a pensar en que somos muy afortunados por tener comida suficiente, además nos motivan a que seamos más comprensivos y que, con pequeños gestos, podemos hacer una diferencia en la vida de las personas que lo pasan mal por la falta de alimentos.

Por otra parte, estas charlas nos hacen ver que todos queremos que nuestras familias tengan suficientes alimentos para comer y que estos sean de buena calidad. Así que un mundo con hambre cero puede influir positivamente en nuestra salud, en la economía, la educación, la igualdad y el desarrollo social.



En resumen, las charlas que nos proporciona nuestro instituto sobre el hambre cero son muy importantes, ya que nos enseñan a ser más comprensivos, analizan el problema del hambre e incluso nos muestran cómo podemos contribuir para hacer un lugar mejor donde todo el mundo tenga suficiente comida.



ODS 3: SALUD Y BIENESTAR



SEMANA EUROPEA DEL DEPORTE



Lucía Sánchez Nadal

Del 23 al 30 de septiembre se celebra la Semana Europea del Deporte, que es una iniciativa de la Comisión Europea para promover hábitos saludables. Desde nuestro centro nos hemos sumado, realizando una semana de recreos diferentes. Se han creado rincones de diferentes actividades que han sido todo un éxito.

Las actividades realizadas han sido: PING PONG, MALABARES, BAILE, VOLEIBOL, DATCHBALL Y BALONCESTO.

Esperamos que alguna de estas actividades hayan llegado para quedarse, ya que el alumnado se ha mostrado muy participativo y colaborador y creemos que impulsan un forma sana y saludable de relacionarse en los momentos de ocio.



EL ALZHÉIMER, LA PEOR DE LAS ENFERMEDADES



Gonzalo Abad Poves

El alzhéimer es una de las peores enfermedades que existen.

En primer lugar, porque produce una pérdida de memoria en el cerebro y deteriora tanto las neuronas que impide a las personas recordar su pasado y les hace olvidar sus conocimientos adquiridos, e incluso la realización de las actividades más básicas, como vestirse, asearse, o alimentarse. Por eso, las personas que la sufren necesitan de alguien que les cuide.

Pero esta enfermedad no solo afecta a quien la sufre, sino también a toda su familia, pues es bastante doloroso ver el estado y el comportamiento de quien la padece.



Fuente : Shutterstock.com

Mi abuela Juana tiene alzhéimer y a mí me duele mucho verla así, pues le tengo que recordar que vaya al baño y la tengo que llevar de la mano; casi siempre responde con monosílabos; no recuerda lo buena modista que fue (ahora ni siquiera sabe coser); no sabe que soy su nieto, aunque se alegra cuando me ve; tampoco sabe que tiene tres hijas y, lo que es peor, no sabe que convive con mi abuelo, lo cual es tremendo para él, porque es otra persona mayor al que afectan mucho este tipo de cosas.



Sin embargo, me gusta estar con ella porque creo que de esta forma le estoy devolviendo lo que ella hizo por mí hace años: ahora la cuido como cuando ella me cuidó de pequeño; paseo con ella, como hizo conmigo; le doy de comer como ella me dio a mí; también me ponía el pijama, y ahora lo hago yo con ella; me entretenía con juguetes, y yo ahora la distraigo con fotos y con música... La verdad es que es duro, pero con ello también disfruto, porque me parecen momentos muy tiernos que estoy seguro de que nunca olvidaré.

Finalmente, creo también que estamos ante una de las peores enfermedades que hay porque no tiene cura. Y no tiene cura porque, pese a ser una enfermedad muy común entre las personas mayores, no se le dedica el tiempo y dinero suficiente para estudiarla y combatirla. Y esto es muy doloroso porque quien desarrolla esta enfermedad sabe que la tendrá para siempre.

Por eso me gustaría que los gobiernos y las autoridades se dieran cuenta de que esta enfermedad amenaza a todo el mundo (seguro que tienen familiares que la sufren), por lo que deberían darle más importancia y tomársela más en serio, dedicando mayores esfuerzos para su investigación y lucha. Creo que no es demasiado pedir y de esta forma se evitaría mucho dolor en las familias.



HÁBITOS SALUDABLES DE ESTUDIO



Paula Muñoz

La importancia de los hábitos saludables en los jóvenes para obtener un mayor rendimiento en los estudios.

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) fueron establecidos por la Asamblea General de las Naciones Unidas (AG-ONU) en 2015, pretendiendo alcanzarlos en 2030.

Se trata de 17 objetivos interconectados con el fin de conseguir un mejor futuro para todos. Reflexionaremos sobre el Objetivo 3: Salud y bienestar, y, concretamente, sobre los hábitos saludables en los estudiantes.

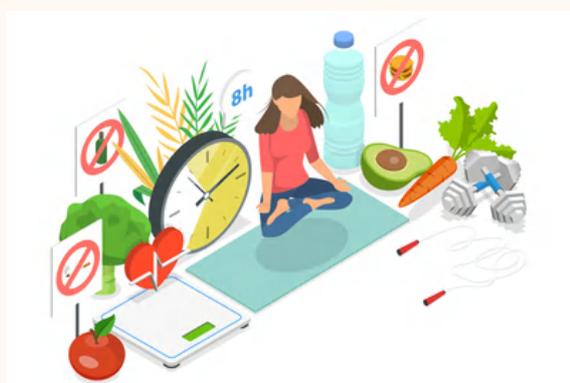
ESTUDIAR CON BUENOS HÁBITOS

Es fundamental a la hora de estudiar marcarse una meta y hacer una buena planificación.

Tener una rutina de estudio diario, a poder ser en un mismo horario y en el mismo lugar, con un ambiente de estudio adecuado y sin interrupciones.

Es importante hacer descansos y evitar los atracones, con el fin de despejar la mente. Es conveniente dormir adecuadamente, hacer una dieta sana y equilibrada y realizar ejercicio para mantener la energía y la concentración necesarias para el aprendizaje.

El estudiante debe conocer sus aptitudes y las herramientas que necesita para tener éxito.



Fuente: residencias-estudiantes.com

CONCLUSIÓN

Conseguir unos buenos hábitos saludables en el estudio es esencial para lograr el éxito académico y preservar el bienestar general del estudiante.

Con una buena planificación y un enfoque consciente, puede aprovecharse al máximo la experiencia académica mientras cuidas de tu salud física y mental.

Tu futuro te lo agradecerá

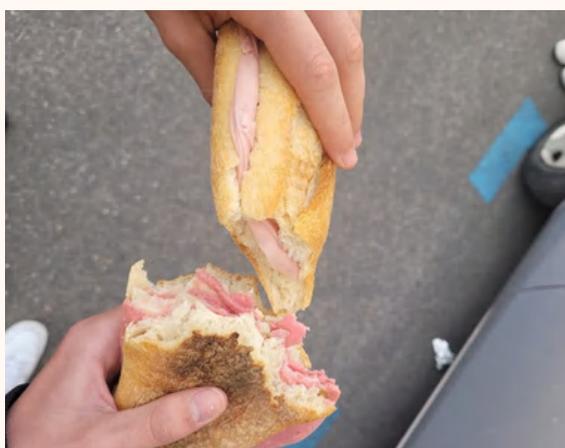


LA ALIMENTACIÓN EN LOS RECREOS



Álvaro Asensio

Estas últimas semanas me he estado informando sobre la alimentación que estaban teniendo mis compañeros de clase. Me he fijado en la comida que traían de almuerzo y no he visto una gran variedad de comida, pero sí es verdad que no todos traían lo mismo. Y he creído interesante compartir esta información, para que vosotros la veáis y os deis cuenta del tipo de alimento que se consume en nuestro centro.



El tipo de alimento más común de ver es el bocadillo con algún tipo de fiambre.

El segundo alimento más común es la bollería industrial.



Y el alimento menos visto ha sido la fruta, con un bajo porcentaje de consumidores.

¿Cambiarías este tipo de alimentación?



FUMAR QUEMA TU SALUD



Miguel Montón

El tabaquismo es una de las principales causas evitables de enfermedades y muertes en el mundo. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el tabaco mata a más de 8 millones de personas cada año. Los efectos nocivos del tabaco son diversos y devastadores.

En primer lugar, el tabaquismo está estrechamente relacionado con una serie de enfermedades graves, incluido el cáncer de pulmón, que es la principal causa de muerte por cáncer en todo el mundo. Además, fumar aumenta significativamente el riesgo de desarrollar enfermedades cardíacas, accidente cerebrovasculares, enfermedades respiratorias crónicas y otros tipos de cáncer, como el de garganta, boca, esófago, vejiga y páncreas.

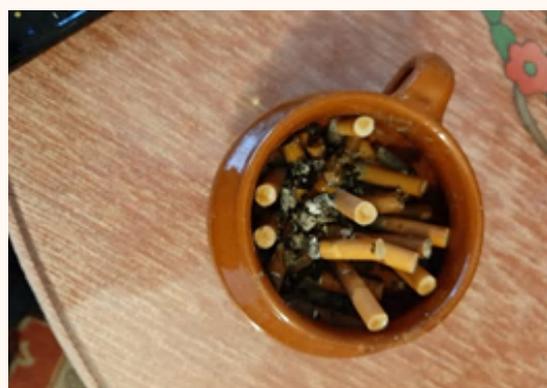


Cigarrillo encontrado en un baño público

Los efectos del tabaquismo no se limitan solo a quienes fuman. El humo de segunda mano, inhalado por no fumadores expuestos, también es peligroso y puede causar enfermedades respiratorias, cardíacas y cáncer en personas no fumadoras.

Además del impacto en la salud, el tabaquismo también conlleva consecuencias económicas significativas. Los costos asociados al tratamiento de enfermedades relacionadas con el tabaco son enormes, tanto para los sistemas de salud públicos como para los individuos y sus familias.

En mi opinión, fumar es profundamente perjudicial y, en muchos aspectos, una decisión irracional. No solo compromete la salud propia, sino que también afecta a quienes nos rodean. Es esencial tomar medidas para desalentar el consumo de tabaco y promover estilos de vida más saludables. La educación, el acceso a programas de prevención del tabaquismo y la implementación de políticas efectivas son clave para abordar este grave problema de salud pública.



Cenasa de un fumador



CONTAMINACIÓN DE VEHÍCULOS EN LAS CIUDADES

3 SALUD Y BIENESTAR



Rodrigo Cañas

El tiempo también es sinónimo de evolución, pero a las ciudades no sé bien si decir que le ha venido bien o mal. Está claro que ha habido avances de todo tipo, desde la higiene o la convivencia, entre otros muchos, pero también hubo avances en el automovilismo, generando más vehículos en las ciudades, lo que hace que perjudique mucho a la naturaleza, con los gases y ruidos continuos que emiten.



El desarrollo de las ciudades incluye que no se cuide tanto el refuerzo y el respeto de la naturaleza, pero poco a poco esa idea de sostener a nuestro planeta se va incrementando y eso hace que el desarrollo no solo sea urbano sino también de la naturaleza y la salud. Hay veces que hay que anteponer la salud de la naturaleza antes que cualquier otro avance, porque sin vida nada existiría.

También tenemos que hablar de que la evolución tiene parte positiva, y es que poco a poco los humanos nos damos cuenta de lo importante que es cuidar el planeta e intentar que prospere y así cuidar no solo el planeta sino también nuestra propia salud.

Se han hecho invenciones positivas para mejorar, como, por ejemplo, los coches eléctricos, que hacen que no sea tanta cantidad de gases los que se emiten a la atmósfera, pero aún queda mucho por mejorar (en España únicamente un 5,4 % de coches son eléctricos).

Además, se podría utilizar más transporte público e ir más andando a los lugares, para así buscar el doble beneficio del planeta y el nuestro propio.



4 EDUCACIÓN DE CALIDAD



13 ACCIÓN POR EL CLIMA



CONTAMINACIÓN EN MI CIUDAD



Gabriel Saiz

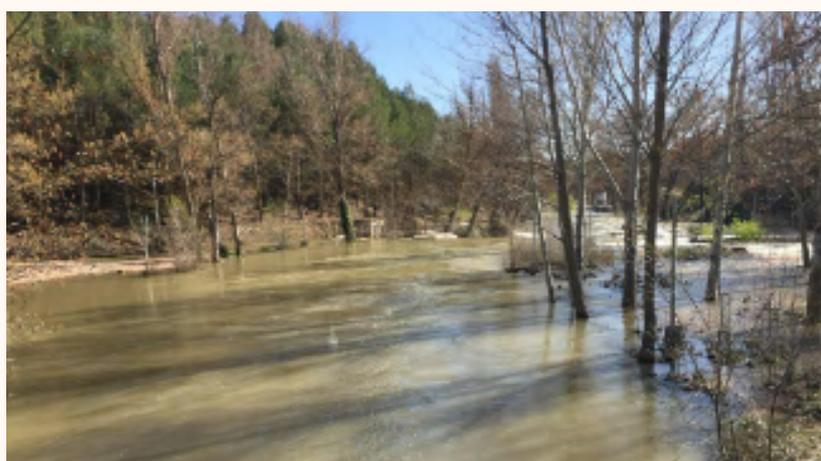
Cuenca, conocida por su encanto histórico y sus paisajes naturales, se enfrenta a una creciente amenaza: la contaminación del aire. En los últimos años, los niveles de contaminantes de la atmósfera han subido mucho, poniendo en riesgo la salud de sus residentes y el equilibrio medioambiental de la región.

Según los informes más recientes hechos por las autoridades medioambientales, los principales culpables de esta situación son las emisiones de los vehículos y la actividad industrial. El aumento del tráfico en las estrechas calles de la ciudad y el uso de combustibles fósiles en la producción industrial ayudan a la acumulación de partículas nocivas en el aire.

Los habitantes de Cuenca han expresado su preocupación por la calidad del aire. Los grupos más vulnerables, como niños y ancianos, son más delicados a los efectos de la contaminación atmosférica.

Las autoridades locales han tomado medidas para intentar solucionar este problema. Se están implementando restricciones al tráfico en determinadas zonas de la ciudad, promoviendo el uso del transporte público y fomentando el uso de vehículos eléctricos. Además, se están estableciendo normativas más estrictas para controlar las emisiones de las fábricas.

Sin embargo, a pesar de estos esfuerzos, el camino hacia la recuperación de la calidad del aire en Cuenca se presenta desafiante. Se necesitará la colaboración de todos los sectores de la sociedad, así como la implementación de políticas medioambientales a largo plazo, para revertir esta preocupante tendencia y preservar el legado natural y cultural de nuestra ciudad.



La contaminación del río Júcar: consecuencia de la contaminación en la ciudad



EL CÁNCER

3 SALUD
Y BIENESTAR



Alba da Guía

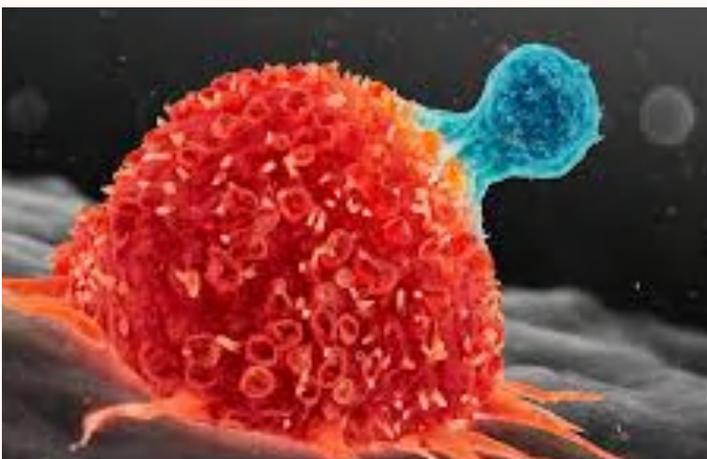
¿Qué es el cáncer?

El cáncer es una enfermedad que se presenta cuando las células se multiplican sin control y se diseminan a los tejidos que las rodean.

¿Cuántos tipos hay?

Hay tumores benignos y otros malignos.

Los benignos: Un tumor benigno es un tipo de neoplasia que, a diferencia de los tumores cancerosos, carece de malignidad. Se trata de un tumor que no se extiende de forma agresiva, no invade otros tejidos y no produce metástasis. Esto implica que, en términos generales, no supone una amenaza significativa para la salud. Los tipos de tumores benignos son: Papiloma: masa más protuberante en la piel (por ejemplo, un quiste). Adenoma: tumor que crece en las glándulas y en torno a las mismas. Lipoma: tumor en un tejido adiposo. Osteoma: tumor de origen en el hueso.



<https://www.ngenespanol.com/ciencia/que-es-el-cancer-y-por-que-da/>

Los malignos: Término que describe las enfermedades en las que hay células anormales que se multiplican sin control e invaden los tejidos cercanos. Puede que las células de las neoplasias malignas se diseminen a otras partes del cuerpo mediante la sangre y la linfática.

A los distintos tipos de tumores malignos se les llaman cánceres, ya que supone una amenaza para la salud.

Entre los tipos de cánceres existentes destacamos: cáncer de mama (afecta sobre todo a las mujeres), cáncer de pulmón (afecta sobre todo a las personas fumadoras), cáncer colorrectal (afecta más a hombres que a mujeres), cáncer de próstata (afecta solo a los hombres), cáncer de estómago (afecta más a los fumadores), cáncer de hígado (afecta más a las personas con tendencia a beber alcohol), cáncer del cuello del útero (afecta solo a las mujeres), cáncer de esófago (afecta más a los hombres que a las mujeres) y cáncer de vejiga (afecta principalmente a partir de una edad avanzada).

4 EDUCACIÓN
DE CALIDAD



EL CÁNCER

3 SALUD Y BIENESTAR



Los últimos avances en las técnicas médicas para el cáncer

Alba da Guía

La exploración y el uso de estas técnicas permitirán acelerar el avance contra el cáncer. Las tecnologías e innovaciones como CRISPR, la inteligencia artificial, la telemedicina, la prueba Infinium, la criomicroscopia electrónica y la cirugía robótica ayudan a acelerar el avance contra el cáncer.

TECNICAS MÉDICAS:

INFINIUM: es un proceso y un conjunto de herramientas para analizar millones de polimorfismos de un solo nucleótido (SNP), la variación genética más frecuente.

CRIOMICROSCOPIA ELECTRÓNICA: En las células cancerosas, la criomicroscopía electrónica permite a los científicos conocer la forma en la que se multiplican e interactúan con otras células o incluso cómo responden las estructuras moleculares a los distintos tratamientos para el cáncer.

INTELIGENCIA ARTIFICIAL: Según los últimos avances, la inteligencia artificial se utiliza en la investigación contra el cáncer para realizar un diagnóstico más preciso, analizar grandes conjuntos de datos genómicos y detectar el tumor de una manera más temprana.

CIRUGÍA ROBÓTICA: La cirugía robótica, o cirugía asistida por robot, permite a los cirujanos hacer procedimientos quirúrgicos complejos con mayor precisión, flexibilidad y control, en comparación con las técnicas convencionales de cirugía abierta.

CRISPR: Lo utilizan los médicos ya que es un instrumento de laboratorio que se usa para cambiar o "editar" piezas del ADN de una célula.



La tecnología que revoluciona la investigación y el tratamiento del cáncer (cancer.gov)

4 EDUCACIÓN DE CALIDAD



EL CÁNCER

Tratamientos contra el cáncer



Alba da Guía

Cirugía

Operación en la cual los médicos cortan y extirpan el tejido con células cancerosas. La cirugía se usa con más frecuencia para el tratamiento del cáncer que está localizado o limitado a una área.



[Cirugía oncológica | Oncoclínicas \(gruponoclinicas.com\)](http://gruponoclinicas.com)

Radioterapia

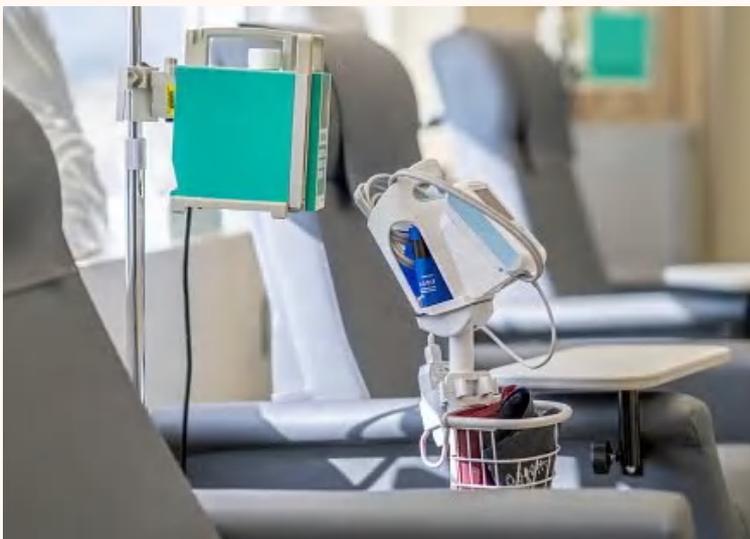
La radioterapia utiliza partículas u ondas de alta energía, tales como los rayos X, rayos gamma, rayos de electrones o de protones, para eliminar o dañar las células cancerosas.



[Radioterapia: Cómo funciona y sus efectos secundarios - SOLTI \(gruposolti.org\)](http://gruposolti.org)

Quimioterapia

Medicamentos especiales que reducen o matan las células cancerosas que no podemos ver.



[Tratamiento del Cáncer: quimioterapia, cirugía, radioterapia y otras | Top Doctors](#)

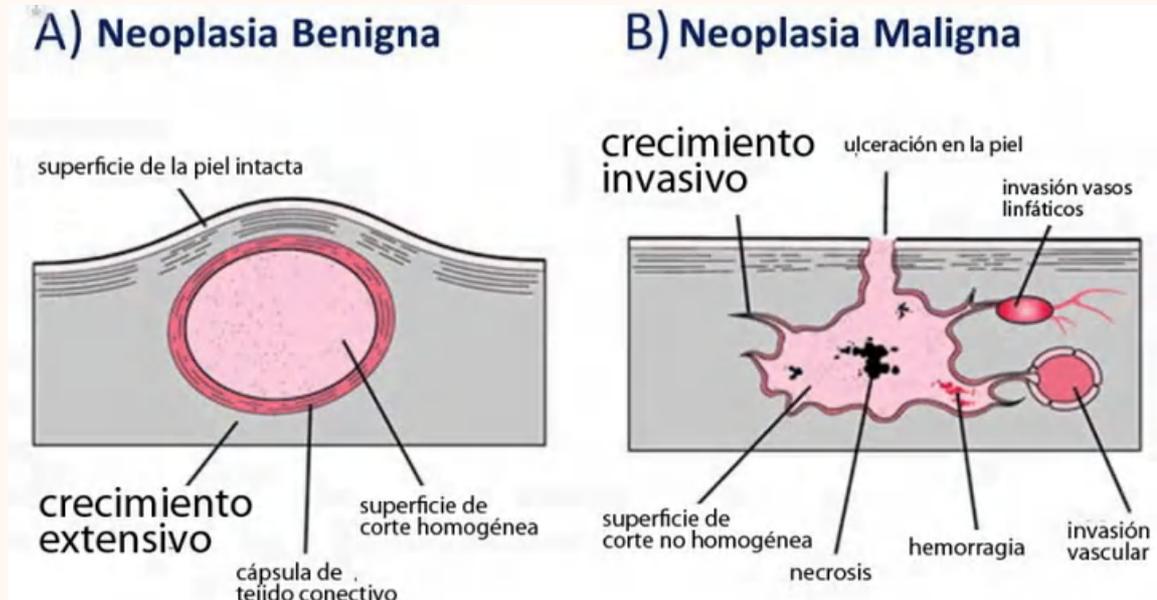


EL CÁNCER

Evolución desde la aparición de un tumor benigno a maligno



Alba da Guía



[Tumores Benignos: qué es, síntomas y tratamiento | Top Doctors](#)

Tumor benigno

Comienza cuando empiezas a sentir algunos de estos síntomas: tos y dificultad respiratoria (tumores en el pulmón o garganta); dolores de cabeza, convulsiones, problemas de la vista (tumores en el cerebro); pérdida de peso o apetito (tumores cercanos a estómago o intestino)...

Una resonancia magnética determina que es neoplasia benigna, cuyo tratamiento dependerá de su estado, desde un tratamiento medicinal a la extirpación del tumor.

Tumor maligno

Comienza cuando empiezas a sentir algunos de estos síntomas: cambios en los senos; cambios en la vejiga; hemorragia o moretones sin una razón aparente; cambios en el intestino; tos o ronquera que no desaparece; problemas al comer; cansancio grave y que dura tiempo; fiebre o sudores nocturnos sin ninguna razón... Las pruebas diagnósticas son muchas: tomografía computarizada, imagen por resonancia magnética, prueba diagnóstica de medicina nuclear, gammagrafía ósea, ecografía....

A estos tumores se les denomina neoplasia maligna. y sus principales tratamientos son la cirugía, la radioterapia y la quimioterapia.

RECOMENDACIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES

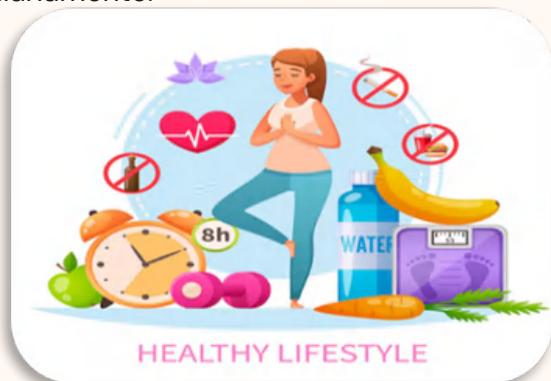


David Aaron Crisan

¿Tienes una vida saludable? Para resolver tus dudas estoy yo aquí. Te voy a explicar lo que significa ser saludable.

Ser saludable significa estar sano, lo que implica tener un IMC normal, que tu cuerpo funcione perfecto y vivir lo máximo posible de la mejor manera posible. Para conseguirlo debes tener hábitos saludables en tu vida, los cuales voy a explicar a continuación.

Hay hábitos saludables en todos los ámbitos de la vida, como, por ejemplo, en la vida en general, en la dieta y en el movimiento y ejercicio que haces diariamente.



Fuente:<https://images.app.goo.gl/unSwC6YsuW6j6zCA8>

Hábitos saludables de la vida: hay unas cuantas cosas que se recomiendan para ser lo más saludable posible, entre las cuales se encuentran: evitar fumar o beber alcohol, acudir de manera regular al médico, cuidar la salud física y mental y dormir como mínimo 8 horas.

Hábitos saludables en la dieta: para tener una dieta saludable se recomienda comer de todo y en las cantidades correctas. La dieta perfecta debería tener cinco comidas: el desayuno (una comida principal que debe ser una gran comida que aportará la mayor energía para el día); una comida pequeña a media mañana para saciar un poco el hambre; la comida de mediodía, que es otra de las comidas principales e importantes; la merienda, (una comida como la de media mañana); y la cena, otra comida muy importante pero no debe ser muy grande porque a continuación vas a dormir.

Hábitos saludables en el movimiento diario: lo más recomendable es hacer un mínimo de 10.000 pasos al día. También en estos tiempos está muy de moda ir al gimnasio, cosa que es muy saludable porque, al desarrollar tus músculos, tu cuerpo es más fuerte ya no solo en el ámbito del gimnasio sino en cualquier ámbito. Si no te gusta el gimnasio como a mucha gente le pasa, podrías buscar un deporte que te divierta y practicarlo entre dos y cinco veces a la semana.



Fuentes:<https://images.app.goo.gl/hppywQJyYESfVtoH7>

¿SANIDAD PÚBLICA O PRIVADA?



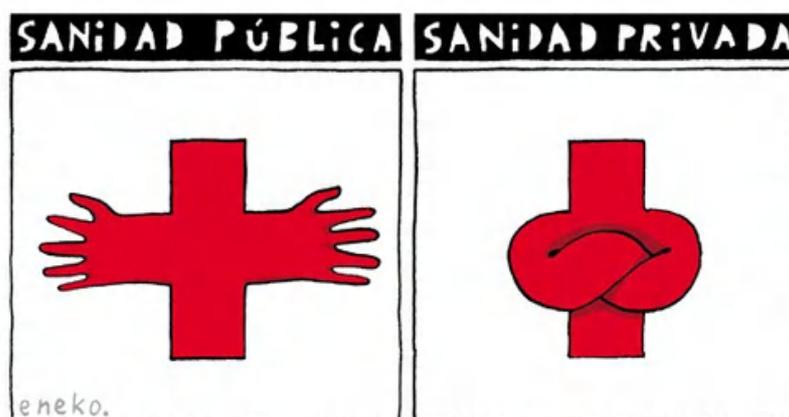
Arturo Vicente

En el debate sobre sistemas de salud, la sanidad pública y privada emergen como opciones contrarias. Argumentaré a favor de la sanidad pública sobre la privada, destacando ejemplos de España y Estados Unidos.

La sanidad pública ofrece acceso universal a la atención médica, como se evidencia en España, donde el Sistema Nacional de Salud garantiza la cobertura para todos los ciudadanos, independientemente de su capacidad de pago. En contraste, en Estados Unidos, donde prevalece un sistema de salud mayormente privado, el acceso a la atención médica puede ser costoso y limitado para aquellos sin seguro médico.

Además, la sanidad pública tiende a promover la equidad en la distribución de recursos y servicios de salud. En España, los fondos públicos se asignan en función de las necesidades de la población, reduciendo la diferencia en la atención médica entre diferentes grupos socioeconómicos. Por otro lado, en Estados Unidos, la diferencia en el acceso y la calidad de la atención son más pronunciadas debido a la predominancia de un sistema privado basado en la capacidad de pago. Finalmente, la sanidad pública suele ofrecer una mayor calidad de atención y resultados de salud a largo plazo. En España, los estándares de calidad y seguridad en la atención médica son rigurosamente regulados por el gobierno, mientras que, en Estados Unidos, donde la competencia entre proveedores privados puede llevar a enfoques más orientados al lucro, la calidad y la consistencia de la atención pueden variar significativamente.

La sanidad pública, como se ilustra en ejemplos de España y Estados Unidos, ofrece numerosas ventajas sobre la sanidad privada en términos de accesibilidad, equidad y calidad del cuidado. Garantiza que todos los individuos tengan acceso a una atención médica adecuada y de alta calidad, independientemente de su estatus socioeconómico, y promueve la salud y el bienestar de toda la sociedad



ADICCIONES EN LOS ADOLESCENTES

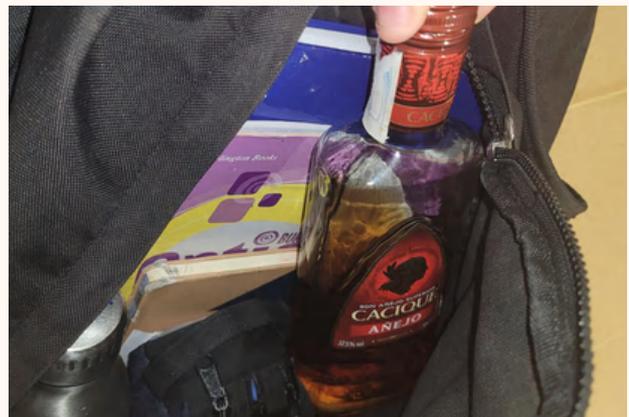
3 SALUD Y BIENESTAR



Marta Calvo

Los adolescentes pueden convertir sus malas costumbres, como consumir alcohol, tabaco o cannabis, en adicciones. Muchos adolescentes pueden tener adicción también la cafeína, lo que hace que constantemente consuman bebidas energéticas aunque no hagan ningún tipo de deporte.

Muchos de los jóvenes que consumen drogas lo hacen por curiosidad, o por presión social, porque los amigos lo hacen y ellos no quieren ser menos. Si el consumo de drogas es alto, puede llegar a crear cambios cerebrales y aumentar el riesgo de dependencia en una persona, además de que muchos adictos llegan a tener trastornos por ansiedad.



A veces, podemos mirar los ojos de una persona y simplemente al verlos podemos ver si es adicto, ya que muestra grandes ojeras, sus pupilas están muy dilatadas y los ojos rojos, amarillentos o incluso vidriosos.

Aunque físicamente se aprecia menos, también existen las adicciones a los dispositivos móviles y al juego en los adolescentes.

Las adicciones en los adolescentes conllevan un mayor riesgo de deterioro de memoria, hacen que la capacidad de resolver problemas sea más difícil y es muy posible que sea más difícil la concentración.



ENFERMEDADES CRÓNICAS Y DEGENERATIVAS



Están, pero no siempre las vemos.

M^a Irene Ortiz



Alzhéimer, el mal neurodegenerativo más común en el mundo
Gaceta UNAM

Estoy muy segura de que todas las personas, independientemente de su edad, han oído hablar del cáncer, pues por desgracia, esta odiosa y pesada enfermedad de la que tanto se habla, también pertenece a este grupo.

Otras enfermedades muy conocidas y de las que no nos resulta tan raro oír que algún adolescente padece, son la diabetes y el asma; seguramente conozcáis a alguien cercano que padece alguna de estas enfermedades. Se habla mucho de ellas porque no aparecen igual que el alzhéimer o el párkinson, debidas mayoritariamente al desgaste por los años, sino que estas las puede tener tanto un bebé de 2 meses como una persona mayor de 90 años. Son enfermedades que, al ser crónicas, sabemos que son para toda la vida, y es muy tedioso y pesado tener que vivir con ellas.

Enfermedades crónicas y degenerativas hay muchas, y algunas muy conocidas, otras muy raras, y muchas de las que no sabemos nada porque están sin descubrir, pero yo voy a hablar sobre las más presentes en nuestro entorno, porque, aunque parezca extraño, nos rodean muchas de ellas sin que ni si quiera a veces nos demos cuenta.

Sabemos que hay enfermedades de este tipo de las que se habla mucho cuando hay un diálogo sobre personas mayores. Como pueden ser el alzhéimer o el párkinson, muy comunes cuando nuestros padres hablan de nuestros abuelos. Pero yo, sobre todo, con referencia a este tipo de enfermedades, quiero decir que no solo se les debería asignar a ellos, dado que hay personas jóvenes, que, aunque parezca mentira, pueden padecer estas enfermedades de manera prematura y para lo que les queda de vida. Aunque resulte extraño, pueden llegar a existir personas de veinte años, incluso menos, con este tipo de enfermedades.



Diagnóstico de la Enfermedad de Párkinson
parkinsonelche.es



M^a Irene Ortiz

en algún momento, alguien que padezca alguna, pueda necesitar nuestra ayuda debido a una crisis.

No hace falta que tengamos un absoluto conocimiento de estas, simplemente saber lo mínimo para poder ayudar a alguien o enseñarle a otro lo que sea necesario en ese momento.

Descubrir que alguien de tu entorno la padece es difícil muchas veces, ya sea porque lo esconden o porque simplemente uno no se da cuenta, así que, aunque las enfermedades crónicas y degenerativas no siempre se ven a simple vista, deberíamos intentar entender más acerca de las personas que las padecen, porque no se sabe si en algún momento puede que hasta nosotros padezcamos una.



Parkinson - Centro de día IDACE

Las personas que padecen estas enfermedades sufren mucho a su costa debido a que en cualquier momento pueden sufrir una crisis fuerte. Dado que están tan esparcidas por el mundo, creo que todos deberíamos conocerlas bien y darnos cuenta que están muy presentes. Y en mi opinión deberíamos tener por lo menos un conocimiento mínimo de ellas, porque tal vez,



ODS 4: EDUCACIÓN DE CALIDAD

4 EDUCACIÓN DE CALIDAD



LA IMPORTANCIA DE LOS RECREOS ACTIVOS

4 EDUCACIÓN DE CALIDAD



Alex Hamidi

En la era digital actual es bastante común ver a adolescentes como nosotros absortos en sus móviles durante sus momentos de descanso. Sin embargo, esta tendencia tiene efectos negativos sobre nuestra salud física y mental, sobre todo. En este contexto, los recreos activos surgen como otra forma de promover el bienestar integral de los estudiantes. Estos recreos, que incluyen actividades como el ping-pong, el voleibol, el fútbol y los juegos de cartas, entre otros, alejan a los adolescentes de las pantallas y aprenden a fomentar la actividad física y la interacción social entre todos.

Además de los beneficios físicos que aporta el hacer ejercicio y actividad física durante el recreo, los recreos activos también tienen un impacto positivo en la salud mental de los adolescentes. Las actividades deportivas liberan endorfinas, conocidas por reducir el estrés y la ansiedad. En un ambiente escolar, donde nos sentimos presionados de forma académica y social, estas actividades nos proporcionan una vía de escape y relajación. Participar en juegos y deportes también mejora la autoestima y la confianza en uno mismo, ya que nosotros los estudiantes podemos descubrir y desarrollar nuevas habilidades que desconocíamos en un principio de nosotros mismos.

Los recreos activos promueven la interacción social y la creación de vínculos entre todos nosotros. En lugar de aislarnos detrás de una pantalla, tenemos la oportunidad de comunicarnos, colaborar y competir de manera saludable con nuestros compañeros, ya que la mayoría de los juegos de equipo como el voleibol o el fútbol enseñan la importancia del trabajo en equipo, la cooperación y el respeto mutuo.



Por otro lado, actividades más tranquilas como los juegos de cartas permiten la inclusión de estudiantes con diferentes intereses y habilidades, fomentando un ambiente escolar más cohesivo y diverso en el que no hace falta conocerse de antes o compartir aula, todos podemos jugar juntos y descubrir a gente nueva con la que disfrutar el tiempo de descanso.

Además, hoy, dominados y dependientes en todo momento por la tecnología, hay que recordar que no es la única forma de aprender, disfrutar y que hay alternativas mucho más enriquecedoras y sanas en las que no tengamos que depender de un móvil e información continua para no aburrirnos. Estos recreos son una gran forma de desarrollar una juventud equilibrada siendo conscientes de nuestro entorno, aprendiendo a disfrutar de la vida digital tanto como de las actividades físicas y sociales imprescindibles para nuestro desarrollo cognitivo.

En conclusión, este tipo de descansos es todo un acierto. Estas actividades contrarrestan los efectos negativos del sedentarismo y la dependencia a nuestros dispositivos celulares, y fomentan un estilo de vida saludable, que nos ayudan a conocernos entre nosotros y a nosotros mismos, a mejorar la salud mental y física y contribuyen a formar como seres humanos sociales.

3 SALUD Y BIENESTAR



MALOS HÁBITOS EN LOS ESTUDIOS



Emma Rodrigo

Los malos hábitos de estudio son comportamientos o prácticas que obstaculizan el proceso de aprendizaje. En mi opinión, los estudiantes que no cuentan con buenos hábitos, tienen un rendimiento académico deficiente y una salud física y mental comprometida, lo que es perjudicial para ellos.

MALOS HÁBITOS DE LOS ESTUDIANTES DE HOY EN DÍA

En primer lugar, si hablamos con expertos sobre los malos hábitos de los estudiantes de hoy en día, está claro que uno de los más comunes es la **costumbre a distraerse durante el estudio**. Cualquier persona sabe que hay momentos de mayor y menor concentración. Hay ocasiones en las que el móvil, el ruido, la televisión, los videojuegos y muchas otras cosas que están a nuestro alrededor nos despistan. Un caso típico de la sociedad actual podría ser: estar estudiando el examen de mañana, que te salte una notificación y posponer el estudio para priorizar el uso del móvil, lo que evidentemente, ralentiza nuestra actividad y la atención que le ponemos es menor. Según Grupogear y una encuesta que he realizado (y de la cual hablaremos más adelante) las distracciones más comunes en los estudiantes son:

- 1.El teléfono móvil
- 2.Las redes sociales
- 3.El ruido
- 4.Las visitas personales inesperadas
- 5.La televisión

Este tipo de distracciones suelen provocar falta de atención sostenida, lo que dificulta mantener el foco en el estudio durante largos periodos de tiempo, además de hacer que se atrasen o se ralenticen las tareas, obligando al estudiante a hacerlo todo a última hora, produciéndole estrés y ansiedad, al mismo tiempo que intenta hacer varias cosas a la vez mientras estudia, lo que reduce la productividad y la retención de la información.



Otro punto importante en este tema es la **falta de planificación y organización**. Hay muchos estudiantes que no tienen un horario de estudio definido ni un plan de trabajo concreto, además de que no cuentan con un espacio de trabajo adecuado para estudiar. Personalmente creo que todo esto produce mucho desorden mental, lo que para el estudiante desemboca en frustración, inseguridad y estrés, ya que no consigue sus objetivos.

Otro mal hábito que no podía faltar en esta lista, es el **uso de técnicas de estudio ineficaces**. A la hora de formarse en algo, mucha gente cae en el error del estudio pasivo. Pero, ¿qué es eso? Este es un método de aprendizaje en el que el alumno no se esfuerza por investigar o comprender los conocimientos recibidos por el profesor, sino que solo se encarga de memorizar. Al respecto opino que esta técnica solo dificulta el aprendizaje, ya que en vez de hacerlo ameno y divertido, se basa únicamente en la memorización y no en comprender los conceptos a fondo.



MALOS HÁBITOS EN LOS ESTUDIOS



Emma Rodrigo

A continuación, mencionaré algunas costumbres que se deberían implantar y otras que se deberían evitar para no estudiar de manera pasiva.

EVITAR:

- Leer varias veces el material sin comprenderlo.
- Subrayar todo el texto sin analizar lo importante.

HACER:

- Resúmenes.
- Mapas mentales, esquemas o tablas.
- *Flashcards* o preguntas y respuestas.
- Simulacros de examen.

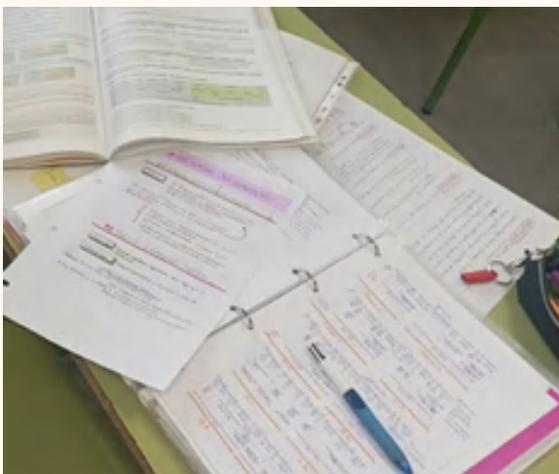
Por otra parte, he de mencionar que **otros hábitos perjudiciales** como el consumo de sustancias nocivas, mala alimentación o el simple hecho de no dormir bien afecta al estado del alumno y, por tanto, a su vida y estudios.

Por último, el mal hábito más común en nuestra sociedad y, el cual se ha convertido en un gran problema, es la **procrastinación y falta de motivación**. Es muy común escuchar que las redes sociales como TikTok, Instagram o YouTube son las responsables de que perdamos tanto tiempo. Aunque no puedo negar que estas aplicaciones tengan parte de culpa, hay otros motivos que me parecen muy importantes y que nos llevan al mismo lugar, como aplazar las tareas y el estudio por pereza, desgana, miedo al fracaso o incluso por falta de interés en las materias. En mi opinión, todo esto junto es lo que hace que los estudiantes de hoy en día recurran a distracciones tan potentes como las mencionadas. Como resultado de esto, se produce la sensación de no poder alcanzar los objetivos, lo que lleva al estudiante a la desmotivación y el abandono del estudio. Al mismo tiempo, no establecer metas claras y realistas, o no recompensarse por los logros obtenidos en muchos casos son la causa de la falta de motivación.

PROBLEMAS COMUNES A LA HORA DE ENFRENTARSE A UNA PRUEBA O EXAMEN

ANTES DEL EXAMEN

Desde mi punto de vista, uno de los fallos más comunes es **prepararse únicamente los exámenes los días previos a este**. Por el contrario, creo que se debería comenzar la preparación el primer día de curso e ir realizando de manera continuada hasta que este termine.



Dejar el estudio para los últimos días, aunque es algo que la mayoría hace, solo aumenta las probabilidades de fracasar. Algunos expertos recomiendan fijarse un ritmo de estudio diario.

Esto hará que el alumno vaya al día. Aunque lógicamente habrá ocasiones en las que tendrá que intensificar este ritmo, el haber llevado una buena planificación durante el curso permite llegar a los exámenes sin agobios, con una buena preparación y con los conocimientos asimilados. Esto hace que, aunque en estas fechas haya que intensificar el ritmo de estudio, se pueda (y se deba) respetar el descanso y tiempo de ocio.



MALOS HÁBITOS EN LOS ESTUDIOS



Emma Rodrigo

Además, esto hace que el estudiante pueda mantener sus horas de sueño, (en vez de aprovecharlas para estudiar) algo que es esencial para estar en plena forma y rendir al máximo en los exámenes. En otras palabras: es esencial evitar las prisas y agotamientos de última hora, y para eso se deben preparar los exámenes desde el primer día, ya que...

1. Los repasos frecuentes facilitan la comprensión y el aprendizaje. Cuanto más se dominen los primeros contenidos, mejor se aprenderán los que les siguen.
2. Si no repasamos con frecuencia, dada la fragilidad de nuestra memoria, olvidaremos fácilmente lo aprendido.
3. En el último momento no se suele disponer de tiempo ni de tranquilidad para repasar todo lo que hemos dado durante varias semanas o incluso meses, por lo que será más difícil aprobar el examen.

Otro problema bastante común es la **mala preparación**. Como ya hemos comentado antes, no tener un plan de estudios definido, dejar todo para última hora, no contar con un espacio adecuado o estudiar de forma pasiva son factores que afectan negativamente al rendimiento.

Además, muchos estudiantes cuando se preparan para el estudio no tienen en cuenta algunas distracciones como el ruido o las redes sociales, las cuales disminuyen la calidad y tiempo de concentración. Asimismo, otro factor a tener en cuenta es el propio cansancio, el cual puede dificultar la situación y hacer que el trabajo sea menos productivo.

DURANTE DEL EXAMEN

Es muy común encontrarse con casos de **ansiedad y estrés** en los estudiantes durante los exámenes, lo que repercute en los resultados. Los nervios y la presión del momento pueden afectar la memoria, la concentración y el razonamiento, dificultando un buen desempeño en el examen.

Por otro lado, creo que la **gestión inadecuada del tiempo** es un problema que muchos estudiantes tienen. No leer bien las preguntas, quedarse en blanco o no saber cómo distribuir el tiempo entre las diferentes partes del examen son errores comunes que pueden costar puntos.

Por otra parte, pienso que las **dificultades para responder preguntas** es un tema que debo mencionar, ya que en la encuesta que realicé bastantes estudiantes dijeron que durante los exámenes se bloqueaban. No comprender lo que se pregunta, no tener suficiente información o no saber cómo estructurar la respuesta son problemas que muchas veces no se tienen en cuenta, pero que a muchos estudiantes les pasa.



Por último, leer mal las preguntas, no revisar las respuestas o cometer errores ortográficos son fallos comunes, descuidos, que muchas veces ocurren por no repasar los exámenes y que se pueden evitar.



MALOS HÁBITOS EN LOS ESTUDIOS



Emma Rodrigo

Algunas de las consecuencias que traen todos los malos hábitos y problemas de los que hemos hablado son:

- Bajo rendimiento académico y notas bajas en los exámenes.
- Aumento del estrés, la ansiedad y la frustración.
- Dificultades para aprender y retener información.
- Falta de motivación y desinterés por los estudios.
- Posibles problemas de autoestima y baja confianza en uno mismo.

Para evitar estos malos hábitos, recomiendo seguir los siguientes pasos:

- **Planificar y organizar el estudio:** Crear un horario y/o calendario de estudio, establecer metas realistas, dividir el material en bloques manejables y organizarlo por orden de prioridad y tiempo.
- **Utilizar técnicas de estudio efectivas:** Aplicar técnicas activas como resúmenes, mapas mentales, *flashcards*, etc.
- **Crear un ambiente de estudio adecuado:** Buscar un lugar tranquilo, libre de distracciones y con buena iluminación.
- **Mantener la motivación:** Por medio de establecer objetivos claros, recompensarse por los logros y buscar ayuda cuando sea necesario.



- **Gestionar el tiempo durante el examen:** Leer bien las preguntas, planificar el tiempo de manera adecuada y revisar las respuestas antes de entregar el examen.
- **Cuidar la salud física y mental:** Dormir lo suficiente, comer sano y hacer ejercicio regularmente son hábitos esenciales para un buen rendimiento académico. Además, en casos en los que el estudiante esté estresado, este puede usar técnicas como la respiración profunda, la meditación o el yoga, que pueden ayudarle a reducir la ansiedad y relajar al estudiante.

CONCLUSIÓN

En definitiva, **los malos hábitos de estudio no solo afectan el rendimiento académico, sino que también ponen en riesgo la salud física y mental de los estudiantes.** Es crucial que se fomenten hábitos de estudio efectivos y un estilo de vida saludable para garantizar el bienestar de los jóvenes en su etapa educativa.

Considero que es necesario comentar que todos los estudiantes cometen errores y tienen malos hábitos de estudio en algún momento. Lo importante es identificarlos y cambiarlos. Además, existen muchas estrategias y recursos disponibles para mejorar los hábitos de estudio y el rendimiento académico.



MALOS HÁBITOS EN LOS ESTUDIOS



Emma Rodrigo

LA ENCUESTA

Esta encuesta anónima se realizó a treinta estudiantes de diferentes cursos, grados e institutos con el objetivo de reunir información sobre el estado y los hábitos de los estudiantes, y poder realizar este trabajo.

RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS

Preguntas	Posibles respuestas	Número de votos	Porcentaje
Tiempo dedicado al estudio	Menos de 2 horas	21	70%
	Entre 2 y 3 horas	5	17%
	Entre 3 y 4 horas	3	10%
	Más de 4 horas	1	3%
Lugar de estudio fijo y sin distracciones	Si	23.1	77%
	No	6.9	23%
Planificación del tiempo	Si	14.1	47%
	No	15.9	53%
Técnicas de estudio	Si	21	70%
	No	9	30%
Motivación	Si	12	40%
	No	18	60%
Distracciones	Por ruido	5	17%
	Por redes sociales	6	20%
	Por el teléfono	17	57%
	Por la televisión	0	0%
	Por videojuegos	2	7%
Difícil concentración largos periodos	Si	10	33%
	No	20	67%
Nervios en los exámenes	Si	19	63%
	No	11	37%
Descuidos en los exámenes	Si	15	50%
	No	15	50%
Bloqueos en los exámenes	Si	11	37%
	No	19	63%
Ayuda para estudiar	Propia	25	83%
	Externa	5	17%
Mejorar hábitos de estudio	Si	8	27%
	No	22	73%



MALOS HÁBITOS EN LOS ESTUDIOS



Emma Rodrigo

EJEMPLO DE ENCUESTA

Encuesta para valorar el estado de los estudiantes en época de estudios e identificar malos hábitos y posibles errores

Introducción:

Esta encuesta tiene como objetivo conocer la situación actual de los estudiantes en época de exámenes, identificar posibles malos hábitos de estudio y errores comunes, y así poder ofrecer recomendaciones y estrategias para mejorar el rendimiento académico.

Instrucciones:

Por favor, responde las siguientes preguntas con sinceridad y honestidad. Tus respuestas serán confidenciales y se utilizarán únicamente con fines estadísticos y de mejora educativa.

1. ¿Cuánto tiempo dedicas al estudio cada día?

- a) Menos de 2 horas
- b) Entre 2 y 3 horas
- c) Entre 3 y 4 horas
- d) Más de 4 horas

2. ¿Tienes un lugar de estudio fijo y libre de distracciones?

- a) Sí b) A veces c) No

3. ¿Planificas tu tiempo de estudio con antelación?

- a) Sí, siempre b) A veces c) Nunca

4. ¿Utilizas técnicas de estudio como resúmenes, mapas mentales o flashcards?

- a) Sí, con frecuencia b) A veces c) Nunca

5. ¿Te sientes motivado/a para estudiar?

- a) Sí, siempre b) A veces c) Nunca

6. ¿Qué te distrae con más frecuencia mientras estudias?

- a) Ruido
- b) Redes sociales
- c) Teléfono móvil

d) Televisión

e) Otras (especificar)

1. ¿Te cuesta concentrarte en el estudio durante largos periodos?

- a) Sí, siempre b) A veces c) Nunca

2. ¿Cómo de nervioso te pones durante los exámenes?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Nada									Muchísimo

3. ¿Cometes errores por descuido en los exámenes, como leer mal las preguntas o no revisar las respuestas?

- a) Sí, con frecuencia b) A veces c) Nunca

4. ¿Te resulta difícil comprender o responder algunas preguntas de los exámenes?

- a) Sí, con frecuencia b) A veces c) Nunca

3. ¿Utilizas algún recurso o herramienta para ayudarte a estudiar?

- a) Sí, utilizo apuntes, libros, internet, etc.
- b) Sí, utilizo tutorías, clases de apoyo o grupos de estudio.
- c) No utilizo ningún recurso adicional.

4. ¿Te gustaría recibir ayuda o asesoramiento para mejorar tus hábitos de estudio?

- a) Sí, me gustaría recibir ayuda de un tutor o profesor.
- b) Sí, me gustaría participar en talleres o cursos de técnicas de estudio.
- c) No necesito ayuda en este momento.

¿Te gustaría añadir algún comentario o sugerencia que consideres relevante para la encuesta?

Agradecemos tu tiempo y colaboración al responder esta encuesta. Tu opinión es muy importante y ayudará a mejorar la experiencia educativa de todos los estudiantes.



EDUCACIÓN SOSTENIBLE



María Amparo Cuesta

Actualmente, gran parte del alumnado y de los adultos han desarrollado frentes en contra de diferentes puntos que el sistema educativo alberga. Es bien sabido que muchos de los alumnos tan solo memorizan los diferentes contenidos de cada asignatura y, tan pronto como lo expresan en los exámenes, olvidan gran parte de estos. Así el objetivo principal de la educación se ve cancelado y, por ende, demuestra que el sistema educativo solo recompensa la memorización.



Este gran problema se podría resolver con distintos métodos de aprendizaje como, por ejemplo, hacer clases más dinámicas, intentando que los alumnos participen durante toda la clase.

También es importante que los docentes presten especial atención a los alumnos que se excluyen en las aulas, puesto que para obtener un buen aprendizaje es importante sentirse a gusto con tu alrededor, creo que una buena manera de arreglar estos problemas sería haciendo juegos grupales que estimulen la socialización de los niños más tímidos.

En mi opinión, las clases deberían ser una pizca más cortas y aumentar el descanso entre clase para que la concentración pueda volver a ser plena durante el resto de las siguientes clases.

Por último, sería importante que los profesores prestaran especial atención a aquellos alumnos cuya asignatura les resulte particularmente difícil y así que mejoren en esta y en las calificaciones.



GUERRERO ALUMNADO



Carlos Toboso

La historia la Edad Media es una historia convulsa y viva, a menudo cambiante, llena de conflictos y de paradigmas que reconducen constantemente al ser humano en su forma de entender el mundo y relacionarse con él. Esto es algo que, poco a poco, aprenden los estudiantes de Historia de 2º de la ESO a través de la historia de Europa, principalmente, conociendo cómo nacen, crecen y aparecen países que, aunque sometidos a ciertos cambios futuros, empiezan a forjar la identidad cultural que hoy configura sus raíces y, con ello, una parte importante de su identidad.

Sin embargo, a veces y a menudo, es muy difícil comprender de forma completa ciertos acontecimientos de nuestra historia (la de todos) sin conocer detalles en apariencia minúsculos e insignificantes que, en cambio, acaban siendo una piedra angular para articular la verdadera profundidad del conocimiento.

Dado que la época que nos ocupa estudiar en este caso (Edad Media y Edad Moderna) es una etapa con bastante actividad bélica, comprender, al menos de forma panorámica, la forma del ser humano de relacionarse con la guerra y con la batalla se vuelve, si no indispensable, al menos sí de gran valor.



GUERRERO ALUMNADO



Carlos Toboso

Por ese motivo al final del primer trimestre, justamente un día antes de despedirnos –el grupo de 2ºD y yo– hasta la vuelta de las vacaciones de Navidad, preparamos la siguiente actividad: traer a clase una réplica de una espada de mano y media de esgrima de sala, usada para recreaciones históricas, sin punta posible ni filo existente y con la capacidad de doblarse por el extremo en caso de impacto pero con el peso, templado y equilibrado propios de una auténtica, forjada por un maestro herrero. Tras una exposición en la pantalla digital, el profesor permitió a los alumnos que quisieran, siempre bajo supervisión muy cercana, tomar dicha réplica y simular diferentes guardias y movimientos propios de la esgrima europea como lo son el saludo, la guardia desde la cadera, el ataque en ox o la proyección frontal.

Pasamos una hora muy agradable en la que los discentes aprendieron mucho y en la que lo pasaron tan bien que quisieron hacerse fotos durante la actividad. Hoy hemos elegido algunas de las imágenes más ilustrativas para su difusión de esta segunda parte de la sesión con el fin de que la actividad no caiga en el olvido.



EXPERIENCIAS LECTORAS Y VISIBLES



Cristina Torres

Cristina Torres: -Buenos días, chicos. ¿Qué tal estáis?

Todos: -Bien.

Cristina: -Ya sabéis que durante la segunda evaluación hemos leído *Invisible* de Eloy Moreno. ¿Vosotros recomendaríais la lectura de esta novela?

Abril: -Sí, porque es un libro que te enseña que el acoso escolar pasa en la sociedad y debemos estar prevenidos.

María: -Creo que debemos ser muy conscientes de que es una realidad que, aunque muchas veces se tape, existe y está y hay que concienciarse sobre ello.

Simona: -Está ahí y hay que darle visibilidad.

Daniel: -Es también un libro que representa cosas que suceden en los colegios. Yo he tenido amigos que han sufrido acoso escolar y, de hecho, un compañero tuvo que ir incluso al psicólogo.

Cristina Torres: -Y, ¿qué es para vosotros el acoso escolar?

Daniel: -Que una persona que se aburre demasiado se pone a molestar a otras y, al final, él mismo también acaba sufriendo.

Simona: -Yo creo que, cuando una persona se siente vulnerable, da lugar a que otras personas se sientan por encima de él o superiores y pueda ser una presa más fácil porque otros se pueden reír de él o se pueden burlar.

Abril: -Yo creo que son personas que, como se sienten muy mal consigo mismos, necesitan hacer a otras personas sentirse peor para ellos sentirse superior.

María: -Al fin y al cabo, como el acosador es una persona que tiene baja autoestima, necesita ver a alguien por debajo de él para sentirse bien consigo mismo y para tener ganas de hacer todo. Esa persona tiene un grave problema.

Daniel: -Muchas veces también se da que el acosador también sufre en su casa o donde sea y lo paga con otras personas.



EXPERIENCIAS LECTORAS Y VISIBLES



Cristina Torres

Abril: -Sí, por ejemplo en *Invisible* pasa eso. MM está sufriendo y no tiene cariño y lo paga con otras personas.

Cristina Torres: -Vale. Otra pregunta, chicos. ¿En qué ha consistido el trabajo que habéis realizado?

Cristina: -Contestar preguntas, hacer dibujos, hacer una caja...

Abril: -Es un buzón para meter cartas.

Cristina: -Sí, un buzón para crear un final alternativo.

Cristina Torres: -¿Y en esas preguntas qué habéis podido aprender?

María: -Sobre el acoso, sobre cómo prevenirlo, casos reales y... pienso que el trabajo también ha consistido en comprobar cómo en una simple caja se puede visibilizar todo este problema y aportar soluciones desde nuestros puntos de vista.

Abril: -Con solo un par de hojas, unas cajas y unas cartas se pueden ver los problemas que existen.



Daniel: -A mí nunca se me han dado bien las manualidades y me ha gustado mucho tener ayuda de mis compañeras para poder hacer una caja bonita.

Cristina Torres: -¿Os habéis sentido alguna vez reflejados en el protagonista?

Abril: -No tan directo ni tan agresivo, pero sí un poco aislada.

Daniel: - Hay gente que hace años se metió conmigo pero, al final, logramos solucionar el problema hablándolo el año pasado.

Cristina Torres: -¿Y con algún amigo del protagonista?

María: -Yo me he sentido más dragón y profesora.

Abril: -Exacto, porque pensamos que, si no haces nada para luchar contra un caso de acoso, estás siendo igual que el acosador.



EXPERIENCIAS LECTORAS Y VISIBLES



Cristina Torres

Cristina Torres: -Claro, es que sabéis que si existe un caso de acoso escolar o de alguien que lo está pasando mal hay que ayudar. No podemos cruzarnos de brazos.

Abril: -Claro que vamos a ayudarlo porque esa persona se siente fatal.

Cristina Torres: -¿Creéis que es necesario que se den charlas en los IES para concienciar sobre el *bullying*?

Simona: -Debería no ser necesario porque esto no debería pasar pero, como pasa, sí que es necesario para concienciar.

Abril: -En el mundo pasan estas cosas desgraciadamente y nos pueden pasar a nosotros. Por eso, es necesario que existan las charlas y que las tomemos en serio.

María: -Lo que yo siento es que, al estar recibiendo estas charlas durante toda la vida, hay gente que lo toma como algo cotidiano. Lo toman como algo que pasa en el día a día y no hacen un esfuerzo por cambiar.

Cristina: -Hay gente a la que no le gustan las charlas y no se las toman en serio.

De hecho, hay personas que creen que con estas charlas se les está atacando.

Daniel: -Yo creo que no debería ser necesario porque no debería haber *bullying* pero, al haberlo, claro que tienen que existir. También pienso que las charlas tienen que ser divertidas, con juegos... A veces viene un señor, habla media hora y la gente se queda durmiendo.

Cristina: -No es que duerman, es que los señores que vienen a dar las charlas, a veces, ponen etiquetas o acusan a algunos compañeros relacionando actitudes con roles de acosador, acosado...

Abril: -Las etiquetas son algo fácil de poner, pero difícil de quitar.

María: -Yo creo que, al estar tan acostumbrados desde pequeños a tantas charlas, lo vemos como algo cotidiano y ya cansa porque siempre son los mismos temas.

Cristina Torres: -¿Conocéis la figura de los "alumnos ayuda" en el IES?

Cristina: -Yo soy alumna ayuda.

Cristina Torres: -¿En qué consiste?



EXPERIENCIAS LECTORAS Y VISIBLES



Cristina Torres

Cristina: -Los alumnos ayuda van a muchísimas reuniones a que les enseñen a cómo separar una pelea en el centro o saber, desde un punto en el que nadie tiene que darse cuenta, quién está sufriendo y comunicarlo a los profesores.

Abril:- A mí una cosa que no me gusta de los alumnos ayuda es que hay veces en las que hay una pelea y me da pena que tengan que parar la pelea porque ellos pueden meterse en problemas.

María: -Todos tendríamos que ser alumnos ayuda, no solo dos o tres personas por clase. Deberíamos recibir todos la misma formación porque si, en algún momento, ves una pelea y hay pocas personas, tendríamos todos que saber pararla.

Cristina: -Sí que es necesario porque hay una cosa que es que, por ejemplo, cada vez que hay un problema, los profesores ya están enterados.

Abril: -Todos tendríamos que saber parar una pelea y no empezarla.

Daniel: -En el colegio se llamaban mediadores.

Cristina Torres: -Muchas gracias, chicos. Gracias por esta entrevista y por haber colaborado de manera satisfactoria en su realización.



ENTREVISTA A UNA CIENTÍFICA CERCANA



Hannah Barritt

Coincidiendo con la conmemoración del Día Internacional de la Mujer y la Niña en la Ciencia y del Día Internacional de la Mujer, os presento a una científica que espero que sea un referente para todos nosotros.

Marta Macho-Stadler trabaja en el Departamento de Matemáticas de la Facultad de Ciencia y Tecnología de la Universidad del País Vasco-Euskal Herriko Unibertsitatea.

Se dedica a la investigación, la divulgación y la docencia.

Sus publicaciones, conferencias, así como otros asuntos interesantes, puedes consultarlas en:

<https://www.ehu.eus/~mtwmastm/>



Hannah Barritt: ¡Buenos días, Marta! La primera pregunta... ¿Un científico nace o se hace?

Marta Macho-Stadler: ¡Buenos días, Hannah! Yo creo que hay un poco de las dos cosas. Cada persona posee al nacer ciertas capacidades (debidas a su especial genética) que le dotan de algunas habilidades, pero no de otras. Pero creo que si tu entorno (en casa o en la escuela) no te ayuda a interesarte por la ciencia, da lo mismo las capacidades analíticas o de cualquier otro tipo que poseas. Así que se nace un poco "científica", pero las personas que llegan a serlo es porque dedican tiempo, estudio y pasión.

HB: ¿Qué has tenido que hacer para ser científica?

MM: En realidad, dejarme llevar. Tuve apoyo en casa, siempre he sido una buena estudiante a la que le interesaban muchas cosas (no solo la ciencia). Tenía, como he comentado, un entorno favorable, y curiosidad y ganas de saber.

HB: ¿Eran las Matemáticas tu asignatura preferida?

MM: Probablemente, aunque me encantaba la asignatura de Lengua. Creo que las dos asignaturas están muy cerca. Disfrutaba realizando análisis de textos, analizando... como en Matemáticas.

HB: ¿Qué metas has logrado a través de las matemáticas?

Me gano la vida gracias a ellas, que no es poco. Además, me la gano de una manera que me gusta especialmente, que es la docencia. Disfruto enseñándolas, disfruto investigando con otras personas y disfruto divulgándolas.



ENTREVISTA A UNA CIENTÍFICA CERCANA



HB: ¿Qué te hizo investigar sobre la geometría de las cosas?

MM: Una de las profesoras que tuve en la carrera, M^a Ángeles de Prada, hizo, a través de su pasión y sus clases, que me enamorara de la su asignatura Topología. Trabajé con ella en 4^o y 5^o de carrera con una beca de colaboración y ya fue un no parar.

HB: ¿Crees que hubiera sido más fácil llegar a tu posición científica si hubieses sido hombre?

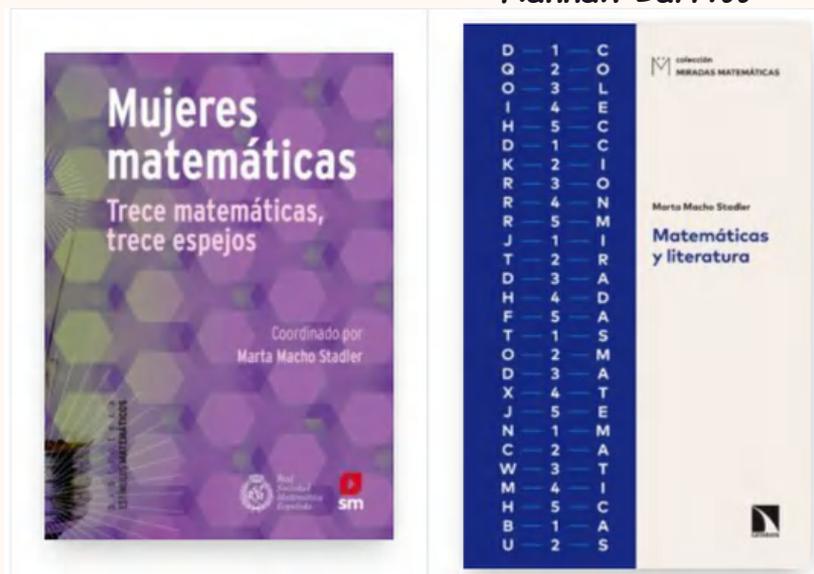
MM: Probablemente, en mi época de tesis sobre todo... Estuve inmersa en un entorno muy masculinizado y muy competitivo.

Hice mi doctorado en Francia, estaba en la Universidad de Lyon y se trabajaba mucho con l'École Normale Supérieure (una institución de élite en Francia). Las formas de trabajar eran duras, el nivel de exigencia alto, pero lo peor eran las ganas de destacar de la mayoría. Se colaboraba poco... Para eso no estaba "entrenada", no me gustaba. Lo pasé realmente mal.

HB: ¿Te resulta más fácil hacer ciencia o divulgar esa misma ciencia, para hacerla cercana y entendible a todos los públicos (DivulgaMAT, ZTFNewa.org, Cuaderno de Cultura Científica, Mujeres con Ciencia)?

MM: Son actividades muy distintas. Hace veinte años apenas divulgaba, estaba muy centrada en la investigación. Para poder divulgar hace falta conocer muy bien "las dobleces" del tema del que hablas y tener la capacidad de hacerlo con cercanía y sencillez. Eso necesita tiempo y aprendizaje. Ahora dedico casi todo mi tiempo a la docencia y la divulgación.

Hannah Barritt



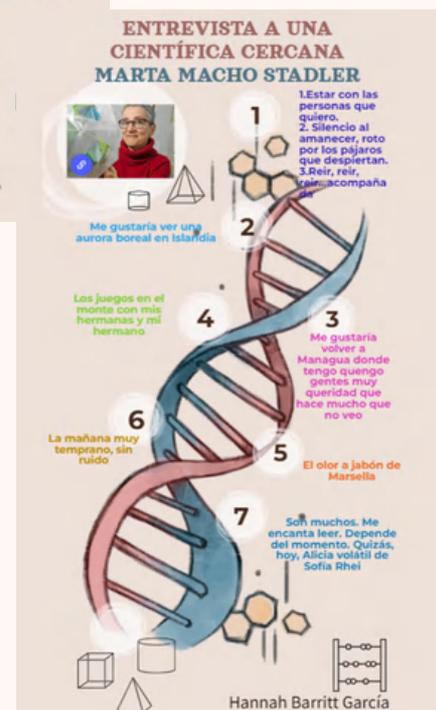
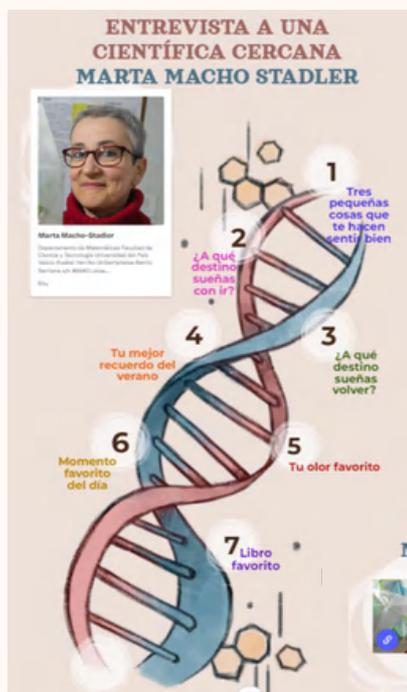
ENTREVISTA A UNA CIENTÍFICA CERCANA



Hannah Barritt García

HB: ¿Ves matemáticas por todas partes en tu día a día o eres capaz de desconectar el trabajo científico del disfrute de lo cotidiano?

MM: Jajajaja, no... En cada momento disfruto de lo que se presenta. Aunque debo confesar que cuando leo cualquier libro (es mi principal actividad en los momentos de ocio) intento que no se me escapen las alusiones a las matemáticas. Así lo puedo incorporar a alguna de mis charlas.



UNA CURIOSIDAD....

Según la RAE y fundéuRAE, se recomienda escribir los nombres de asignaturas, licenciaturas, diplomaturas y similares con mayúscula. Asimismo, conforme a la nueva Ortografía, si el nombre es largo y aparece dentro de un texto, no aisladamente, se prefiere escribirlo entrecorrido con mayúscula solo en la primera palabra.

Ahora bien, cabe distinguir entre el nombre de las asignaturas y el nombre genérico de una materia o rama de conocimiento, que en ocasiones pueden coincidir. Este último se escribe con minúsculas: «Estudio sobre el desarrollo de las matemáticas en al-Ándalus».



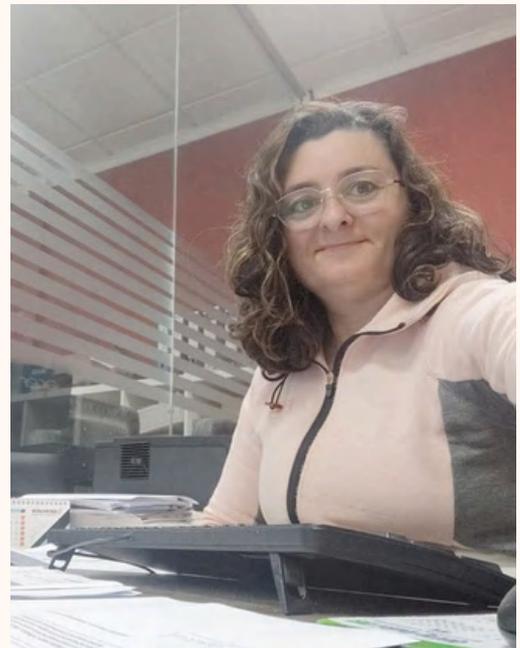
ESTUDIANTES DE BACHILLERATO A DISTANCIA NOS CUENTAN SU EXPERIENCIA



Carolina Moraga

Hemos querido entrevistar a dos alumnos matriculados en la enseñanza de Bachillerato a distancia que se imparte en nuestro centro educativo.

María del Carmen Jiménez es alumna del instituto Alfonso VIII en Cuenca, donde cursa el Bachillerato de Ciencias a distancia. Mujer de 51 años, divorciada, trabaja como administrativa en las oficinas de una fábrica. Actualmente es secretaria de la asociación de mujeres de su localidad, componente de una asociación músico-cultural, componente del coro parroquial juvenil, presidenta de una hermandad religiosa en su parroquia, miembro de varias asociaciones más de diferente índole todas en su localidad y, por supuesto, ama de casa. También es música *amateur* y está aprendiendo la guitarra clásica y el saxofón alto.



En estos momentos su madre vive con ella. Se siente muy orgullosa y feliz por tenerla a su lado. También es amante de la naturaleza, de los animales, del teatro (ha participado en varias obras de teatro y espectáculos) y de la música (fue componente de la banda de música de su pueblo por más de quince años como saxofonista). Vive en Valverde de Júcar, además de con su madre, con tres perros rescatados de la calle. Como veréis, ocupada a tiempo completo.



ESTUDIANTES DE BACHILLERATO A DISTANCIA NOS CUENTAN SU EXPERIENCIA



Carolina Moraga

Samuel Mateo Rubio es alumno del instituto Alfonso VIII de Cuenca. Cursa 2º de Bachillerato de Ciencias Sociales a distancia. Es un chico de 19 años que trabaja en la empresa familiar de logística y eventualmente en una empresa de espectáculos como montador de escenarios, equipos de sonido, etc., ambos trabajos en Cuenca y provincia. Le apasiona el fútbol, su historia, practicarlo con los amigos en campo y en videojuegos, le gusta el deporte, en general, pero entrena boxeo en un centro especializado cuando tiene tiempo libre. Es una persona muy sociable a la que le gusta salir, la música, ir a festivales, le encanta conducir, viajar, la moda y compartir momentos con su familia, novia y amigos.



Cuando acabó primero de Bachillerato tuvo que tomarse un tiempo sabático hasta que decidió retomar los estudios, acabar Bachillerato y seguir con su formación.

Carolina Moraga: ¿Qué es lo que os ha motivado a estudiar? ¿Y estudiar en el IES Alfonso VIII?

María del Carmen Jiménez: Siempre había querido estudiar y tener al menos el Bachillerato y fue un poco por casualidad. Hace unos años mi autoestima estaba muy dañada y buscando en internet algo didáctico, cursos, etc. donde poder distraerme y mejorar mi ánimo, vi que era el último día para poder matricularse en ESO en la escuela de adultos, tendría que ir a Cuenca y eso me ayudaría a distraerme, al tiempo ampliaría mis conocimientos, algo que siempre me ha gustado, y conocería gente nueva. Como soy una persona muy responsable y autoexigente,

sabía que eso sería el motor para volver a ser la que era antes de mi divorcio. Tenía el graduado escolar de EGB y me convalidaron 1º y 2º de la ESO, así que comencé en 3º, que hice en el primer cuatrimestre, y 4º en el segundo, todo con matrícula de honor. Eso me motivó a continuar estudiando y, después de mirar los distintos Bachilleratos, el de distancia que se imparte en el Alfonso VIII es el que mejor me encajaba a mí porque, al no vivir en Cuenca y tener tan poco tiempo libre, lo podía ir sacando poco a poco sin tener que desplazarme todas las tardes.



ESTUDIANTES DE BACHILLERATO A DISTANCIA NOS CUENTAN SU EXPERIENCIA



Carolina Moraga

Samuel Mateo: Me motiva el progresar, encontrar un buen futuro laboral en una profesión que me haga sentir realizado. Decidí estudiar en el Alfonso VIII porque tras primero de Bachillerato, por circunstancias personales hice un parón en los estudios y me puse a trabajar, pero teniendo en mente acabar Bachillerato y seguir estudiando. Vine, me informé y supe que el Bachillerato a distancia era una buena opción para poder seguir trabajando y estudiando a la vez.



CM: ¿Por qué decidisteis ahora hacer los estudios de Bachillerato?

MCJ: Como ya he explicado antes, por las notas obtenidas en la ESO, porque estaba mejorando mi ánimo con la terapia que yo misma me impuse y porque quise demostrar que soy una mujer muy válida para todo lo que me proponga. Solo es cuestión de trabajar duro y ser constante.

SM: Considero que en un futuro te exigirán para cualquier trabajo mínimamente el Bachillerato, pero en mi caso, es que quiero seguir formándome.

CM: ¿Qué dificultades habéis encontrado en la modalidad de Bachillerato a distancia?

MCJ: Horarios muy tempranos de algunas tutorías de la tarde, al trabajar y no vivir en Cuenca casi no he podido asistir a ellas. En el Bachillerato a distancia de Ciencias me gustaría que se impartieran clases en algunas de las materias, no solo tutorías, esto ayudaría al alumno, porque con algunas asignaturas no vale solo hincar codos y estudiar, es necesario comprender y saber desarrollar la materia.

SM: La verdad, no he encontrado ninguna dificultad, solo facilidades por parte de todo el profesorado del instituto, a los que doy las gracias por su ayuda.



ESTUDIANTES DE BACHILLERATO A DISTANCIA NOS CUENTAN SU EXPERIENCIA



Carolina Moraga

CM: ¿Os está resultando fácil o difícil?

MCJ: Bastante difícil. En distancia tienes que programar muy bien tu tiempo, mucho más si no dispones de él para estudiar, tienes que ser muy responsable y constante. En ocasiones te surgen dudas o hay algo que no sabes hacer o por qué es así y tienes que buscar información, buscar tutoriales, etc. Se emplea mucho más tiempo para llegar a la conclusión que cuando tú puedes tomar clases y aclarar tu duda en el momento con el profesor.

En mi caso en concreto, al estar durante todo el día ocupada, es por la noche y madrugada cuando yo he podido estudiar y hacer los trabajos de cada asignatura, lo cual me quitaba horas de sueño y descanso.

SM: Me resulta fácil porque puedo adaptarlo al trabajo.

CM: Una vez terminado el Bachillerato, ¿vais a continuar estudiando?

MCJ: Todavía no tengo nada decidido, pero por mi edad y lo superocupada que estoy ya no estudiaré ninguna carrera, sí que por mi mente ha pasado el preparar alguna oposición, pero tampoco es seguro. Pienso que también ha llegado el momento de disfrutar teniendo algo más de tiempo libre para mí, viajar un poco, que nunca lo he hecho, y centrarme un poco más en mi grupo musical, dedicar más horas a los instrumentos musicales que practico.

SM: Sí, me gusta la economía, las finanzas, el comercio... Voy a estudiar un Ciclo Superior de Comercio Internacional y quizá, posteriormente, lo amplíe con una carrera

CM: ¿Tenéis claro hacia dónde dirigir vuestro futuro laboral?

MCJ: Si soy sincera, en este momento no. Sí que tengo ideas pero ninguna clara. He sido autónoma y he trabajado por cuenta ajena, siempre he estado en activo y me gustaría llevar a cabo un proyecto nuevo para volver a ser autónoma, pero en estos momentos no puedo invertir monetariamente en esa idea. Siendo mujer, con mi edad y evitando tener que mudarme de mi casa, es muy difícil conseguir un trabajo mejor remunerado y con mayor tiempo libre. De todas formas estoy abierta a escuchar ofertas... Si es para mejorar mi situación, bienvenidas sean, siempre me he adaptado bien a cualquier trabajo, solo tendría que valorar los pro y los contras.

SM: Sí, hacia el comercio internacional, ventas, logística, ayuda y apoyo a empresas, inversiones, etc.

CM: ¿Creéis que la sociedad aún tiene prejuicios sobre la gente que estudia a una edad más tardía?



ESTUDIANTES DE BACHILLERATO A DISTANCIA NOS CUENTAN SU EXPERIENCIA



Carolina Moraga

MCJ: Cada vez menos, pero supongo que como en todas las cosas siempre habrá a quien le parezca una pérdida de tiempo, pero para mí es todo lo contrario. Tener una buena preparación académica es fundamental para satisfacción personal, para la sociedad y, por supuesto, para abrirte puertas en el ámbito laboral por ser una persona más preparada y formada.

SM: Creo que cada vez menos. La sociedad actual no es como antiguamente, creo que no es el mismo modelo, que existen diferentes situaciones y necesidades y hay que ir adaptándose según cómo vienen. No pasa nada por no ir con tu año en los estudios, por ejemplo, por diferentes circunstancias, el caso es estudiar y encontrar un trabajo que nos permita desarrollarnos, a veces cuesta más y otras menos.

CM: ¿Habéis encontrado apoyo en vuestra familia y amigos?

MCJ: Sí, siempre me han apoyado y han valorado mi esfuerzo. Todos ellos se han adaptado a mis horarios y me han ayudado en lo que han podido.

SM: He recibido mucho apoyo de mi familia, sobre todo de mi madre, que ha estado al pie del cañón ayudándome y apoyándome en mis decisiones, mi tía, mi novia, amigos..., sin



olvidar a los profesores, que también me han ayudado mucho: son conscientes de la situación personal de cada alumno.

CM: ¿Os está ayudando el hecho de estudiar en vuestro propio crecimiento personal?

MCJ: Sí, por supuesto, ha enriquecido mi vida, soy una mujer renovada, con ganas de comerme el mundo y con una gran satisfacción personal, porque poco a poco estoy consiguiendo mi propósito.

SM: Sí, por supuesto, pero también busco otras herramientas para trabajar en ese crecimiento.

CM: ¿Cómo os organizáis en el día a día?

MCJ: Pues hay días que es un caos, otros que todo va muy ordenado cronológicamente.



ESTUDIANTES DE BACHILLERATO A DISTANCIA NOS CUENTAN SU EXPERIENCIA



Carolina Moraga

Debo apuntarme casi todo lo que me propongo hacer en el día para que no se me olvide, aunque a veces por cansancio o porque no da tiempo se queda sin hacer, pero no pasa nada se continúa al día siguiente. Soy una persona bastante activa, me levanto temprano para pasear un ratito a mis mascotas. De lunes a viernes trabajo fuera de casa, al mediodía regreso a comer, para después volver al trabajo por la tarde y acabo a las seis, llego a casa y paseo de nuevo a los perros. A partir de las ocho de la tarde es cuando cada día de la semana tengo algo diferente: clases de inglés, ensayo de guitarra, estudiar las materias del Bachillerato, a veces asistir a reuniones de las distintas asociaciones a las que pertenezco, etc.

Después llego a casa, ceno y a estudiar de nuevo. Los fines de semana y festivos por la mañana son para las tareas de casa y por la tarde para pasear, estudiar o practicar con algún instrumento.

SM: Trabajo, estudio y cuando puedo también voy a boxeo, me ayuda a descargar tensiones y desconectar. Si puedo, veo a mis amigos; nos permite aislarnos un poco de un curso con tanta presión.

CM: ¿Recomendáis este tipo de estudios? ¿A quién?

MCJ: Sí, por supuesto. A todas esas personas de cualquier edad que quieran crecer intelectualmente y prepararse para conseguir un buen trabajo o simplemente porque tienen tiempo para estudiar y quieren ampliar sus conocimientos. Una buena educación es primordial para toda la sociedad.

SM: Claro que recomiendo este tipo de estudios y me preocupa que pueda desaparecer.

Creo que la existencia de esta modalidad de Bachillerato es muy importante para un perfil concreto de alumno, un alumno con dificultades para asistir a clases ordinarias, bien por alguna condición personal o por estar trabajando como yo. Para alumnos que abandonan, que por circunstancias no pudieron terminar pero quieren obtener la titulación, es una buena solución también. Sin duda, lo recomiendo si la persona se encuentra en cualquiera de estas situaciones.

CM: Muchísimas gracias por vuestro testimonio y suerte en todo lo que os propongáis.



CRÓNICA DE LA EXCURSIÓN A SEGÓBRIGA



María Jesús de Dios

El lunes 8 de marzo los alumnos de Cultura Clásica de 2º y 4º ESO y los alumnos de Latín y Griego de 4º ESO y Bachillerato, acompañados por dos profesores, realizaron una excursión a Segóbriga con el fin de visitar el Parque Arqueológico, además de asistir a las XLI Jornadas del Festival Juvenil de Teatro Grecolatino de Segóbriga 2024 y a la representación de una comedia romana, *Asinaria* de Plauto, y una tragedia griega, *Las Bacantes* de Eurípides.

Primero tuvo lugar la visita guiada de la ciudad romana de Segóbriga, en la que pudieron ver los principales edificios de la ciudad y escuchar las explicaciones de la profesora: el circo, lugar donde se celebraban las carreras de carros, y la vía funeraria con su necrópolis, el anfiteatro para la lucha de gladiadores, las murallas, el foro o plaza pública con la basílica, la curia y las tabernas o tiendas, las termas, la casa del procurador Cayo Julio Silvano, única casa excavada hasta ahora, y el teatro...



Fuente: <https://www.teatrogrecolatinosegobriga.com>



Parte del grupo en el Teatro de Segóbriga



Foto de grupo en el Anfiteatro de Segóbriga



CRÓNICA DE LA EXCURSIÓN A SEGÓBRIGA



María Jesús de Dios

Segóbriga era un *oppidum* que se convirtió en *municipium* romano en época de Augusto, momento en el que se comenzó la construcción de sus principales monumentos (s. I d.C.), y ocupaba una superficie de unas 10 hectáreas. Es una de las mejores ciudades conservadas de la meseta y una de las pocas ciudades de Hispania que contaba con los tres edificios típicos romanos para espectáculos: teatro, anfiteatro y circo. Su importancia se debe a la explotación de las minas de *lapis specularis* o espejuelo, que servía principalmente para cerrar las ventanas (antes de la utilización del vidrio) y se exportaba a distintos lugares del Imperio Romano.

Después asistieron a la representación de la tragedia de Eurípides, representada por el Grupo Párodos del IES Siberia Extremeña de Talarrubias, Badajoz. Después de un breve descanso para comer, se representó la comedia de Plauto por el mismo grupo. Algunos alumnos pudieron incluso hacerse unas fotos con los actores, que eran alumnos como ellos, lo que les sorprendió favorablemente.

Como suele ser habitual en estos casos, algunos alumnos disfrutaron más de la comedia y otros preferían la seriedad de la tragedia, pero todos quedaron encantados con la visita y las obras de teatro.



Representación de la tragedia de Eurípides *Las Bacantes* por el Grupo Párodos en el Teatro de Segóbriga



Representación de la comedia *Asinaria* de Plauto por el Grupo Párodos



REPERCUSIÓN DE LA TECNOLOGÍA EN LOS ESTUDIANTES



Naira Peñuelas

Los entornos educativos, desde educación infantil hasta las universidades y otros tipos de centros de enseñanza, ostentan diversos aparatos y sistemas tecnológicos, como un claro avance en la docencia actual.

Sin embargo, ¿cuál es la repercusión real de la tecnología en nuestros jóvenes a la hora de estudiar?



Fuente: laprensa.com.ar

Este es un tema bastante discutido desde varios puntos de vista; tanto el de los docentes, como el de los propios jóvenes estudiantes, y enfocando diversos aspectos de este asunto.

La influencia del entorno tecnológico en los alumnos es delicadamente subjetiva, mas puedo añadir que, desde mi punto de vista, no es exactamente lo digital y tecnológico quien tiene la responsabilidad de afectar a los jóvenes, si el uso que se hace de ella es el correcto y moderado.

Es general, el conocimiento que se tiene sobre las facilidades que la tecnología nos proporciona a la hora del estudio. Es, sin lugar a dudas, un gran apoyo y una gran aportación de conocimiento a la que, hasta hace unos años, no se tenía libre acceso.

Aunque se conocen varias desventajas del uso del mundo digital en el entorno educativo, como distracciones o pérdida de concentración al estudiar, es evidente que no pasarían mientras que el uso que se le dé a la tecnología sea uno moderado y razonable.

Lo principal son los pros o ventajas que el entorno informático proporcionan a los jóvenes estudiantes según algunos institutos, como un aumento de la creatividad y un estímulo del aprendizaje, aparte de un incremento en la capacidad intelectual.

Otra clara ventaja es el acceso a la información. Con dispositivos conectados a internet, los jóvenes tienen acceso instantáneo a una cantidad inmensa de información, lo que les permite aprender sobre casi una infinidad de temas y expandir sus conocimientos de manera rápida y eficiente.

A modo de conclusión, puedo asegurar que la tecnología no es más que una ayuda y un apoyo en el aprendizaje, y que el único momento en el que podría llegar a afectar es cuando el empleo que se hace de ella es uno desproporcionado y excesivo.



COMPARACIÓN DEL SISTEMA EDUCATIVO ESPAÑOL Y EL COLOMBIANO



Juan Andrés Pulgarín

La educación es un pilar fundamental en el desarrollo de nuestras capacidades, haciendo así una mejor sociedad. En este sentido, comparar dos sistemas educativos como es el español y el colombiano nos permitirá identificar similitudes o diferencias entre sí. Examinaré todo desde un enfoque subjetivo basándome en mis vivencias con el fin de meramente informar y no crear algo negativo.

- **Materias:**

Existen algunas similitudes en cuanto las materias básicas (Lengua, Inglés, Matemáticas, Educación Física...), pero existe la diferencia en que en el estudio español hay menos materias que en el estudio colombiano.

En el estudio español existen materias optativas que pueden llevar hacer una ruta enfocada en lo que queremos hacer, a diferencia de en el estudio colombiano, en el que todos los del curso verán las mismas materias



- **Oportunidades dentro y fuera del país:**

En el estudio español existen varias herramientas para obtener muchas posibilidades de estudio dentro del país como fuera de él (como es el caso del programa ERASMUS o prácticas en una FP); en el estudio colombiano no es así, ya que las posibilidades de desarrollar unos estudios más especializados en otros países son casi nulas y para desempeñarlo en el país es complicado.



COMPARACIÓN DEL SISTEMA EDUCATIVO ESPAÑOL Y EL COLOMBIANO



Juan Andrés Pulgarín

- **Dificultades/Exigencias:**

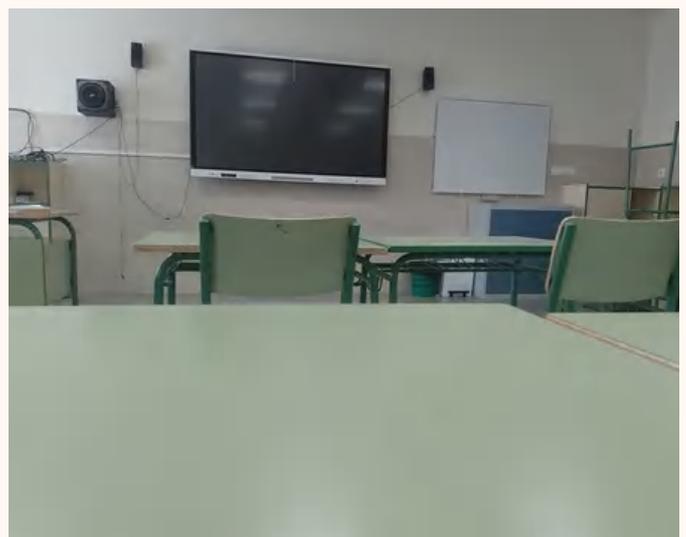
Desde mi punto de vista, el sistema educativo colombiano tiene mayor dificultad al ver tantas materias (en algunos cursos son 15) y algunas actividades externas como la llamada UTC (Universidad en tu colegio), que es un programa para salir del instituto con un conocimiento técnico en la carrera escogida. También siento que tiene más dificultad por la exigencia y presión que genera llevar tantas materias tanto en el instituto como en la universidad y los horarios de estudio tan extensos en algunos días de la semana.

- **Conclusión**

Mi conclusión me lleva a hacer ver las similitudes entre estos dos sistemas educativos, que, aunque estén demasiado separados el uno del otro, hay cosas que las hacen muy parecidas pero otras las hacen diferentes.

En mi opinión que he tenido la oportunidad de estudiar en los dos sistemas educativos (más tiempo en el sistema educativo colombiano), el estudio español es mejor para un futuro profesional, aunque sea “menos exigente” que el colombiano, ya que, desde mi punto de vista, nos lleva a un enfoque más profesional y existen numerosas oportunidades de poder tener un futuro profesional, que es lo que cualquier estudiante anhela tener.

Este es un tema muy extenso, pero espero haber resumido lo más importante y haber sido claro y conciso.



ODS 5: IGUALDAD DE GÉNERO

5 IGUALDAD DE GÉNERO



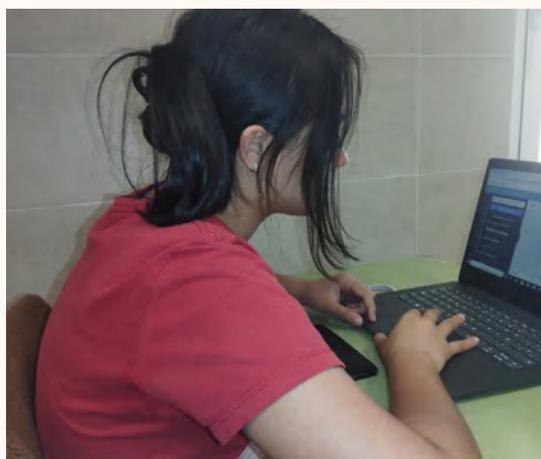
DERECHOS DEL HOMBRE Y LA MUJER



Geraldine Potes

Que vivimos en un sistema patriarcal es algo obvio e indiscutible. ¿Estás de acuerdo? Pero lo que algunas personas todavía no acaban de entender es que es necesario legislar y hacer política desde el punto de vista de la discriminación positiva. Y es que no es lo mismo la igualdad que la equidad.

De hecho, existen leyes, políticas, ayudas sociales, etc. igualitarias que, sin embargo, no son equitativas. Porque la igualdad de derechos entre hombres y mujeres, en ocasiones, sigue dejándolas a ellas en desventaja o situación de riesgo. ¡Y es algo que nos afecta al conjunto de la sociedad, sin excepciones!



Que nuestra sociedad haya alcanzado a nivel legislativo la igualdad de derechos entre hombres y mujeres es un enorme logro, pero no es suficiente. Así que no podemos quedarnos aquí, es hora de ir más allá. Debemos seguir avanzando para conseguir una sociedad en la que todos y todas tengamos en la práctica, y no solo sobre el papel, las mismas oportunidades, la misma libertad y los mismos privilegios. ¿Y sabías que esto también está en tus manos?



EL MES DEL DÍA DE LAS MUJERES



El mes del Día de la Mujer (8 de marzo) es también el de la Lengua Francesa (20 de marzo). Y el 21 el de la Poesía y de la Eliminación de la Discriminación Racial. En la clase de francés de 2º de BACHILLERATO hemos unido esas celebraciones y la idea de plurilingüismo y pluriculturalidad en torno a seis escritoras de expresión francesa y de orígenes diversos.

Mujer, igualdad, derechos, libertad, educación, historia, plurilingüismo, pluriculturalidad, francofonía... Si a estos conceptos sumamos seis nombres de mujeres de orígenes diferentes y de lenguas maternas diversas que convergen en la lengua francesa, el resultado es una manera de comprender qué es Europa y la Unión Europea, unida en su diversidad.

Así se aúnan en una actividad escolar ideas y objetivos que forman parte del IES Alfonso VIII. Ser centro de la Red de Escuelas Asociadas de la UNESCO, Escuela Embajadora del Parlamento Europeo y de la Red de Escuelas por los Derechos Humanos de Amnistía Internacional marca y se convierte en orgullo difundir los principios de estas instituciones entre el alumnado.

Irène Némirovsky (24 de febrero de 1903, Kiev – 17 de agosto de 1942, Auschwitz). Es una novelista rusa francófona. Autora de éxito en Francia en la década de 1930 pero olvidada tras la Segunda Guerra Mundial. Hablaba ruso, polaco, inglés, vasco, finés y yiddish; el francés era casi su lengua materna. "Suite francesa", publicada en 2004, recibió el Premio Renaudot a título póstumo.

Agota Kristof, 1935–2011 (en húngaro Kristóf Ágota) es una escritora húngara de habla francesa. A la edad de 21 años, Agota Kristof abandonó su país, Hungría, mientras la revolución del Consejo Obrero de 1956 era aplastada por el ejército soviético. Su obra está marcada por esta migración forzada y por usar su lengua adoptiva, el francés. Su obra literaria está atravesada por un sentimiento de angustia constante y una búsqueda desesperada del amor.

*Guillermo Abad
Gisela Alonso
Clara Córdoba
Paula Gordo
Sergio Lorenzo
Gabriel Moreno*

Andrée Chedid fue una poeta, dramaturga, novelista, activista por los derechos de las mujeres. Después de vivir en Egipto y el Líbano, en 1946, se instala en París. Fue galardonada con la Legión de Honor en 2009 y con el Premio Goncourt de poesía en 2003. Julia Kristeva, nacida en Bulgaria en 1941, es una renombrada filósofa, psicoanalista y novelista franco-búlgara. Ha contribuido de manera significativa a la teoría literaria, el psicoanálisis y el feminismo.

Nancy Huston (1953, Calgary, Alberta, Canadá) es una escritora canadiense de lengua francesa e inglesa que vive en Francia desde los años setenta. Nancy Huston dedica su obra al análisis de la condición femenina y los derechos de las mujeres.

Fatou Diome (Niodior, Senegal, 1968). Tras la publicación de su colección de novelas cortas, *La Préférence nationale* (2001), su novela *Le ventre de l'Atlantique* (2003) adquirió un gran reconocimiento internacional. Su obra se centra en los temas de la inmigración en Francia y las relaciones entre Francia y el continente africano.



EL FUTURO DE NUESTRAS ALUMNAS



*Natalia Murcia
Nuria Martínez*

NATALIA MURCIA (4 A)

El año que viene voy a hacer una FP de Estética. Me tengo que cambiar de instituto para cursarla y echaré mucho de menos el Alfonso VIII y a mis compañeros, pero es lo que yo quiero estudiar. Allí estudiare un montón de nuevas técnicas, aparte de todo lo que sé. Principalmente haré este ciclo porque tengo un poco de idea y quiero aprender más y es a lo que me quiero dedicar.



NURIA MARTINEZ (4 D)

El año que viene voy a hacer el Bachillerato de Ciencias Sociales en el Alfonso VIII, ya que quiero estudiar Magisterio. Puede que me cueste sacármelo, porque ha subido la nota de corte para entrar, aunque tampoco es muy alta. Este próximo año me voy a esforzar mucho en Bachillerato para así tener más nota y cumplir todas mis metas.



MUJERES DE NUESTRA COMUNIDAD EDUCATIVA



Lorena Martínez

Como ya es tradición, el 8 de marzo conmemoramos con una mesa redonda en nuestro instituto el Día Internacional de la Mujer, esta vez con la participación de tres admirables mujeres de nuestro entorno relacionadas con el mundo de la ciencia.

En esta edición, el coloquio fue protagonizado por tres integrantes de nuestra comunidad educativa: Carmen Mota Utanda es arquitecta, tienes su propio estudio, además es profesora universitaria de la Escuela de Arquitectura de Toledo, doctora, investigadora, conferenciante... y madre de una de nuestras alumnas.

Mayte Segovia Vargas es profesora de Geografía e Historia en el IES, pero también es ingeniera técnica forestal, ingeniera agrónoma...

Por último, Josefa Ramiro Hernández es la primera neurocirujana española y abuela de otra de nuestras estudiantes.

La mesa redonda se desarrolló en un clima muy distendido en el que pudimos descubrir que, desde muy pequeñas, las tres invitadas destacaban por su curiosidad ante el entorno, con intereses tanto en ámbitos científicos como humanísticos.

Resumieron su trayectoria personal y profesional, y destacaron algunos episodios que marcaron la decisión de dedicarse a su trabajo. Carmen lo tuvo claro desde bien pequeña, cuando vio en su colegio un dibujo de un arquitecto con un casco; Josefa gracias a la figura de nuestro Premio Nobel Ramón y Cajal vio que le interesaba el sistema nervioso; y Mayte supo aprovechar todas las oportunidades que se le presentaron para estudiar y después trabajar, primero como



ingeniera y más adelante como profesora de Historia.

El coloquio fue muy ameno y enriquecedor, pero también muy emotivo. En varias ocasiones sentimos el aplauso espontáneo y cálido del auditorio, agradecido por escuchar las experiencias vitales de estas tres profesionales, que suponen un referente femenino en los ámbitos científicos y tecnológicos tradicionalmente masculinizados, pero también son mujeres de nuestro entorno, que viven en nuestra ciudad, con las que nos cruzamos por la calle... Madres, abuelas, profesoras... son mujeres cercanas, de las nuestras.

Por este motivo fue tan interesante tenerlas con nosotros y escuchar el potente mensaje que mandaron a todo el alumnado, pero especialmente a las futuras profesionales: que estudien, trabajen mucho y sean económicamente independientes.



IGUALDAD PARA LA CONVIVENCIA



El IES Alfonso VIII convocó el Primer Concurso de Cómic en torno a un tema central en la educación.

Gabriel Moreno

Durante los meses de abril y mayo el alumnado de ESO y de FPE pudieron presentar obras en formato cómic donde expresaban ideas e historias en relación a la igualdad y las alianzas para conseguir los ODS de la Agenda 2030.

El cómic ofrece muchas formas de expresión y posibilidades para transmitir historias, valores e ideas. Que el alumnado de un centro educativo tenga ocasión de expresar su sentir y su opinión sobre temas clave en el desarrollo de la personalidad y en la construcción de sí mismo como ciudadano es algo inherente al quehacer de los centros escolares y debería fomentarse en todo momento.

El Departamento de Orientación y la Red de Escuelas Asociadas de la UNESCO aspiran a repetir la experiencia del concurso año tras año. Los Objetivos 5 (Igualdad de género), 16 (Paz, justicia e instituciones sólidas) y 17 (Alianza mundial para el desarrollo sostenible) de Desarrollo Sostenible y valores éticos relacionados son el centro de cada historia participante.

En este caso se trata de hacer reflexionar sobre la igualdad, la violencia y el respeto; así como la autoestima y la visión positiva de sí mismo.

Este primer año el premio fue para *Girl in trouble*, una historieta de Yevheniia Zaporozhchenko de 4º de ESO. Esta alumna nos ha acompañado sólo unos meses. Procede de Ucrania y se quedará en nuestra ciudad después de un periodo de adaptación para estudiar en la Escuela de Arte "Cruz Novillo" precisamente un ciclo de grado superior de cómic.

La historia ganadora utiliza los prejuicios, los estereotipos y el efecto sorpresa, así como un conseguido lenguaje gráfico, para mostrar una imagen de la mujer que rompe con la idea sexista de sexo "débil".

Yevheniia recibió de manos del director Ángel Luis Navarro Llorente el premio que consiste en un vale para adquirir material de papelería o libros y un diploma.

Estamos seguros e ilusionados con que este certamen vaya alcanzando muchas ediciones. ¡Animaos a descubrir el mundo del cómic, a leer, a crear cómic!



Girl in trouble de Yevheniia Zaporozhchenko



ESTEREOTIPOS FEMENINOS EN LOS INSTITUTOS



Abdel Zahaf

En ocasiones, los institutos manifiestan y promueven ciertos estereotipos de género. Según la lógica que usan, los estereotipos sobre las chicas en los institutos pueden influir mucho en su aprendizaje, el crecimiento y la orientación para elegir la futura profesión. Por ello, es imprescindible investigar y desafiar aquellos mitos para hacer que el instituto más solidario y justo. Ahora voy a presentar algunos estereotipos femeninos que se ven en los institutos:

1) Menos habilidosas en Matemáticas y Ciencias:

Algunos profesores pueden tener la creencia de que las mujeres son naturalmente menos hábiles en Matemáticas y Ciencias, lo que puede llevar a expectativas más bajas para las estudiantes y cambiar sus decisiones respecto a sus carreras.

2) Menos capaces en actividades físicas o deportivas:

Algunos profesores les cuentan a sus alumnos que las mujeres van a ser peores que los hombres en los deportes por naturaleza y así quitan el interés de algunas chicas a rendir más en esa asignatura.

3) Más emotivas o sensibles:

Puede haber un pensamiento entre algunos profesores de que las mujeres son más emocionales o sensibles que los hombres, lo que puede influir en la forma en que se confrontan los problemas de comportamiento o las situaciones emocionales en el aula con otros compañeros, es decir, a la hora de que el profesor solucione conflictos entre un chico y una chica, el profesor a veces le dará la razón a ella para prevenir que el resultado le afecte negativamente en sus emociones.

Tras analizar los estereotipos femeninos principales en los institutos, concluyo con que se debe tratar a los dos géneros por igual para así tener un rendimiento más justo en chicas y chicos.

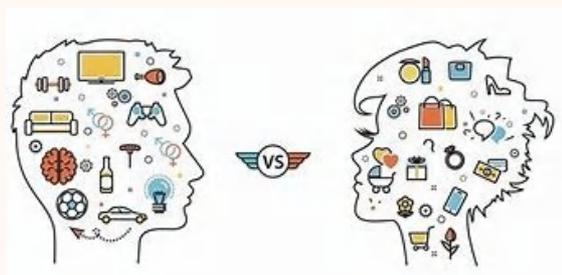


Imagen extraída de: <https://www.freim.tv/wp-content/uploads/2021/03/lifeder-roles-de-genero-concepto-min.jpg>



DIFERENCIAS ENTRE LA MUJER MARROQUÍ Y LA MUJER ESPAÑOLA



Hiba Rafai



Social

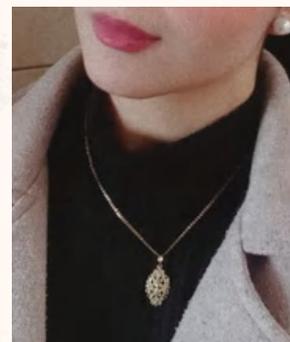
Mujer marroquí: La sociedad marroquí puede ser más conservadora en comparación con la española, especialmente en las zonas rurales. Las mujeres a menudo tienen roles tradicionales dentro de la familia y el hogar, aunque esto está cambiando con el tiempo y el avance de la educación.

Mujer española: España ha avanzado mucho en igualdad de género. Las mujeres tienen una fuerte presencia en la fuerza laboral y en posiciones de liderazgo. Las normas sociales son más igualitarias y las mujeres tienen más libertad en cuanto a estilo de vida y elección personal.

Cultural

Mujer marroquí: La cultura marroquí está profundamente influenciada por el Islam, lo cual se refleja en las prácticas diarias, la vestimenta y las normas sociales. Muchas mujeres marroquíes usan el hijab o ropa tradicional como el caftán. Las celebraciones religiosas, como el Ramadán y el Eid, tienen una gran importancia.

Mujer española: La cultura española tiene influencias cristianas, aunque España es un país laico. Las tradiciones y festividades, como la Semana Santa y las fiestas patronales, son importantes. La vestimenta es más occidental y varía según las regiones y estilos personales.



Económica

Mujer marroquí: La participación femenina en el ámbito laboral es más baja comparada con España y las oportunidades económicas pueden ser limitadas, especialmente en las áreas rurales. No obstante, hay un creciente número de mujeres emprendedoras y profesionales en las ciudades.

Mujer española: Las mujeres españolas tienen una mayor participación en el mercado laboral y más acceso a la educación y oportunidades económicas. A pesar de la brecha salarial de género, las políticas de igualdad de género están mejorando la situación.



LEGAL

Mujer marroquí: Las leyes en Marruecos están influidas por la Sharia (ley islámica) y el Código de Familia (Moudawana), que, aunque ha sido reformado para mejorar los derechos de las mujeres, aún tiene restricciones en temas como el matrimonio y la herencia.

Mujer española: Las leyes en España promueven la igualdad de género. La Constitución y el Código Civil garantizan los mismos derechos y oportunidades para mujeres y hombres. Existen leyes específicas para proteger los derechos de las mujeres en áreas como el trabajo, la violencia de género y la discriminación.

Educación

- Mujer marroquí: El acceso a la educación ha mejorado, pero todavía hay desafíos, especialmente en las zonas rurales. Las tasas de alfabetización y la continuidad en la educación secundaria y superior son más bajas en comparación con España.
- Mujer española: Las mujeres tienen un alto nivel de acceso a la educación y representan una mayoría en muchas universidades. La educación es gratuita y obligatoria hasta los 16 años, y hay un fuerte enfoque en la igualdad de oportunidades educativas.



LAS MUJERES EN EL DEPORTE



Ángela Adrover

El mundo del deporte ha sido tradicionalmente dominado por los hombres, pero en los últimos años las mujeres han estado ganando terreno en este ámbito.

RETOS PARA LAS MUJERES EN EL MUNDO DEL DEPORTE

Uno de los principales obstáculos es la falta de igualdad de oportunidades, en comparación con los hombres.

Las mujeres suelen recibir menos apoyo financiero, patrocinio y menos exposición en medios de comunicación.



OPORTUNIDADES PARA LAS MUJERES EN EL MUNDO DEL DEPORTE

En los últimos años se ha incrementado la visibilidad de las mujeres en el mundo del deporte, lo que ha llevado a un mayor apoyo y reconocimiento de sus logros.

Además, cada vez más marcas, empresas y organizaciones están apoyando al deporte femenino, lo que se traduce como más oportunidades de patrocinio y desarrollo pro



ENTREVISTA A DEPORTISTAS DEL IES ALFONSO VIII EN EL 25N

En este proyecto, muchas de las deportistas de nuestro centro pudieron mostrar sus experiencias personales en las diferentes disciplinas deportivas que practicaban. Varias de ellas afirmaron que se les juzga por su apariencia física en lugar de por su habilidad deportiva (muchas de las veces por parte de la audiencia), añadiendo también la diferencia de vestimenta que en el caso de la femenina puede llegar a ser incómoda.



OPINIÓN Y CONCLUSIÓN FINAL

Para concluir, personalmente creo que la clave de igualar los dos géneros en el deporte comienza desde bien pequeños.

Con esto hago referencia a que el ejemplo a seguir de un niño ya no solo tiene porque ser un hombre deportista, sino que las mujeres cada vez son más referentes también para ellos.



ODS 6: AGUA LIMPIA Y SANEAMIENTO

6 AGUA LIMPIA
Y SANEAMIENTO



EVITEMOS CONSUMIR AGUA CONTAMINADA



Lucía Moya

Evitar el consumo de agua contaminada es esencial para proteger la salud humana y preservar la integridad del medio ambiente.

La contaminación del agua que puede provenir de diversas fuentes como desechos industriales, agrícolas y urbanos, así como la presencia de microplásticos y productos químicos nocivos representa una seria amenaza para la salud pública.

Consumir agua contaminada puede ocasionar una variedad de enfermedades, desde problemas estomacales hasta afecciones graves como hepatitis y cólera.

Unas medidas para mitigar este riesgo pueden ser utilizar filtros certificados hervir el agua cuando sea necesario y almacenarla en recipientes limpios.

En conclusión, evitar el consumo de agua contaminada es una responsabilidad compartida que requiere tanto de acciones individuales como esfuerzos colectivos.



DESPERDICIO DEL AGUA

En esta sección hablaremos sobre el desperdicio del agua y sus posibles soluciones



Santos Culebras

EL DESPERDICIO DEL AGUA

El agua es un bien escaso debido a que solo el 0.007% del agua del planeta es potable. Esta cantidad se reduce progresivamente por culpa de la contaminación. Además del aumento del consumo exponencial, se prevé que la demanda del agua en 2050 incrementara un 55% respecto al año 2000.



¿CÓMO DESPERDICIAMOS EL AGUA?

En casa hay distintas formas de desperdiciar el agua por ejemplo: usar la lavadora con poca carga, usar electrodomésticos antiguos, que utilizan más agua, lavar a mano plato por plato, desperdiciar el agua que arroja el aire acondicionado y, sobre todo, derrochar excesivamente (tomando duchas prolongadas, lavando demasiado los automóviles, dejando el grifo abierto mientras te lavas los dientes...). En el centro educativo también se desperdicia agua. Los grifos no se pueden abrir y cerrar a disposición del alumno y tienen un tiempo de duración que no permite aprovechar toda el agua, además del mal uso en ciertos casos de la misma.

SOLUCIONES POSIBLES

Una de ellas en casa es intentar aprovechar la capacidad máxima de los electrodomésticos, renovar los mismos y evitar el derroche de agua eliminando esas duchas largas innecesarias y concienciarse para no desperdiciarla.

En el instituto se podrían cambiar los grifos, para que se puedan cerrar, o poner un sensor de movimiento para su activación.



AGUA LIMPIA Y SANEAMIENTO EN ZONAS PÚBLICAS



Héctor Alonso

Hacer uso correcto del agua en nuestra ciudad o en el instituto es primordial si queremos lograr una sociedad limpia y un mejor uso del agua en general. Lo realmente más complicado de todo esto es convencer a las personas que hacen un uso incorrecto de las instalaciones por distintos motivos que hacen que los baños públicos no duren lo que deberían durar en uso.

LA IMPORTANCIA DE LOS BAÑOS

En zonas como las Casas Colgadas u otros sitios turísticos debería siempre haber baños públicos o fuentes en disposición a los turistas ya que, en el caso de no haber, todos sabemos lo incómodo que es tener que aguantarte tus necesidades, etc.

Aparte de eso, en el IES Alfonso VIII las letrinas deben ser tratadas con el mismo respeto que las propias a la vez que los grifos de agua y el baño en general, cosa que muchas veces no se cumple. Ensuciar los baños con desechos, robar papel higiénico, atrancar los retretes con distintos objetos está, desafortunadamente, a la orden del día.

LA CONCIENCIACIÓN ACERCA DE LOS BAÑOS

Aunque podamos creer que cuando ensuciamos un baño “alguien lo limpiará” es mejor no pensar directamente eso, ya que una persona encargada de limpiar los baños no tiene por qué estar por la labor de limpiar cosas que no deberían ser limpiadas, sino que no debería haberse ensuciado en primer lugar.

Los gastos en papel higiénico obviamente no serían tan altos si la gente no se lo llevara.

FUENTES Y AGUA POTABLE

En ciudades como Cuenca no es raro encontrarse una fuente sin boquilla por la que beber por lo que efectivamente no expulsa agua y, por lo tanto, no podemos beber. Eso es algo muy común a la par que triste: la boquilla no desaparece si nadie se la lleva, eso está claro.

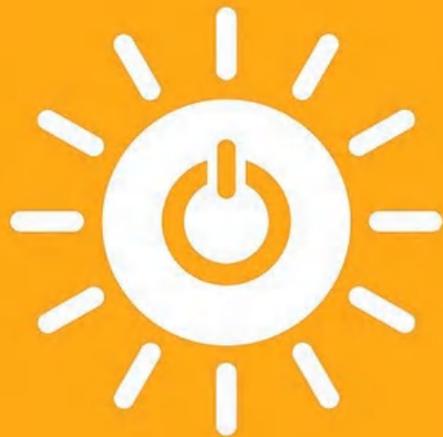


Algo podremos hacer entre todos, ¿no?



ODS 7: ENERGÍA ASEQUIBLE Y NO CONTAMINANTE

7 ENERGÍA ASEQUIBLE
Y NO CONTAMINANTE



AHORRO DE ENERGÍA EN EL INSTITUTO



Aitor Colmena

Ahorrar energía en el instituto es una tarea complicada no solo para reducir costos, sino también para contribuir al cuidado del medio ambiente. Esto es una responsabilidad de todos los estudiantes y el conjunto de profesores.

Algunos ejemplos para ahorrar energía en el instituto pueden ser:

1. ILUMINACIÓN

- Aprovechar al máximo la luz natural.
- Instalar luces led.
- Apagar todas las luces cuando no se usan.

2. DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS

- Apagar los dispositivos electrónicos cuando no se usan.

Muchas veces nos dejamos las pantallas y otros dispositivos encendidos cuando salimos, por lo que gasta mucha energía durante todo el día. Deberíamos asegurarnos de que al finalizar la mañana está todo apagado.



Fuente: el diario



3. USO ENERGÍAS RENOVABLES

- Uso de paneles solares.
Instalar paneles solares para generar parte de la energía que se consume sería una opción muy interesante.

4. VENTILACIÓN

- Uso adecuado de aire acondicionado y calefacción, así como en invierno llevar ropa adecuada para reducir la necesidad de calefacción excesiva y en verano ventilar las estancias todo lo posible.



MANERAS DE AHORRAR ENERGÍA



Daniel Guijarro



Ahorrar energía es crucial para el medio ambiente y nuestra economía. Existen diversas maneras sencillas y efectivas de lograrlo, que no solo benefician a nuestro bolsillo, sino también al planeta.

En primer lugar, el uso de bombillas LED en lugar de las tradicionales incandescentes reduce significativamente el consumo energético. Las bombillas LED son más eficientes y tienen una vida útil mucho más larga, lo que además disminuye la cantidad de residuos.

Otra forma de ahorrar energía es aprovechar la luz natural. Mantener las ventanas limpias y abiertas durante el día permite iluminar los espacios sin necesidad de encender luces artificiales. Esto no solo reduce el consumo eléctrico, sino que también mejora el bienestar al aumentar la exposición a la luz solar.

El uso responsable de los electrodomésticos es también fundamental. Desconectar los aparatos cuando no se usan y optar por aquellos con alta eficiencia energética puede marcar una gran diferencia. Además, prácticas como llenar completamente la lavadora y el lavavajillas antes de usarlos optimizan su rendimiento y disminuyen el desperdicio de energía.

Finalmente, fomentar hábitos de consumo consciente es esencial. Apagar las luces al salir de una habitación y regular la temperatura del hogar con termostatos programables son pequeños gestos que, al sumarse, tienen un gran impacto.

En resumen, ahorrar energía es una responsabilidad compartida que contribuye a un futuro más sostenible. Implementar estas sencillas acciones diarias puede significar un cambio positivo tanto para el medio ambiente como para nuestras finanzas.



ENERGÍA HIDROELÉCTRICA



Alonso Rojo

La energía asequible y no contaminante es una de las metas de desarrollo sostenible de la ONU. Precisamente es el objetivo de Desarrollo Sostenible n°7 de Naciones Unidas. Una de las energías que cumple estas características es la energía hidroeléctrica (además de la solar o la energía eólica).



ENERGÍA HIDROELÉCTRICA CERCA DE NOSOTROS

En nuestro entorno tenemos nueve hidroeléctricas y tres minicentrales en la cuenca del río Júcar.

De nuestra provincia son, por ejemplo, la del pantano de Alarcón, con una altitud de 806 metros, una altura de 67 y una capacidad de 112 hm³.

Más cerca de nuestra ciudad, en Villalba de la Sierra, se encuentra la central hidroeléctrica llamada El Salto, que opera desde que la inauguró Alfonso XIII en los años veinte del siglo pasado. Fue precisamente gracias a eso lo que hizo que la zona pasase de ser una villa sin importancia a tener un desarrollo a nivel turístico bastante importante.



La energía hidroeléctrica es una forma de energía renovable que se obtiene a partir del aprovechamiento del agua en movimiento, como ríos o cascadas para generar electricidad a gran escala. Este proceso se lleva a cabo en una central hidroeléctrica, en la que el agua en movimiento hace girar turbinas que a su vez activan unos generadores eléctricos.

La energía hidroeléctrica es una fuente de energía limpia y sostenible, ya que no produce emisiones de gases de efecto invernadero y su impacto ambiental es menor en comparación con otras fuentes de energía. Además, es una fuente de energía relativamente predecible, lo que la convierte en una opción de confianza para la generación de electricidad a gran escala.

Por otro lado, el problema de la sequía es uno de los riesgos más notables de esta fuente de energía, lo que nos debe hacer más conscientes de la necesidad de cuidar el gasto del agua y de fomentar el uso razonable de este recurso.

Esta energía, como este Objetivo de Desarrollo Sostenible, son la manera que tenemos de abordar las consecuencias del cambio climático que ya se sienten en nuestras sociedades.

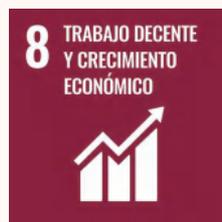


ODS 8: TRABAJO DECENTE Y CRECIMIENTO ECONÓMICO

8 TRABAJO DECENTE
Y CRECIMIENTO
ECONÓMICO



EL TRABAJO ADOLESCENTE



Gisela Moya

El trabajo adolescente puede crear mucho debate debido a que hay personas que apoyan que los adolescentes trabajen desde muy jóvenes, ya que dicen que fomenta su experiencia laboral, mientras que otros piensan que trabajar desde tan joven puede afectar a la educación y puede provocar conflictos por situaciones laborales injustas.

Nos centramos en los puntos a favor del trabajo adolescente. Muchos de ellos tienen que trabajar para la contribución de los gastos del hogar de su familia y otros simplemente lo hacen para una mayor independencia financiera. Esto fomenta la responsabilidad y la disciplina de muchos de ellos y los prepara mejor para los desafíos económicos que enfrentarán cuando sean adultos.



Fuente: Colegio el Papalot



Fuente: andina.pe

Sin embargo, no se pueden pasar por alto los desafíos y riesgos de un trabajo adolescente. Una de las mayores preocupaciones del trabajo adolescente es la reducción de la educación de los jóvenes: el trabajo puede limitar el tiempo y la energía que le dedican al estudio y a otras actividades educativas, puede afectar a su rendimiento y sus oportunidades futuras.

También hay un riesgo de que los adolescentes sufran una explotación en el lugar de trabajo, condiciones injustas, bajos salarios, falta de seguridad y tareas que no deberían realizar para su edad. Esto hace que se planteen serias preocupaciones sobre su bienestar físico y emocional.

Para evitar estas condiciones, deberían de implementarse políticas efectivas que protejan los derechos de los adolescentes trabajadores. Deberían asegurar que su trabajo se ajuste según su edad, garantizar una supervisión adecuada y que los trabajos fueran seguros y justos.

En mi opinión, el trabajo adolescente no sería algo negativo si se cumpliera con unas normas justas y esenciales, además de asegurar que los adolescentes nunca abandonen sus estudios. Es fundamental encontrar un equilibrio que permita disfrutar al adolescente de los beneficios del trabajo y asegurar que su educación y bienestar no se vean comprometidos en nada.



ODS 9: INDUSTRIA, INNOVACIÓN E INFRAESTRUCTURA

9 INDUSTRIA, INNOVACIÓN E INFRAESTRUCTURA



EL ARTE DE CUENCA



Alex Hamidi

Cuenca es un emblema del arte y la cultura que se ha desarrollado a lo largo de los siglos. Es conocida principalmente por nuestras Casas Colgadas, nuestro casco antiguo declarado Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO y la rica historia que nos rodea, Cuenca también brilla por su vibrante escena artística contemporánea.



Desde la época medieval, Cuenca ha sido un punto de encuentro para artistas y artesanos, gracias a su ubicación entre Madrid y Valencia. La ciudad ha mantenido un vínculo con la tradición artística, visible en nuestras iglesias, catedrales y museos donde se albergan obras de gran valor histórico y económico. Aunque lo que realmente distingue a Cuenca en el panorama artístico es su capacidad para integrar este rico patrimonio con las corrientes más vanguardistas, donde se mezcla la tradición con lo moderno.

El Museo de Arte Abstracto Español, que se encuentra en las icónicas Casas Colgadas, es un claro ejemplo de esta síntesis entre lo antiguo y lo moderno. Fundado en 1966 por el artista Fernando Zóbel (1924-1984), este museo tiene una impresionante colección de arte abstracto de artistas españoles del siglo XX. El edificio medieval, cuna del arte contemporáneo, no es casualidad, es una declaración audaz que busca dialogar con el pasado mientras se mira hacia el futuro. Este contraste entre la arquitectura medieval y las obras modernas crea una experiencia única que invita a la reflexión sobre la evolución del arte. Todo muy bien pensado.

El casco antiguo, es un ejemplo perfecto de cómo pueden convivir diferentes épocas en un mismo lugar. A las antiguas calles y plazas de esta ciudad se les unen elementos modernos que combinan perfectamente y hacen que la ciudad sea aún más rica. La Catedral de Santa María y San Julián es una hermosa mezcla de diferentes estilos arquitectónicos, que muestra cómo los edificios han cambiado con el tiempo. El paisaje urbano ha abrazado la modernidad sin dejar de honrar su rica historia, creando una combinación armoniosa de lo antiguo y lo nuevo.

En conclusión, el arte en Cuenca es un testimonio de cómo una ciudad puede honrar su pasado mientras se abre a nuevas formas de expresión. La fusión de tradición e innovación en nuestros museos, galerías y festivales crea un entorno dinámico que no solo preserva la herencia cultural, sino que también la enriquece y transforma, que genera un interés en los ciudadanos por descubrir más del pasado que rodea a la ciudad para disfrutarlo en nuestro presente y transformarla para que perdure en nuestro futuro. Cuenca, con su compromiso con el arte en todas sus formas, se erige como una frambuesa de creatividad española.



EL GASTO ECONÓMICO INDUSTRIAL



Lázaro Regidor

El gasto económico industrial en España es un tema muy interesante y relevante en la actualidad. La industria española ha experimentado un crecimiento significativo en los últimos años, contribuyendo de manera importante al desarrollo económico del país.

Según datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), el gasto en actividades industriales en España ha ido en aumento, especialmente en sectores como la automoción, la energía y la tecnología. Este crecimiento ha sido impulsado por la innovación, la inversión en tecnología y la apertura a nuevos mercados internacionales.

Además, el sector industrial español ha demostrado una gran capacidad de adaptación a los cambios del mercado, lo que le ha permitido mantener su competitividad a nivel global. Sin embargo, también se enfrenta a desafíos como la necesidad de mejorar la eficiencia energética, la digitalización de los procesos productivos y la formación de una fuerza laboral altamente cualificada.

En resumen, el gasto económico industrial en España es un indicador clave del dinamismo y la importancia de este sector en la economía del país. Su evolución y desarrollo son fundamentales para garantizar un crecimiento sostenible y competitivo a nivel internacional.



ENTREVISTA A UN GRUPO DE FP GANADORES DEL CONCURSO HACKATHON



*Gonzalo Abad
Ángela Adrover
Gisela Moya*

Gonzalo Abad: Buenos días. Somos Gonzalo Abad, Ángela Adrover y Gisela Moya, de 4 de ESO D, y nos han comentado que habéis ganado el primer premio del concurso Hackathon. Ahora vamos a hacer algunas preguntas sobre ello.

Respuesta: Hola, buenos días. Estamos encantados de atenderos y contaros.

Gisela Moya: ¿Nos podéis explicar qué es el Hackathon?

R: El Hackathon es un concurso que organiza la Sección de Marketing en asociación con La Caixa, y es un concurso que se hace entre la gran mayoría de institutos de Castilla-La Mancha.

GM: ¿Podrías explicarnos vuestra experiencia y cómo os sentisteis?

R: La verdad, fue una experiencia muy primeriza, sinceramente teníamos una idea de que íbamos a hacer, pero no exactamente. Nos explicaron qué puntos teníamos que desarrollar. Nos lo pasamos muy bien, fue una mañana muy entretenida y diferente por ese añadido.

GM: ¿Habéis aprendido cosas nuevas y útiles gracias a esta experiencia?

R: Sí, bastantes, porque al fin y al cabo lo que intentan con el Hackathon es interiorizar lo que es la salida laboral. Te enseñan a crear un currículum, el expediente de una persona... Un poco para que tengas una idea para salir adelante.

Ángela Adrover: ¿Recomendaríais vuestra experiencia a otro tipo de alumnado, por ejemplo, de 4º de ESO, o gente que quiere empezar a formarse con FP u otro tipo de salidas?

R: Sí, claro, yo creo que es algo que siempre viene bien.

AA: ¿Durante la experiencia habéis podido fomentar vuestro compañerismo entre vosotros o las otras personas que habéis podido conocer durante las diferentes jornadas?



ENTREVISTA A UN GRUPO DE FP GANADORES DEL CONCURSO HACKATHON



Gonzalo Abad Poves
Ángela Adrover Escudero
Gisela Moya San Andrés

R: Sí, la verdad, porque fue una competición en la que tuvimos que desarrollar nuestras aptitudes individuales y en grupo también, y tuvimos que llevarlo a ese tipo de formato, adaptarlo y la verdad es que nos esforzamos más en grupo. De hecho, la gente que estaba allí y se dedicaba a ayudar, nos lo tuvo mucho en cuenta y nos dijo que en cuanto a compañerismo fuimos de los mejores grupos de la competición.

AA: ¡Enhorabuena! ¿Y a través de qué o quién os informasteis de esta iniciativa?

R: A través de nuestros profesores, en concreto, de Carmen.

AA: Y, finalmente, ¿qué idea propusisteis para ganar este primer premio?

R: Lo que te pedían era crear un perfil de una persona y luego hacer un currículum sobre ese perfil. Básicamente, por qué puestos de trabajo había pasado esa persona, qué experiencia laboral y académica debería de tener para conseguir el puesto de trabajo que nosotros imaginábamos. Era para que ellos se hicieran la idea de qué mente teníamos como grupo, cómo trabajábamos y conseguíamos unir todo eso en un currículum.

AA: Bueno, creo que respecto a lo que nos habéis respondido, habéis demostrado que, aunque seáis jóvenes, a lo mejor con unas cualidades diferentes a otras personas, podéis llegar a crear currículos u ofertas de trabajo muy válidas e interesantes. Muchas gracias por prestaros a esta entrevista y nos vemos pronto.

R: Gracias a vosotros. ¡Hasta pronto!



PERFILES EN EDUCACIÓN



Lucía Sánchez

Un aula con veintisiete estudiantes y un profesor es un mundo en el que caben todos los mundos. Los profesores y profesoras, en nuestra tarea diaria, tomamos rumbos diversos, impulsados por el afán de que en ese espacio pasen cosas que nos hagan a todos aprender, y crecer. Pero los días son muchos -más que longanizas-, y los mundos son tantos, que dudamos, zozobramos, y en muchas ocasiones hemos de pararnos a pensar un momento. En ese repensar continuo miramos al de al lado: “Oye, y tú, ¿cómo lo haces?”, intentamos cosas nuevas, que no son nuevas, pero que nunca habíamos hecho antes. Abrimos las puertas y las ventanas y observamos la poliédrica realidad: por un lado, por el otro; buscando todos los perfiles.



Cada día es una aventura o, como decía Pascal Quignard, “todas las mañanas del mundo son un camino sin retorno”. En ese camino en el que los docentes nos encontramos cada mañana -a las 8:30 para ser exactos-, y en esa reflexión constante, hemos comenzado un nuevo viaje, un “Proyecto de Innovación” al que hemos llamado “Perfiles en Educación”. Porque *Perfil* es el nombre de esta revista, que cumple setenta y cinco años ya, a la que queremos sumar *Radio Perfil* y *Vídeo Perfil*, incorporando diferentes formas de contar las cosas que nos ocupan y preocupan. Porque la Educación es un asunto complejo, con multitud de aristas, caras y perfiles, y todos hay que tenerlos en cuenta. Porque no hay un “perfil bueno”, sino muchos.



PERFILES EN EDUCACIÓN

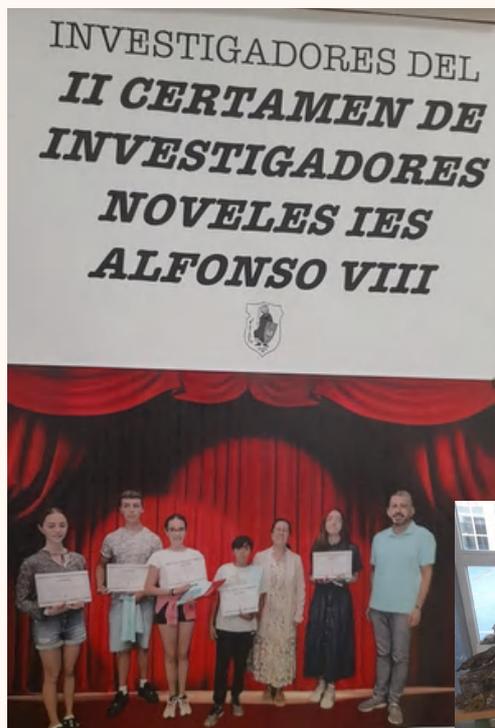


Lucía Sánchez

En este Proyecto queremos salir del aula-grupo, aprovechar al máximo todos los recursos del Centro, crear un “espacio-maker”, vivir el aula ATECA a tope, y la APE, hacer radio en colaboración con la Facultad de Comunicación, hablar de los ODS y de lo importante que es sabernos ciudadanos del mundo y contribuir a que sea sostenible, crear más espacios verdes (¡aunque sean macetas!), cuidar el huerto, colaborar con compañeros de otros cursos, mostrar lo que hacemos: arte, música, tecnología, ciencia, comunicación, teatro, investigación, colaboración, exposiciones, experimentos, conferencias, rutas, y un etcétera infinito de posibilidades.



Hasta este curso hemos desarrollado durante varios años el “Proyecto de formación en competencias STEAM” ahora ese programa institucional ha desaparecido y nos embarcamos en este Proyecto de Innovación que nos permitirá continuar con esa línea de trabajo y además explorar otras. Esperamos que en el próximo número de *Perfil* podamos mostrar algunos resultados; pero como no creemos en las hadas madrinas con varitas mágicas, sabemos que para ello habrá mediado no poco esfuerzo, pero no dudamos de que merecerá la pena.



PRIMERAS JORNADAS COMYMARK EMPRENDE



Carmen Perna

Del 19 al 23 de febrero, el IES Alfonso VIII de Cuenca, a través de su Aula Profesional de Emprendimiento (APE) y Departamento de Comercio y Marketing, ha celebrado las 1as Jornadas COMyMARK EMPRENDE.

- Se desarrollaron mesas redondas, conferencias, talleres y encuentros relacionados con la Familia Profesional de Comercio y Marketing.
- El jueves 22 tuvo lugar una Jornada Intercentros, en la que se celebraron los concursos “IV Marketing & Sales Contest” y el “I Concurso de Escaparatismo”, con otros centros de la provincia.

El lunes 19 de febrero tuvo lugar el acto inaugural al que asistieron D. José Rodrigo Cerrillo Patiño, Director General de FP, D. Gustavo Martínez Morales, Delegado de Educación, Cultura y Deportes, Dña. M^a del Rosario Martínez Patiño, Concejala de Deportes del Ayuntamiento de Cuenca, D. Ricardo Martínez Cañas, Decano de la UCLM, así como D. Ángel Luis Navarro Llorente, Director del centro.

A continuación, se celebró la mesa redonda “Sectores COMyMARK, ¿qué demandan?”, con la intervención de D. José Rodrigo Cerrillo Patiño, Director General de FP, Dña. Raquel Álvarez Torres, representando a la Asociación de Comercio de Cuenca, D. Leo Cortijo Artiaga, Presidente de la Asociación de Prensa de Cuenca y D. Javier Patiño Martínez, Presidente de la Asociación de Diseño de Cuenca. En esta, el alumnado pudo conocer las necesidades, perfiles más solicitados, así como las oportunidades que les brindan los diferentes sectores.



PRIMERAS JORNADAS COMYMARK EMPRENDE



Carmen Perna

Durante la semana (martes, miércoles y viernes), se recibió la visita de numerosas empresas y profesionales: D. Jesús Andicoberry - ANDIKO, D. Miguel Martínez-Bankinter, D. Blas Alcalá García - Doctor en Economía, D. Luis Noé - Toro Verde Cuenca, D. Francisco Sáez - ex empresario, D. Daniel Lozano - Rujamar, Dña. Rita Rodríguez - Social Media Restaurantes y D. Félix Rodríguez - Mr. Zé, abordando temas relacionados con digitalización, financiación, turismo colaborativo y sostenible, ecoturismo, posicionamiento de marca, logística, motivación al emprendimiento e identidad corporativa.



El jueves 22 de febrero se celebró la 1ª Jornada Intercentros, en la que alumnado y profesorado tanto del IES Alfonso VIII como de los centros IES Fray Luis de León de Las Pedroñeras e IES Diego Torrente Pérez de San Clemente, pudieron compartir experiencias y participar en los concursos "IV Marketing & Sales Contest" y "I Concurso de Escaparatismo".



La clausura de las jornadas tuvo lugar el viernes 23, a cargo de D. Ángel Luis Navarro, Director y Dña. Carmen Perna, coordinadora del APE del centro.



PRIMERAS JORNADAS COMYMARK EMPRENDE



Carmen Perna

PRIMERA JORNADA CONVIVENCIA INTERCENTROS

El jueves 22 de febrero se celebró la 1ª Jornada de Convivencia Intercentros, donde alumnado y profesorado pudieron compartir experiencias y participar en los concursos “IV Marketing & Sales Contest” y “I Concurso de Escaparatismo”.



IV MARKETING & SALES CONTEST

Equipos mixtos formados por alumnado de CFGS de Comercio Internacional del IES Fray Luis de León de Las Pedroñeras, CFGS Gestión de Ventas y Espacios Comerciales y Marketing y Publicidad, del IES Alfonso VIII de Cuenca, desarrollaron durante la jornada, una propuesta de una empresa real: Bodegas Altomira. Un gran reto que nuestro alumnado defendió con gran éxito siendo además, para todos/as, una gran experiencia.



PRIMERAS JORNADAS COMYMARK EMPRENDE



Carmen Perna



I CONCURSO DE ESCAPARATISMO

Con el objetivo de dar visibilidad al comercio conquense y poner en práctica los contenidos de los módulos de escaparatismo, el alumnado de CFGB Servicios Comerciales del IES Diego Torrente Pérez de San Clemente y CFGB y CFGM Actividades Comerciales del IES Alfonso VIII, debían montar, en un tiempo limitado, un escaparate con productos cedidos por empresas.

Se contó con la colaboración de las empresas conquenses Alimentación Mochales, Cervezas Tormo, Jamones Bermejo, Cárnicas Araceli, Cervezas Dawat, Rujamar, Confitería Marisol y Dulces El Dorao, de San Clemente.

Fue una jornada llena de emoción donde los asistentes contaron con la presencia y apoyo de D. Francisco Javier Cebrián Pérez, Diputado de Emprendimiento, D. Gustavo Martínez Morales, Delegado de Educación, Cultura y Deportes, Dña. Yolanda Rozalén Rozalén, Directora Provincial de Educación, y Dña. Raquel Álvarez Torres, representando a Donde Nacen los Sabores – CEOE CEPYME.



ODS 10: REDUCCIÓN DE LAS DESIGUALDADES



DESIGUALDADES SOCIALES: DIFERENTES PAÍSES, SUS CULTURAS Y SUS GOBIERNOS



Jaime Checa

Todos sabemos que, de aquí a Francia, hay bastante diferencia cultural, de hecho no se habla ni el mismo idioma.

Pero en cuanto a derechos, se podría decir que somos iguales. Desafortunadamente, esto no es así en todos los recovecos del mundo; ya sea por temas de su localización, religión o el tipo de gobierno que tengan implantado, no todo el mundo es tratado igual en la sociedad.

Pongamos un ejemplo sobre el que puedas reflexionar: si llegaras a enfermarte, ¿te pedirían la cartera cuando te ingresasen? Si ya has vivido aquí lo suficiente sabrás que la respuesta es no. La sanidad es pública en nuestro país, la pagamos a base de impuestos.

En Estados Unidos tienen un sistema sanidad privatizado. Aunque te curen en el hospital, es posible que te vuelven a ingresar cuando te enseñen la factura. ¡Mantener un hospital es caro, sí! Pero yo pienso que es mucho más adecuado pagar las facturas del hospital a base de impuestos. El dinero se consigue igual tarde o temprano y una sola persona no tiene que afrontar los gastos de una enfermedad de golpe.

Esto ocurre igual o de forma más grave en otros países, lo que me lleva al siguiente punto: la Agenda 2030, algo de lo que todos hemos oído hablar en las escuelas. Si se quiere completar esta serie de objetivos de desarrollo sostenible, es necesario que muchos países cambien su estructura y forma de pensar de inmediato, teniendo en cuenta que faltan unos cortos seis años hasta llegar al 2030. Es una meta difícil, sí, pero nada es imposible, si nos lo proponemos.



DESIGUALDADES EN LA EDUCACIÓN



**Abdarrahmane
Bendahmane**

¿EN QUÉ CONSISTE ESTE ODS?

- El ODS 10 pretende reducir la desigualdad de ingresos y oportunidades entre países y, dentro de ellos, reduciendo la pobreza en las zonas más desfavorecidas del planeta, promoviendo la inclusión social, económica y política de todas las personas, especialmente de los grupos más vulnerables.



¿POR QUÉ QUEREMOS REDUCIR LA DESIGUALDAD?

- La desigualdad por razón de ingresos, sexo, edad, discapacidad, orientación sexual, raza, clase, etnia, religión, así como la desigualdad de oportunidades, sigue persistiendo en todo el mundo. La desigualdad amenaza el desarrollo social y económico a largo plazo, frena la reducción de la pobreza y destruye el sentido de realización y autoestima de las personas. Esto, a su vez, puede desembocar en delincuencia, enfermedades y degradación ambiental.

- Es imposible lograr un desarrollo sostenible y mejorar el planeta si se priva a la gente de la oportunidad de tener una vida mejor.

¿EN QUÉ SE RELACIONA ESTO CON MI VIDA DIARIA?

- Centrándonos más en las desigualdades en la educación que he experimentado en mi vida, de pequeño, estuve en varios centros en Argelia, donde tuve una experiencia pésima. Los docentes no estaban interesados en prestarte su ayuda o darte oportunidades, además de que estaba permitida la violencia de parte del profesorado al alumnado. Esto no favorecía de ninguna manera mi educación, de hecho, estaba mucho más guiado por el miedo que por el interés en aprender.



DESIGUALDADES EN LA EDUCACIÓN



¿CON QUÉ TIENE QUE VER ESTA DESIGUALDAD EN LA EDUCACIÓN?

- En los diferentes estados, el acceso a la escuela está ligado, entre otras cosas, al bienestar general de los alumnos, a su origen social y cultural, a la lengua que hablan sus familias, a si trabajan o no fuera de casa y, en algunos países, a su sexo. Aunque el mundo ha avanzado en el número de estudiantes matriculados, no han disminuido las diferencias entre los más ricos y los más pobres, así como entre los que viven en zonas rurales y urbanas.

Abdarrahmane Bendahmane

- Estas correlaciones no se producen de forma natural. Son el resultado de la falta de políticas que consideren la equidad en la educación como medio para lograr sociedades más justas.



EVITAR LAS DESIGUALDADES Y DISCRIMINACIONES SOCIALES



Marcos Recuenco

Olvidarnos de lo malo del pasado y centrarnos en las lecciones dadas para evolucionar a una forma más pacífica

Hoy en día seguimos estando en una sociedad en la que se critica el nivel económico, el color de la piel, el nivel de inteligencia, el lado político al que perteneces, etc.

La frase de “estamos en el siglo XXI” debería influir de alguna manera a la forma de ser de la sociedad, pero todo ser humano sabe que es imposible dejar de criticar al vecino rico del barrio, al conocido de otras ideologías políticas o a cualquier extranjero que se vea. Estas críticas, aunque sea imposible erradicarlas, hay que reducirlas y evitarlas, para que así haya más aceptación en la sociedad (aunque al principio cueste).

La discriminación o la desigualdad tiene que ver sobre todo por la forma de pensar de las personas, ya que eso hace que haya rivalidades (por ejemplo, al pertenecer a distintos partidos políticos) o malpensar de ciertas personas con respecto a otras que provienen e otros países.

Esas pequeñas cosas están en nuestro día a día y aún las vemos continuamente, a pesar de que la educación de hace cincuenta años no es la de ahora, es lo que realmente nos afecta. Las críticas serán imposibles de eliminar, pero no imposibles de evitar. ¿Lo intentamos?



Fuente: www.dgcs.unam.mx/

IGUALDAD YA



Fuente:

OPS (Organización Panamericana de la Salud)



SISTEMA DE BECAS Y AYUDAS ESCOLARES



Eva Moraza

El sistema de becas y ayudas escolares es una herramienta fundamental para garantizar la igualdad de oportunidades en el ámbito educativo. A través de estas ayudas, se busca brindar apoyo económico a aquellos estudiantes que, debido a su situación socioeconómica, no pueden acceder a una educación de calidad.

En primer lugar, las becas y ayudas escolares permiten que los estudiantes más desfavorecidos tengan la posibilidad de acceder a una educación adecuada. Muchas veces, las familias de bajos ingresos no pueden costear los gastos relacionados con la educación, como la matrícula, los libros de texto o el material escolar.

Las becas les proporcionan el apoyo económico necesario para cubrir estos gastos y asegurar que todos los estudiantes tengan las mismas oportunidades de aprender y desarrollarse académicamente.

Además, el sistema de becas y ayudas escolares contribuye a reducir la desigualdad educativa. En muchos casos, los estudiantes provenientes de entornos socioeconómicos desfavorecidos tienen menos recursos y acceso a oportunidades educativas que sus compañeros más privilegiados. Esto puede generar una brecha educativa que se traduce en desigualdad de oportunidades en el futuro.



SISTEMA DE BECAS Y AYUDAS ESCOLARES



Eva Moraza

Las becas y ayudas escolares actúan como un mecanismo de compensación, brindando a estos estudiantes las herramientas necesarias para competir en igualdad de condiciones.

Asimismo, el sistema de becas y ayudas escolares fomenta la inclusión y la diversidad en las instituciones educativas. Al brindar apoyo económico a estudiantes de diferentes orígenes socioeconómicos, se promueve la integración de personas de distintas realidades en el ámbito educativo. Esto no solo enriquece la experiencia educativa de los estudiantes, sino que también contribuye a la construcción de una sociedad más equitativa y cohesionada. Por otro lado, las becas y ayudas escolares también impulsan la excelencia académica. Estas ayudas suelen estar acompañadas de requisitos académicos, lo que incentiva a los estudiantes a esforzarse y alcanzar un buen rendimiento académico. De esta manera, se premia el esfuerzo y el mérito, promoviendo la motivación y el compromiso de los estudiantes con su educación.

En conclusión, el sistema de becas y ayudas escolares desempeña un papel fundamental en la promoción de la igualdad de oportunidades en el ámbito educativo. Estas ayudas permiten que los estudiantes más desfavorecidos accedan a una educación de calidad, reducen la desigualdad educativa, fomentan la inclusión y la diversidad, y promueven la excelencia académica.

Es responsabilidad de los gobiernos y de la sociedad en su conjunto garantizar que todas las personas, independientemente de su situación económica, tengan acceso a una educación equitativa y de calidad.



ODS 11: CIUDADES Y COMUNIDADES SOSTENIBLES

11 CIUDADES Y
COMUNIDADES
SOSTENIBLES



ENERGÍAS RENOVABLES



Guillermo Molina

¡Hola, lectoras y lectores! Hoy voy a hablar de un objetivo de desarrollo sostenible, el número 11: Ciudades y Comunidades Sostenibles, y os voy a dejar con cómo me gustaría que se materializara en nuestro contexto educativo. Qué gran noticia sería.

LAS REFORMAS DEL ALFONSO VIII PARA SER VERDE

El centro educativo quiere predicar con el ejemplo y utilizar energías limpias este próximo curso 2025 y así concienciar a los jóvenes de la necesidad de un cambio.

El Instituto Alfonso VIII de Cuenca será en 2025 el primer Instituto de España en utilizar energías limpias que no producen gases de efecto invernadero.



El objetivo principal ha sido que los alumnos se hayan implicado en decidir qué energías utilizar estudiando los pros y contras de todas las renovables. Para ello han trasladado todos sus estudios y conclusiones a la Junta de Comunidades y han conseguido luz verde para este proyecto.

El proyecto consiste en instalar placas solares en sus tejados y ayudarse de los sistemas de ventilación de doble flujo. Con estas reformas conseguirán no gastar ni un euro en energías contaminantes esperando así poner su grano de arena para revertir el cambio climático, aunque este tema nos da para escribir algunos millones de artículos más, ya que estamos inmersos en un aumento evidente de las temperaturas del planeta y no es algo que podamos controlar a corto plazo.

¿Os imagináis que fuese una noticia real?



ODS 12: PRODUCCIÓN Y CONSUMO RESPONSABLE

12 PRODUCCIÓN
Y CONSUMO
RESPONSABLES



PAÍSES QUE SUFREN DE ESCASEZ DE ALIMENTOS Y CÓMO PODEMOS AYUDARLOS



Lucas Vicente

¿COMO PODEMOS AYUDAR A ESOS PAÍSES QUE SUFREN POR FALTA DE ALIMENTOS Y A SUS HABITANTES?



Fuente: contrainformacion.es

Una forma de ayudar a los países que se enfrentan a la escasez de alimentos es apoyar programas de desarrollo agrícola sostenible, proporcionar asistencia técnica y financiera a los agricultores locales, promover la diversificación de cultivos resistentes a las condiciones climáticas adversas y fomentar la educación sobre prácticas agrícolas eficientes. Además, es importante abordar las causas subyacentes de la inseguridad alimentaria, como la pobreza, el acceso desigual a los recursos y la falta de infraestructuras. La inversión en sistemas de almacenamiento y distribución de alimentos también puede ayudar a prevenir la escasez y garantizar que los alimentos lleguen a quienes más lo necesitan.

PAÍSES QUE MÁS SUFREN LA ESCASEZ DE ALIMENTOS

Algunos de los países que enfrentan mayores desafíos en términos de escasez de alimentos incluyen aquellos en África subsahariana, como Sudán de Sur, Somalia y Níger, así como países afectados por conflictos prolongados o desastres naturales, como Yemen y Afganistán.



FALTA DE PAPEL HIGIÉNICO EN LOS INSTITUTOS



Sergio Coronado

PODEMOS VER QUE EN LOS INSTITUTOS HAY MUCHA FALTA DE PAPEL: ¿PODRÍAMOS ARREGLAR ESTE PROBLEMA?

Vemos que este problema va de menos a más y las causas son bastantes obvias.

Las causas podemos decir que son coger el papel y tirarlo a la pared entre muchas, lo cual significa malgastar, además de una conducta poco cívica.

Otra causa también es que no se reponen con el tiempo suficiente. Esto se puede arreglar directamente poniendo cada vez que se gaste el papel higiénico y también colaborar entre todos para no gastar innecesariamente el papel higiénico.

Otra opción que podría ser viable es traer el papel higiénico de las casas. Aparte de ser más económico para el instituto, no se malgastaría tanto y lo tendríamos disponible en caso de necesidad y que en el baño no lo hubiesen repuesto.



MÁQUINAS EXPENDEDORAS



TODOS LOS DÍAS PASAMOS ALREDEDOR DE LAS MÁQUINAS Y NO NOS HEMOS PARADO A PENSAR: ¿ALGO DE AQUÍ ES SALUDABLE?

Johana Montero

Hoy hablaremos sobre las máquinas expendedoras que se encuentran en el instituto.

ALIMENTOS

Investigando sobre los alimentos de las máquinas expendedoras, me di cuenta que la mayoría de ellos no son saludables y son perjudiciales para la salud. Uno de estos alimentos son: Kinder Bueno, las famosas Lay's que contienen demasiada sal, al igual que las Ruffles. Otro alimento más nocivo que beneficioso son las palmeras de chocolate.



CONSECUENCIAS

Si se consume en exceso estos alimentos pueden traer consecuencias como:

- Obesidad.
- Adicción por el alto consumo de dulces diariamente, que puede conllevar adicción.
- Caries.
- Salud comprometida, ya que muchos de estos alimentos llevan aditivos de riesgo.

OBJETIVOS

A través de este artículo quiero lanzar una serie de objetivos a mi centro escolar:

- Cambio de alimentos no saludables por otros ejemplos como: lácteos saludables, frutas, ensaladas en paquete, frutos secos o barras energéticas.



ODS 13: ACCIÓN POR EL CLIMA

13 ACCIÓN
POR EL CLIMA



ACCIÓN POR EL CLIMA EN LOS INSTITUTOS

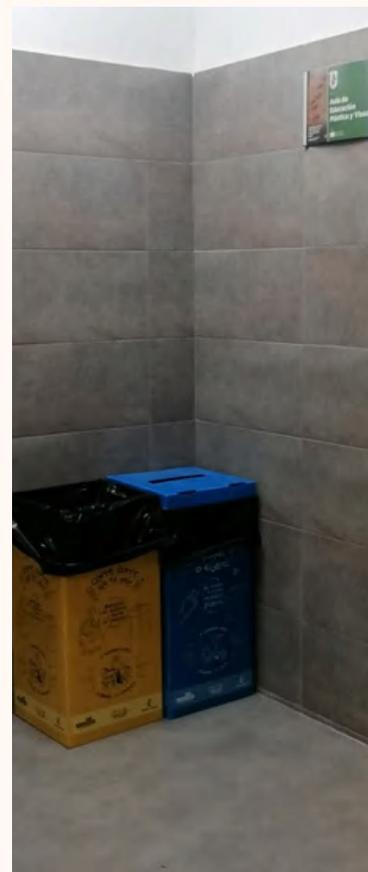


Tayeb Chaala

Los institutos desempeñan un papel importante en la formación de ciudadanos conscientes y comprometidos con la protección del medio ambiente. La acción climática es importante para estas instituciones académicas a la hora de combatir el cambio climático y apoyar la sostenibilidad.

En primer lugar, los institutos son un gran lugar para promover la educación ambiental sobre el cambio climático. A través de programas educativos especiales, los estudiantes comprenderán los problemas ambientales globales, entenderán sus causas y consecuencias, considerarán sus roles y responsabilidades en la reducción y adaptación al cambio climático.

Sumado a eso, el trabajo climático que se realizan en los institutos o cualquier edificio educativo supondrá mejorar las condiciones de vida sustentables en el sector educativo. Esto incluye acciones cotidianas como reducir el consumo de energía y agua, gestionar adecuadamente los residuos, apoyar el transporte sostenible y apoyar una alimentación sana y respetuosa con el medio ambiente. Estas medidas ayudarán a frenar el cambio climático y fomentarán un mejor estilo de vida.



ACCIÓN POR EL CLIMA EN LOS INSTITUTOS



Tayeb Chaala

Asimismo, los institutos pueden crear programas y actividades ambientales para involucrar activamente a los estudiantes en actividades sobre el cambio climático. Desde la creación de huertos escolares hasta la participación en proyectos de reforestación, estos proyectos involucran a los estudiantes y tienen un impacto positivo en el medio ambiente local.

En resumen, el trabajo climático en las escuelas es importante para desarrollar ciudadanos responsables para proteger el medio ambiente. Al promover la educación ambiental, fomentar prácticas sostenibles y desarrollar programas ambientales, estas instituciones buscan crear justicia, igualdad y sostenibilidad en la sociedad.



¿CÓMO EVITAR EL CAMBIO CLIMÁTICO?



Sofía Canales

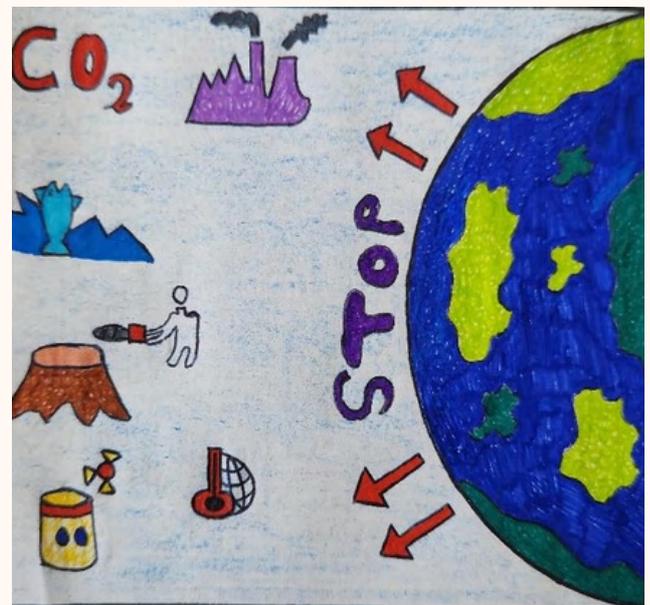
Para evitar los cambios climáticos catastróficos que estamos experimentando, es necesario adoptar medidas significativas a nivel global. En primer lugar, tenemos que reducir nuestras emisiones de gases de efecto invernadero mediante la transición hacia fuentes renovables e intentar implementar tecnologías más limpias en sectores clave como la industria y el transporte. Además, debemos promover prácticas agrícolas sostenibles que reduzcan la deforestación y degradación del suelo, al tiempo que fomentamos la protección y restauración de ecosistemas naturales como bosques y selvas que actúan como sumideros de carbono. La educación y sensibilización pública son fundamentales para impulsar cambios de comportamiento a nivel individual y colectivo, como la reducción del consumo de carne, el fomento del transporte público y la movilidad sostenible.

STOP

- Ahorrar energía
- 3R
- Usar menos el coche
- Plantar árboles

Finalmente, tenemos que juntar a los gobiernos y a las organizaciones internacionales para que trabajen unidos para establecer políticas ambiciosas y coordinadas que aborden el cambio climático, teniendo en cuenta todas las necesidades de las distintas comunidades y países.

En resumen, enfrentar el cambio climático requiere una acción concertada en todos los niveles, desde lo individual hasta lo global, y solo a través de un enfoque integral y colaborativo podemos esperar sus efectos y construir un futuro sostenible para las siguientes generaciones.



ODS 14: VIDA SUBMARINA



LA CONTAMINACIÓN MARINA



Unai Recuenco

En el mar hay más de 250.000 especies de seres vivos que se ven afectadas por la contaminación de su hábitat natural ya sea mediante la precipitación de desechos plásticos en las playas o mares, como por derrames de petróleo en los mares u océanos. Por todo esto, una de las causas que busca mejorar este objetivo de desarrollo sostenible es hacer que la contaminación marina sea la menor posible y que el uso de los mares y océanos sea lo más sostenible posible.

EL ARROJAMIENTO DE PLÁSTICOS

La contaminación del mar mediante el arrojamiento de plásticos hace que estos se vayan acumulando en "islas de plástico" o hundiéndose en el fondo marino, lo que provoca que algunos animales de este hábitat ingieran esos plásticos causándoles graves enfermedades o matándolos. Cada año muere una media de 1,5 millones de animales marinos por la ingesta de plásticos. Además, en el océano Pacífico se ha formado una gran isla de plástico denominada La Gran Mancha del Pacífico que es la más grande del planeta.



Fuente: El faro de Ceuta

VERTIDOS DE PETRÓLEO

La contaminación por los derrames de petróleo se produce debido a un accidente o práctica inadecuada que contamina el medio ambiente, especialmente el mar. Estos derrames afectan a todos los seres vivos, ya que por ejemplo los peces pueden incorporar contaminantes orgánicos persistentes y aquellos depredadores que los consuman se envenenan transmitiéndose este envenenamiento por toda la cadena alimenticia.

Pero no solo eso, sino que es muy peligroso para las aves y humanos ya que penetra el plumaje y la piel, además de hacer que no pueda pasar la luz a través de él impidiendo la fotosíntesis de algunos organismos del fondo marino.



Fuente: Verde y Azul

En definitiva, es necesario parar el arrojamiento de plásticos en las playas y poner algunas medidas preventivas y tener mejores protocolos de actuación en cuanto al derrame de petróleo en el mar para que los daños sean los menores posibles.



"ISLA DE PLÁSTICO" EN EL OCÉANO PACÍFICO



Javier Colombo

La emergencia de una "Isla de Plástico" en el centro del Pacífico es un nuevo desafío ambiental.



Fuente: El confidencial

Las aguas del Pacífico se ven afectadas por un descubrimiento alarmante: una nueva isla de plástico ha surgido como un recordatorio urgente de la crisis mundial de contaminación marina. Este fenómeno, confirmado por investigadores de la Universidad de Oceanografía de Scripps, plantea preocupaciones sobre el impacto que tendrá en el medio ambiente y la urgencia de tomar medidas inmediatas para proteger nuestros océanos

La nueva isla de plástico en el océano Pacífico ha despertado una nueva preocupación sobre la crisis mundial de contaminación. Esta gran mancha muestra una amplia acumulación de desechos plásticos que amenaza seriamente la salud de la vida marina que habita en nuestros océanos. El impacto ambiental de esta isla de plástico es significativo y multifacético. Además del peligro directo que representa para la fauna marina, con animales que quedan atrapados en los desechos o ingieren fragmentos de plástico, también existe una preocupación por la liberación de productos químicos tóxicos en el agua, que pueden tener efectos devastadores en todo el ecosistema marino.

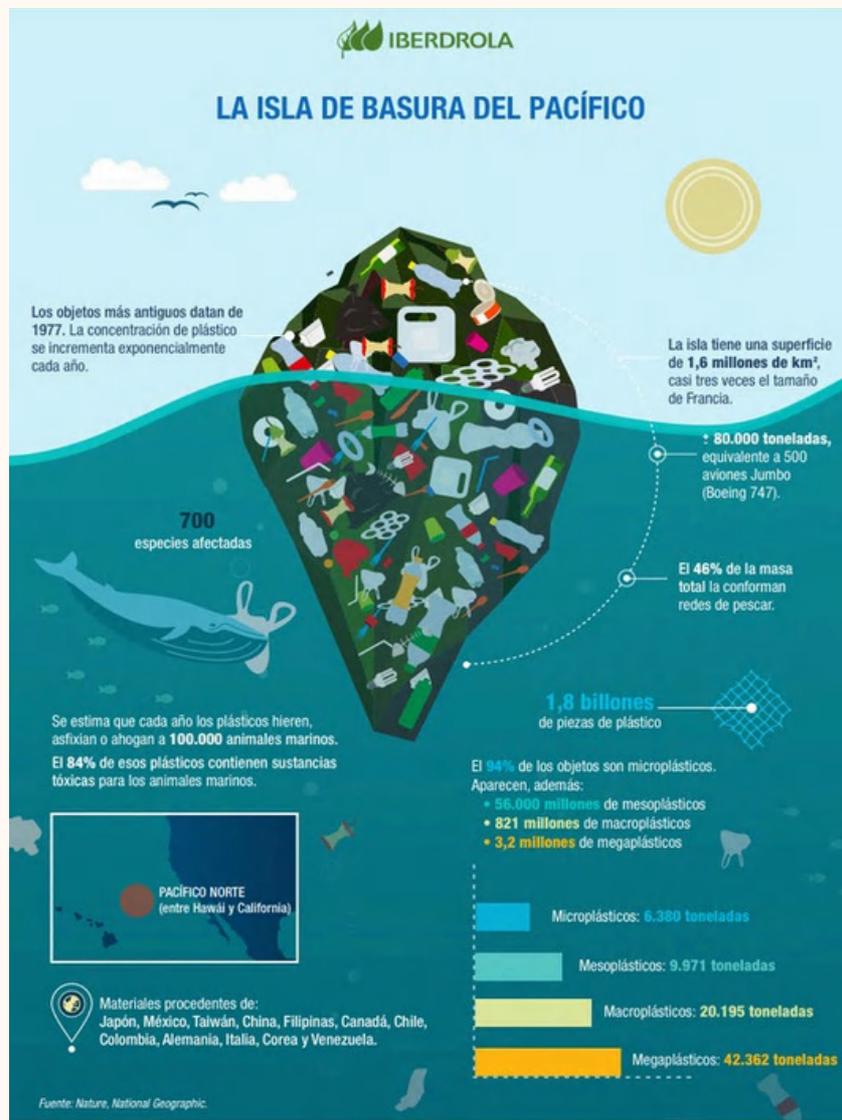


"ISLA DE PLÁSTICO" EN EL OCEANO PACÍFICO

Javier Colombo

Las medidas que recomiendan los expertos para frenar desde nuestras casas esta contaminación son:

- 1- Reducir el uso de plástico de un solo uso.
- 2- Reciclar adecuadamente los productos de plástico
- 3- Usar productos de limpieza ecológicos
- 4- Reducir el uso de plástico en la cocina



LA CAZA MARINA



Desde comienzos de la humanidad la caza ha sido la principal fuente de supervivencia y alimentación de los humanos. En la actualidad, es un ámbito más deportivo que de supervivencia y se suele llevar a cabo en lugares con mucha biodiversidad y variedad de especies que se puedan cazar. En este caso hablaremos de la pesca o caza marina (o también la pesca deportiva o ilegal principalmente).

En mi opinión la caza marina no debería estar permitida, dado que, aunque una gran parte de los pescadores sigan las leyes y respeten la biodiversidad y a los animales, siempre van a estar los otros pescadores que cazan animales no permitidos, en peligro de extinción o peces no destinados a la alimentación, ya que se pescan solo por la exclusividad. En el caso de la pesca deportiva este tipo de pescadores también cometen ilegalidades como no devolver el pez al agua. Por estos motivos no estoy a favor de la caza marina.



Fuente: eldiario.es

Según FAO.ORG hay seis tipos de caza de las cuales cuatro son necesarias, siempre con un control. Estas son: cacería de subsistencia (para alimentarnos), cacería con fines de investigación y científicos (un ejemplo es la pesca del pulpo en Galicia para controlar su población y su estado y salud, ya que están en peligro de extinción), cacería de control de especies invasoras (como, por ejemplo, la pesca de los cangrejos americanos y de señal en España), y cacería de control de enfermedades y población (una pesca normal, casi siempre ligada a la de subsistencia, dedicada a mantener el número justo de individuos de cada especie).

Román Peco Blanco

En cambio, los otros dos tipos de caza restantes si llevan a cabo pueden llegar a ser muy perjudiciales. Estos tipos son la cacería deportiva (consiste en cazar el mayor número de animales o el más grande, colorido o difícil), y la cacería comercial (poniendo otra vez el caso del pulpo gallego, vemos que el exceso de la caza comercial de este lo ha llevado a estar en peligro de extinción).



Fuente: jaraysedal.es

En conclusión, sí que hay más tipos de cacería o pesca beneficiosos, pero los pocos perjudiciales que hay son tan dañinos que omiten e inhiben los usos de los beneficiosos, por lo tanto, no estoy a favor de esto y pienso que deberíamos parar ya si queremos conservar la fauna marina.



LOS FOSFATOS Y LA PÉSIMA CALIDAD DEL AGUA



María Aura Arpad

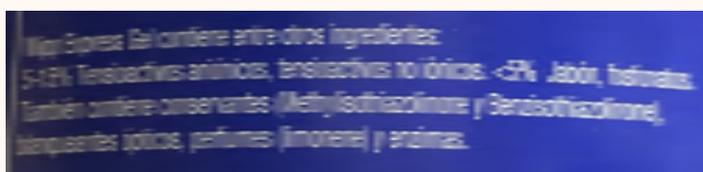
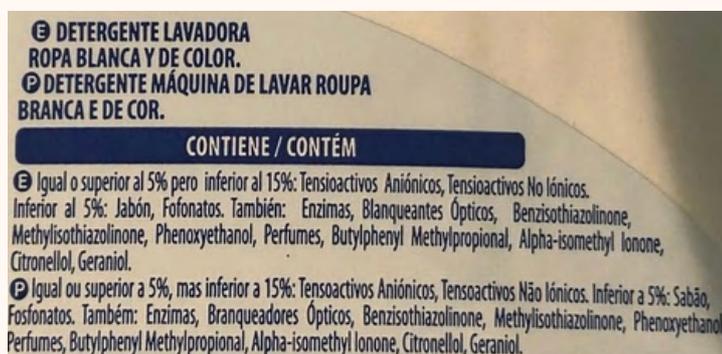
El crecimiento masivo de algas y el desequilibrio de la biodiversidad marina comienza a preocupar a los especialistas

Los fosfatos son minerales empleados en diferentes procesos industriales o domésticos dependiendo de su composición. Los más famosos son los ortofosfatos empleados en la producción de detergentes, ya que estos funcionan como "potenciadores". Sin embargo, el uso abusivo de estos está produciendo numerosos problemas en la flora y fauna marina.

Cuando el agua llena de detergentes no se depura y llega a ríos, lagos, arroyos y después al mar, esto hace que las algas crezcan rápidamente y descontroladas, por lo que el oxígeno del agua se eutrofiza, produciendo la muerte de los organismos acuáticos.



Ecologiaverde.com



Este proceso preocupa a los especialistas y aunque ya se hayan tomado medidas como implementar mejoras a las depuradoras o disminuir la cantidad de sulfatos en los detergentes, se sigue desconociendo el problema. Por eso, desde nuestro centro queremos concienciar y dar algunos consejos como reducir el consumo de agua, implementar un buen reciclaje ya que muchas veces estas sustancias llegan al mar por el desecho de sus envases (botellas de detergentes, lavavajillas...), o comprar productos ecológicos o con baja concentración de fosfatos.

Con los avances realizados por los especialistas y con las medidas que podemos tomar desde nuestros hogares podemos reducir un problema que, aunque no se le da tanta importancia, afecta a nuestros ecosistemas marinos y al equilibrio de estos.



CONTAMINACIÓN POR MICROPLÁSTICOS

Una lucha por nuestro planeta



Gabriel Zambrano

La contaminación por microplásticos es uno de los mayores desafíos ambientales actuales. Estos pequeños fragmentos de plástico, provenientes de la descomposición de residuos más grandes o fabricados intencionalmente, han invadido nuestros océanos, ríos y suelos, afectando gravemente los ecosistemas y la salud humana.

Cada año, grandes cantidades de plástico llegan a los océanos debido a su producción y uso excesivo. La acción de las olas y la luz solar fragmentan estos plásticos en microplásticos que se dispersan en la superficie, en suspensión o en el fondo marino. Los microplásticos pueden ser ingeridos por la fauna marina, acumulándose en la cadena alimentaria y causando graves daños, como bloqueos digestivos y exposición a sustancias tóxicas. Un alarmante descubrimiento es la presencia de microplásticos en la placenta humana, sugiriendo una contaminación más extendida.

La mayoría del plástico desechado no se recicla ni se convierte en energía, sino que termina en vertederos, liberando toxinas al suelo y al agua. Los microplásticos afectan los suelos y el agua dulce, con estudios indicando que hasta el 90% de las partículas plásticas en las aguas residuales permanecen en los lodos utilizados como fertilizantes. La vida marina y terrestre está en riesgo, con más de 700 especies afectadas y la muerte anual de un millón de aves y 100,000 mamíferos marinos debido a la ingestión de plásticos.

Es complejo medir los efectos de estos plásticos en humanos. Estudios han encontrado microplásticos en heces, sangre y pulmones humanos. Estas partículas pueden causar daños celulares, inflamación e incluso cáncer.

Algunas soluciones para confrontar esta contaminación son:

- Implementar políticas para restringir el uso de microplásticos en productos.
- Promover alternativas biodegradables.
- Educar al público sobre los impactos y fomentar prácticas de consumo consciente.
- Mejorar los sistemas de reciclaje.
- Implementar sistemas efectivos de gestión de residuos.
- Apoyar investigaciones para entender mejor los efectos de los microplásticos.
- Establecer programas de monitoreo ambiental.
- Promover la cooperación global para desarrollar estándares de control de microplásticos.



Fuente: <https://gestorderesiduosmadrid.es/>



ODS 15: VIDA DE ECOSISTEMAS TERRESTRES



PARQUE NATURAL DEL HOSQUILLO



Lucía Rodríguez

PARQUE NATURAL

El Hosquillo es uno de los parques naturales más emblemáticos de España. Un contacto directo con la naturaleza más asombrosa, capaz de activar nuestra imaginación. El Parque Natural del Hosquillo fue creado en 1964 como reserva de caza mayor.

El parque se encuentra situado en la serranía de Cuenca. Está formado por tres montes propiedad del Ayuntamiento de Cuenca. La localidad más cercana por carretera es Las Majadas. Ocupa una superficie de 910 hectáreas situada dentro de una zona de gran belleza paisajística del valle del río Escabas, el cual sigue su curso rodeado de altos riscos y montes, tras introducirse en el parque en forma de una espectacular cascada, en los cortados conocidos como el Rincón del Buitre, lugar habitado actualmente por osos pardos.



FUNCIÓN DEL PARQUE

La función principal de parque natural del Hosquillo es cuidar animales sin agobiarlos ni atosigarlos como podría llegar a pasar en un zoo. Están expuestos al público, pero los trabajadores te piden desde un primer momento que respetes a los animales y no hagas ruido que puedan ponerlos nerviosos, y buscan desde un primer momento el bienestar de los animales.



PARQUE NATURAL DEL HOSQUILLO

ANIMALES QUE PODEMOS ENCONTRAR

El Hosquillo tiene como habitantes a numerosos animales, entre los que podemos encontrar gran diversidad de aves. También presenta buenas poblaciones de especies como ciervos, corzos, gamos, muflones y cabras monteses. Además, alberga una especie en peligro de extinción, el verdadero emblema del parque, el oso pardo.



Mi clase y yo fuimos de excursión al Hosquillo en abril. Al llegar vimos varios ciervos y de todas las edades en un amplio terreno. Estaban alimentándose con hierba y 'paseando'. No podíamos hacer mucho ruido, ya que en ese caso los habríamos asustado y se habrían ido, pues son animales sensibles.

Luego vimos muflones, una subfamilia de la cabra, con la forma de la cornamenta como principal diferencia entre ambas.



Lucía Rodríguez

MI EXPERIENCIA EN EL HOSQUILLO

Después nos llevaron a ver los bichos. Tenían bichos capaces de camuflarse en el entorno muy bien, como por ejemplo un bicho hoja y un bicho palo.

Nos explicaron el entorno que forma el Hosquillo y vimos un lobo de pasada, ya que es un animal escurridizo y difícil de ver. Me encontré una procesionaria.

A continuación, vimos dos jabalíes en un barrizal.

Vimos aves rapaces, sobre todo águilas. Algunas parecen que te miran muy fijamente, pero lo que ocurre es que están ciegas. Les dan de comer carne a través de una valla.

Por último, vimos lo más característico del parque, los osos. Si hay algo que represente al Hosquillo, son los osos, sin duda. Tienen un terreno abierto de 12 hectáreas para habitar y se pueden observar desde una verja. De doce osos que cuida el personal, solo pudimos ver cuatro, ya que el resto no se dejó ver.

En mi opinión, el trato que reciben los animales en parques naturales es mucho mejor que el que reciben en los zoológicos, ya que, aunque estén en cautiverio, tienen mucho más espacio para sentirse libres y como en su hábitat natural.



ESPAÑA ENFRENTA UNA CRISIS: LOS ANIMALES EN PELIGRO DE EXTINCIÓN



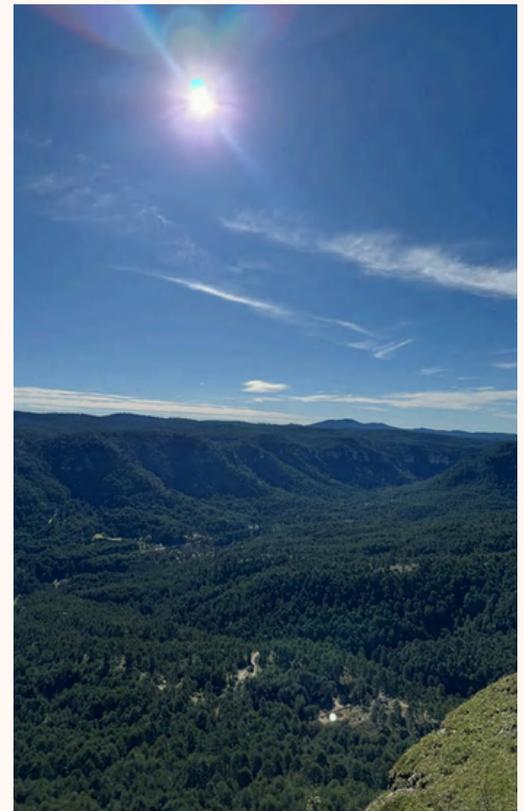
Alba Sáez

Actualmente, uno de los problemas de España son los animales en peligro de extinción. Entre ellos está una de las especies más emblemáticas, el lince ibérico, que se encuentra en esta situación debido a la destrucción de su hábitat natural, la caza furtiva y otros factores antropogénicos. El lince ibérico es uno de los animales más amenazados del mundo, su población ha experimentado un ligero aumento debido a los esfuerzos de conservación, pero aún enfrenta grandes desafíos debido a deslizamientos de tierra y desastres naturales.

Otro animal del que me gustaría hablar es el águila imperial. Este animal está desapareciendo por la pérdida de su territorio de caza y la electrocución en tendidos eléctricos.

La tortuga mora es una famosa raza animal ibérica que sufre el impacto de la degradación de su entorno natural, el tráfico de animales y su muerte por atropellos en las carreteras.

La cigüeña negra es un ave mítica. A pesar de estar incluida en el Libro Rojo de las aves de España (2004) en la categoría de "Vulnerable" y aparecer como "En peligro de extinción" en el Catálogo Nacional de Especies Amenazadas, su número está aumentando en toda Europa.



ESPAÑA ENFRENTA UNA CRISIS: LOS ANIMALES EN PELIGRO DE EXTINCIÓN



Alba Sáez

El quebrantahuesos, cuyo nombre hace referencia al hábito de esta ave de lanzar huesos desde considerable altura contra rocas planas para comerse el tuétano del interior, es otro de los animales en peligro. Las causas por las que muere esta especie son por la ingesta de tóxicos, por disparos y por electrocución.

En España quedan menos de 500 ejemplares del urogallo cantábrico. Las razones por las que este animal está desapareciendo son la fragmentación de su hábitat, su poca descendencia y los depredadores.

La foca monje del mediterráneo es una de las especies de pinnípedos más amenazadas del mundo. El principal motivo por el que está en peligro de extinción es la pérdida de su hábitat por la actividad pesquera y por la acción humana.

Del último animal que me gustaría hablar es del oso pardo, un animal que tuve la suerte de ver en el parque natural del Hosquillo, en la Serranía de Cuenca. Hay alrededor de unos 450 ejemplares en España. Actualmente su hábitat lo han establecido en el norte de España, Pirineos y Cordillera Cantábrica. Su población ha disminuido debido a la deforestación, la caza y los cambios en su ecosistema.

Los expertos en conservación advierten que la situación es alarmante y que hay que tomar medidas urgentes para revertir la situación. Se necesita que los gobiernos, la sociedad y las organizaciones de conservación cooperen y trabajen juntos para erradicar lo antes posible el problema.

En conclusión, que los animales se extingan es un gran problema y necesitamos toda la ayuda posible, como afirman los expertos. Para ello es muy importante que la sociedad se conciencie y que desde la distintas administraciones públicas se tomen medidas.



CÓMO AFECTA NUESTRA ACTIVIDAD A LOS ANIMALES



Nuria Martínez

La actividad humana ha tenido un impacto muy importante en la vida de los animales, y hay que saber cómo nuestras acciones afectan su bienestar, sus hábitats, su supervivencia, etc.

En primer lugar, la deforestación, como puede ser la tala de árboles, que elimina mucho espacio en el entorno de muchas especies, dejándolas sin alimentos, refugios, dificultado la supervivencia de especies que necesitan áreas grandes para sobrevivir. O también puede ser la urbanización, ya que destruye su hábitat para dar paso a construir edificios, carreteras y otras muchas infraestructuras.

También puede influir la contaminación, por ejemplo, la del agua, al tirar desechos al océano o ríos, dañamos la vida marina o causamos enfermedades. La contaminación del aire, principalmente causada por la quema de combustibles fósiles, que provoca problemas respiratorios. Se ha observado un aumento en enfermedades respiratorias en aves y mamíferos que dependen del aire limpio para sobrevivir. Por otro lado, la contaminación del suelo, causada por los vertidos de residuos, escombros, bidones enterrados y muchas causas más, afecta a la disponibilidad de alimentos ya que contamina cultivos y pastos, y causándoles problemas de salud en los animales terrestres.

Además, hay personas que cazan animales, ya sea por vender sus pieles o partes de sus cuerpos, o incluso por diversión; esto ha llevado a la disminución de muchas especies y el consiguiente desequilibrio de los ecosistemas, estrés en los animales y desajustes en la cadena alimentaria. Es muy importante regular la caza para evitar impactos negativos, ya que algunas especies que son cazadas están en peligro de extinción.

Para ayudar a los animales, podemos hacer varias cosas, como hacer leyes para proteger sus hogares y así evitar que la gente no los cace tanto, también se podrían hacer más charlas en los institutos y colegios para que vean lo mal que lo pasan los animales con todo esto. Pero también hay muchas personas y organizaciones trabajando para protegerlos y darles un lugar seguro donde vivir.

En conclusión, nuestra actividad tiene consecuencias negativas en la vida de los animales. Sin embargo, podemos trabajar y hacer acciones para proteger a las especies, garantizar un futuro sostenible y prosperar en un ambiente saludable, ya que, si no, todo lo que hagamos que perjudique a los animales nos volverá a nosotros de la misma forma.



LA VIDA EN EL ECOSISTEMA

La importancia de los animales en el ecosistema



Alejandro Ciungalan



Fuente: [Banco de imágenes INTEF / José Alberto Bermúdez. Pirámide alimentaria](#)
(CC BY-NC-SA)

Los ecosistemas

Un ecosistema es un conjunto formado por una comunidad de organismos vivos, llamada biocenosis, y el biotopo o entorno físico que ocupan. Dentro de un ecosistema pueden distinguirse componentes bióticos, que son todos los seres vivos que integran la biocenosis, y abióticos, que son todos los demás, desde materiales como las rocas o el agua hasta la luz solar o las condiciones climáticas. Los flujos de materia y energía mantienen a los elementos bióticos y abióticos del ecosistema en interacción constante.

¿Con que ayudan los animales al ecosistema?

Los animales juegan un papel esencial en el mantenimiento de un medio ambiente sano. Contribuyen como polinizadores, controlando plagas e incluso mitigando el cambio climático. Los animales juegan un papel determinante para el equilibrio ecológico, donde el animal más minúsculo cumple una función vital en su ecosistema. Los hongos y las bacterias se encargan de la descomposición de la materia para la fertilidad del suelo, función que también cumplen las lombrices de tierra.

La fauna silvestre, además de ser fundamental para el ser humano, es un componente importante de la diversidad biológica del mundo y su desaparición produce alteraciones en los ecosistemas.

Herbívoros en el ecosistema.

Los herbívoros se encargan de mantener las plantas podadas, comiéndose hojas, frutas, para luego así mantener un equilibrio de esta para que no se extienda y perjudique a otras plantas. Las semillas, se irían con las heces de estos animales, dándole la posibilidad de nacer.



Carnívoros en el ecosistema.

Los Carnívoros se encargan de mantener una población equilibrada, para que estos no perjudiquen en el crecimiento de plantas, o llegar a la extinción de plantas o animales. Además de que los animales carnívoros no atacan a una especie específicamente, solo la que cree que puede cazar.



PROTECCIÓN DE LOS ECOSISTEMAS TERRESTRES



Manuel Ortiz Cano

PROBLEMAS ACTUALES

Los ecosistemas terrestres proporcionan una serie de servicios imprescindibles para la vida en la Tierra. Desde la reducción de carbono hasta la regulación del ciclo del agua y servir como hábitats para innumerables especies de flora y fauna, los ecosistemas terrestres son fundamentales para el equilibrar el medio ambiente. Además, sirven como motor económico a través del turismo y otras actividades relacionadas con la naturaleza.

La urbanización y la expansión agrícola están degradando y fragmentando los hábitats naturales, reduciendo el área para la vida silvestre y aumentando el riesgo de extinción de especies. La sobreexplotación de recursos naturales, la introducción de especies invasoras y la contaminación están provocando la disminución de biodiversidad y la alteración de los ecosistemas naturales. El aumento de las temperaturas, la poca regularidad en los patrones de precipitación y los eventos climáticos extremos están afectando la distribución y el funcionamiento de los ecosistemas terrestres, haciendo así difícil equilibrar los ecosistemas.



Fuente: bbva.com

ODS 16: PAZ, JUSTICIA E INSTITUCIONES SÓLIDAS



PREGUNTANDO A EUROPEOS... ¿QUÉ OPINAN SOBRE LOS LATINOS?



Daiana Fierro

Esta última semana le hemos preguntado a estudiantes y profesores qué opinan con su mayor sinceridad sobre los latinoamericanos y sus experiencias con ellos.

Estudiante: La verdad, me da igual, aunque he tenido unos malos momentos con peruanos.

Estudiante: Hay tanto buenos como malos.

Estudiante: Son amables con los demás y son muy abiertos.

Estudiante: Son peligrosos.

Estudiante: No me agradan.

Estudiante: Los colombianos con los que he convivido son de fuerte carácter.

Estudiante: Son muy amables y respetuosos.

Estudiante: ¡QUE SE VAYAN TODOS DE MI PAÍS!

Profesora: Desde mi punto de vista no puedo opinar mucho porque los estudiantes son buenos, pero así como los españoles hacen mucha bulla.

Estudiante: Nos roban el trabajo. No los aguanto. ¡QUE SE VAYAN!

Profesor: Cuando se concentran en sus estudios son muy buenos.

Estudiante: Traen criminalidad al país, siempre se andan drogando, y son pobres porque quieren. Fácilmente pueden conseguir trabajo.



Por lo que podemos ver es un 50/50 entre racismo y amabilidad, pero esto no quiere decir que todos los latinos seamos así, todo depende de la crianza y formación de la convivencia familiar y de amistad.

Frenemos entre todos el racismo y la xenofobia.



ENTREVISTA A DOS TRABAJADORES DE LOS JUZGADOS DE CUENCA



*Gonzalo Abad
Ángela Adrover
Gisela Moya*

Ángela Adrover: Buenos días. Estamos con José Manuel Adrover y Cristina Poves. Somos tres alumnos del IES Alfonso VIII y vamos a haceros unas preguntas sobre vuestros trabajos.

Gisela Moya: José Manuel, ¿por qué decidiste decantarte por la rama de la justicia y qué consejos darías a los estudiantes de secundaria que estén interesados en seguir este tipo de carrera?

José Manuel: Porque me gustaban las carreras relacionadas con las letras, dentro de ellas la que más me interesaba era la carrera de Derecho.

Mi consejo es que necesitan constancia en el estudio, deben estudiar día a día, y que finalmente el esfuerzo merece la pena, porque tiene muchas salidas profesionales.

ÁA: José Manuel, ¿por qué decidiste optar por una carrera de letras cuando, de forma genérica, se piensa que las carreras de ciencias tienen más salidas?

JM: Porque mi capacidad era mejor la de memorizar, que carreras más técnicas como son las de ciencias. También me parece más interesante la práctica jurídica y la aplicación de las leyes, que carreras de ciencias.

Gonzalo Abad: ¿Te querrías dedicar a otra disciplina, pero por causas económicas, por cercanía en el trabajo, etc. terminaste dedicándote a la justicia?

JM: No, desde el inicio quería estudiar una carrera de leyes y fue lo que hice. En mi ciudad tuve la oportunidad de estudiar la carrera de Derecho sin tener que ir a otra ciudad.

GM: ¿Crees que es imprescindible la función de la administración de justicia en España y en general en el mundo?

JM: Es una administración imprescindible para cualquier país donde existe un estado democrático y de derecho. No puede existir un país sin un sistema y una administración de justicia.

ÁA: ¿Actualmente, si tuvieses la oportunidad de cambiarte de oficio, por otro relacionado con la educación en las aulas, lo aceptarías?



ENTREVISTA A DOS TRABAJADORES DE LOS JUZGADOS DE CUENCA



*Gonzalo Abad
Ángela Adrover
Gisela Moya*

JM: No, no lo cambiaría por el desempeño de otro trabajo en la administración educativa, porque me gusta el trabajo que hago y estoy suficientemente capacitado para poder realizarlo.

GA: Pues muchas gracias, José Manuel.

Ahora es el turno de Cristina, de profesión procuradora de los Tribunales. Cristina, ¿Cuál es tu papel dentro del juzgado y cuáles son tus responsabilidades diarias?

Cristina Poves: Hola, buenos días, pues represento procesalmente en los juzgados al ciudadano en todo tipo de procedimientos judiciales (penal, civil, contencioso, laboral...) Me encargo de diligenciar todo tipo de notificaciones, impulso el procedimiento en beneficio del cliente y colaboro con la justicia.

GM: ¿Cómo crees que tu trabajo contribuye a la sociedad?

CP: Como colaboradora que soy con la justicia, acercas esta al ciudadano, defendiendo sus intereses y con profesionalidad para que esta justicia sea lo más transparente posible.

ÁA: ¿Qué habilidades crees que son más importantes para ejercer como procuradora?

CP: Aparte de tener la licenciatura en Derecho, tienes que tener espíritu de sacrificio y emprendimiento.

GA: ¿Cuál es tu experiencia más memorable e impactante en el juzgado?

CP: Cuando tuve que improvisar un pequeño discurso, además de ser testigo en una boda civil que se celebró en el juzgado, aunque también me acuerdo de muchos momentos en los que he tenido que estar con menores ayudando a tranquilizarles y evitar que ellos se dieran cuenta de que estaban en un juzgado.

GM: Por último, ¿por qué elegiste tu trabajo?

CP: Porque siempre me ha gustado hacer algo por los demás y en esta profesión creía que se podía actuar con lealtad, respeto y veracidad para el cumplimiento de los fines de la sociedad.

ÁA: Pues esto ha sido todo, muchas gracias a los dos por haber participado en la revista de nuestro instituto.

CP: ¡Ha sido un placer!

JM: ¡Gracias a vosotros!



ODS 17: ALIANZAS PARA LOS OBJETIVOS



COMPAÑERISMO EN CLASE



Paula Ruiz

RELACIÓN CON LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE

Para lograr los Objetivos de Desarrollo Sostenible es fundamental llevar a cabo alianzas entre los diferentes actores del planeta; gobiernos, sector privado y sociedad civil y situar la nueva agenda en el centro de las políticas y actuaciones de todos ellos.

Estas alianzas deben construirse sobre los mismos principios y valores y tener objetivos comunes, aportando cada actor su experiencia y conocimientos para contribuir conjuntamente a la consecución de la nueva Agenda de Desarrollo. Estos objetivos fueron creados con la finalidad de hacer del mundo un lugar más próspero, mejor, justo y sostenible.



Relacionándolo con el ámbito educativo podríamos decir que necesitamos alianzas diariamente, ya sea con nuestros profesores, con nuestros propios compañeros, con nuestra familia. Cada relación que mantenemos es importante para lograr el objetivo final: educarnos y ser personas de las que dependerá el mundo en un futuro.

Según la RAE:

¿QUÉ ES EL COMPAÑERISMO?

1. Vínculo que existe entre compañeros.
2. Armonía y buena correspondencia entre compañeros.

Pero... ¿solo es eso? ¿Cómo definirías la palabra compañerismo?

Todo el mundo ha tenido compañeros a lo largo de su vida:

1. La familia: estos son los aliados que desde pequeños están, más o menos presentes. Depende de tu situación, pero generalmente son esas personas las que siempre nos están apoyando, con quienes celebramos lo bueno y quienes también están en lo malo.

2. Los educadores: una vez entramos al ámbito educativo más de una treintena de profesores nos acompañan: en el colegio, en el instituto, en las actividades extraescolares... A estas personas no las solemos valorar, pero después nos damos cuenta de la repercusión que tuvieron sobre nosotros, educándonos, intentando ayudarnos, convirtiéndonos (o haciendo un intento) en ciudadanos prósperos.



COMPAÑERISMO EN CLASE



Paula Ruiz

3. Los amigos: desde pequeños buscamos gente con la que relacionarnos y siempre encontramos gente con la que encajamos mejor o peor, algunas se hace nuestros amigos, otros conocidos... Aquí podríamos incluir a los compañeros que durante un año lectivo están ayudando y apoyando al resto de la clase.



Podríamos definir el compañerismo bien como lo describe la Real Academia de la Lengua Española, aunque también podríamos añadirle que es una relación mutua, donde las dos partes se deben ayudar y beneficiar; equilibrándose, buscando sus puntos fuertes y débiles para que el trabajo sea colaborativo y no nos cueste tanto trabajo



COMPAÑERISMO EN LAS AULAS DEL ALFONSO VIII

Muchos alumnos no se sentirán identificados si decimos que mantienen una relación con sus compañeros de clase, pero **TODOS** se podrían incluir.

El año lectivo tiene entre 175 y 200 días, tantos días en los que pensamos en irnos ya y no volver, ya que se nos hace largo, y más a los adolescente de los institutos. En esos días tienes que convivir con mínimo 29 personas durante casi seis horas; con algunas se consigue más afinidad, incluso vínculos de amistades.

Tus compañeros del año lectivo serán personas como tú, con estrés, exámenes, trabajos... Son personas con las que nos sentiremos muy identificados; ¿tomarías esa relación como algo sin importancia?



COMPAÑERISMO EN CLASE

EXPERIENCIA DE COMPAÑERISMO



Paula Ruiz

Yo soy nueva en el instituto, pues fue en el curso 2023/2024 en el que me incorporé a este centro. Me tuve que cambiar de instituto para simultanearlo con el conservatorio y este cambio me produjo una crisis de ansiedad porque, ¿con quién estaría yo si era “la nueva”?

El cambio me daba mucho miedo, ya que soy una persona bastante vergonzosa al principio a la que no le gusta causar molestias. Al igual que yo, hay millones de personas en el mundo que no pueden hacer amigos siendo nuevos.

Tuve la suerte de coincidir con una clase increíble donde por muy diferente que fuera me aceptaron y me unieron a ellos. Fui acogida con respeto y cariño para mi sorpresa. También tuve el apoyo de mis amigos de la infancia, de mi familia, quienes me apoyaban y no me obligaban a sentirme bien solo por verme bien. También pude contar con el apoyo de muchos de mis profesores, sobre todo con el de mi tutora y profesora de lengua, Mercedes.



Esta experiencia me sirvió para aprender muchas cosas, entre ellas a formarme como persona y también a aprender a trabajar en equipo ya que sin conocer a nadie tuve que poner ideas en común y conseguir ponernos de acuerdo.

Desde mi punto de vista creo que el trabajo en equipo es muy importante y sobre todo en las edades en las que nos encontramos en la ESO donde somos adolescentes inestables en casi todos los aspectos.



ERASMUS Y EL IES ALFONSO VIII CUMPLEN UNA DÉCADA CAMINANDO JUNTOS EN EL AÑO 2025



Nuria Moreno

Esta retrospectiva de experiencia Erasmus del IES Alfonso VIII en el ámbito de Educación Escolar busca divulgar el trabajo realizado para ampliar la dimensión europea de la institución, de acuerdo con los objetivos del Plan de Desarrollo Europeo del PEC.

Desiderius Erasmus, conocido como Erasmo de Rotterdam, erudito humanista holandés del Renacimiento, da nombre a este programa de intercambio de estudiantes europeos desde 1987. Afirmaba que “para el hombre dichoso todos los países son su patria”. Su defensa de la Educación como única vía para conseguir el desarrollo de las sociedades, su vasta experiencia en viajes y haber sido estudiante en varias universidades europeas motivaron a la asociación de estudiantes AEGEE Europe, fundada en 1985 para promover el espíritu europeo y una imagen de una Europa unida, abierta y sin fronteras, a presentar ante la Comisión Europea la propuesta de designar con el nombre de Erasmus a estos intercambios universitarios, que ya venían realizándose entre algunos estados de la Unión. La Comisión aceptó la propuesta de inmediato.

El programa Erasmus está sustentado por la Comisión Europea desde su origen en 1987. Desde entonces y hasta 2013 solo se aplicaba al ámbito universitario. Fue entonces cuando el Parlamento Europeo decidió incluir las iniciativas europeas que venían ejecutándose en paralelo en el campo de la juventud y deporte, añadiendo “plus” (Erasmus+) al nombre y recogiendo en el septenio del programa 2014-2020.



Retrato de Erasmo de Rotterdam de Hans Holbein

En ese momento, la Comisión amplió el presupuesto y permitió a estudiantes y profesorado de Educación Infantil, Primaria, Secundaria y Formación Profesional la posibilidad de aprender a través de la movilidad. Con el tiempo se ha convertido en una de las grandes políticas de la Comisión, lo que se deduce del gran acuerdo presupuestario adoptado por unanimidad para el programa Erasmus 2021-2027. Actualmente, el Parlamento Europeo, preocupado por los tiempos difíciles y convulsos que la sociedad europea vive, establece como objetivos claves del programa trabajar para la inclusión social, la doble transición ecológica y digital y fomentar la participación de los jóvenes en la vida democrática.



ERASMUS Y EL IES ALFONSO VIII CUMPLEN UNA DÉCADA CAMINANDO JUNTOS EN EL AÑO 2025



Nuria Moreno

El interés del IES Alfonso VIII en participar en movilidades europeas, tanto en el ámbito de educación escolar (ESO y Bachillerato) como en el de la formación profesional, se remonta a cursos anteriores a la aplicación del programa Erasmus en Secundaria. En el curso 2010-11 encontramos la primera participación en movilidades europeas para realizar las FCT a través del programa Sectorial Leonardo da Vinci, repitiéndose en cursos sucesivos, y en 2012-13 la primera en un programa Comenius para el alumnado de ESO y Bachillerato. Comprobamos que el espíritu europeísta está presente en los principios del centro desde hace mucho tiempo.

Hacemos ahora un relato cronológico de la participación en el programa Erasmus en el ámbito de la educación escolar, objeto de esta retrospectiva.

En la convocatoria de 2014 se escribió el primer formulario para participar en el programa Erasmus 2014-2020. Sin embargo, este no consiguió pasar el filtro, posiblemente por la complejidad de los formularios, el desconocimiento de las reglas del programa y el poco tiempo para prepararlo de quienes tuvimos la iniciativa. Este primer escollo no nos desanimó y aprovechamos lo ya realizado para aprender de los errores y dedicar un tiempo a formarnos.



Anglolang Academy. Scarborough (England): Curso CLIC y TIC. 2015

En la convocatoria de 2015 el centro consiguió sacar adelante su primer proyecto Erasmus, "Cuenca welcomes Europe", modesto, con un presupuesto de 6993.00€, y muy realista, que permitió la formación de tres profesores en el extranjero en TIC, CLIL y AICLE. Fue evaluado por la Agencia Nacional como "buenas prácticas" por la repercusión que tuvo en las aulas por parte del profesorado participante.



International Study Programmes. Cheltenham (England).
Curso AICLE. 2016.



ERASMUS Y EL IES ALFONSO VIII CUMPLEN UNA DÉCADA CAMINANDO JUNTOS EN EL AÑO 2025



Nuria Moreno

Esta primera experiencia tan positiva nos animó a incluir en el siguiente proyecto, “El mundo es nuestro centro”, aprobado en la convocatoria de 2017, la formación del profesorado a través de movilidades *job shadowing*, observación de buenas prácticas. El presupuesto creció a 12.258.00€ y con ello el número de profesores beneficiarios: seis en modalidad *job shadowing* y dos en cursos de formación. De nuevo la Agencia Nacional calificó el proyecto de “buenas prácticas” por la repercusión en la docencia y el impacto en la búsqueda de nuevas alianzas. Comenzaba la búsqueda de contactos en los centros visitados: el Gymnasium de Vimmerby (Suecia), el Lucernacollège de Anderlecht (Bélgica) y la A. Stelamchovski school de Senieji Trakai (Lituania).



INFOM. Bolonia (Italia). Curso Aprendizaje intercultural y diversidad cultural en el aula. 2018



Job shadowing. Vimmerby Gymnasium (Suecia). 2018



Job shadowing. A. Stelamchovski school. Trakai (Lituania). 2018



ITAKA. Migración y solicitantes de asilo. Lamezia (Italia). 2018

En una de las movilidades *job shadowing*, que tenía como destino el Gymnasium de Vimmerby (Suecia), nació la idea del proyecto “Unidos por el Patrimonio” para posibilitar al alumnado el aprendizaje a través de la movilidad. Fue aprobado en la convocatoria de 2018, bajo el formato del temido formulario KA229 de asociaciones estratégicas, con un presupuesto de 23.742.00€ y 24 meses de duración.



ERASMUS Y EL IES ALFONSO VIII CUMPLEN UNA DÉCADA CAMINANDO JUNTOS EN EL AÑO 2025



Nuria Moreno

Supuso la realización de dos encuentros de alumnos durante el primer año del proyecto de 26 alumnos, 13 españoles y 13 suecos, y 8 profesores, 4 suecos y 4 españoles. Durante el segundo año se organizaron dos jornadas formativas, una en cada centro socio: “El Patrimonio europeo como recurso educativo” e “Interculturalidad en Europa: un reto educativo” de cinco días de duración dirigidas al profesorado y en las que también participó el alumnado. Por motivos de la COVID-19 tuvieron que realizarse en formato on-line.

En la convocatoria 2019, y aun estando activo el proyecto anterior, se redactó uno nuevo para la formación del profesorado, “Trabajando con STEAM”, que con un presupuesto de 11.511.00€ permitió la formación en cursos de cuatro profesores y cuatro experiencias *job shadowing* en busca de nuevas alianzas de colaboración internacional en el Agrupamiento de Escuelas de Vilela (Portugal) y el Ylöjärven Lukio en Ylöjärvi (Finlandia)



Encuentro: Unidos por el Patrimonio I .Cuenca. 2019



Job shadowing. Ylöjärven Lukio, Ylöjärvi, Finlandia. 2021



Encuentro: Unidos por el Patrimonio II .Vimmberry. 2019



QUARTER MEDIATION. Curso STEAM. Assen (Holanda). 2022



ERASMUS Y EL IES ALFONSO VIII CUMPLEN UNA DÉCADA CAMINANDO JUNTOS EN EL AÑO 2025



Nuria Moreno



EUROPASS TEACHERS. Curso STEAM. Berlín (Alemania) 2021

La experiencia de trabajar con el alumnado en el curso 2018-19 había sido tan gratificante y tan bien valorada por la Agencia Nacional que nos animó a ampliar la asociación estratégica iniciada entonces con un nuevo socio, el Liceo Classico-Linguistico Carlo Botta de Ivrea (Italia). Como consecuencia, presentamos en la convocatoria de 2020, "Unidos por la mitología", un proyecto de 24 meses, prorrogado a 35 meses por la COVID-19, con un presupuesto de 35.321.00€. Este proyecto incluyó además de la realización de tres encuentros de estudiantes, uno por sede, con 30 alumnos por ocasión (diez por centro socio), la novedad de 9 movilidades que permitía a los beneficiarios estudiar durante un periodo de larga duración, dos meses, en uno de los centros socios. Este proyecto afrontó muchas dificultades durante este tiempo, desde la prohibición de viajar por las medidas de los gobiernos ante la COVID hasta cambios en las coordinaciones y direcciones de los centros

asociados. Pero esto no impidió que se lograran alcanzar los objetivos tal como reza la valoración del informe final realizado por la Agencia Nacional.



Encuentro: Unidos por la mitología II. Vimmerby. 2022

Coincidiendo con el periodo de la COVID y la vida de los programas prorrogados "Trabajando con STEAM" y "Unidos por la mitología", la Comisión Europea lanzó su nuevo programa Erasmus 2021-2027, ampliando el presupuesto final y cambiando las reglas de participación. Este nuevo programa permitía a los centros con experiencia solicitar la acreditación en Erasmus que aseguraba la financiación durante ese septenio sin necesidad de redactar cada año un proyecto nuevo. A pesar del volumen de trabajo acumulado y en coordinación con el equipo directivo completamos el formulario correspondiente. En consecuencia, en 2021 conseguimos la acreditación en el ámbito de la educación escolar, un año más tarde llegaría también para Formación Profesional.



ERASMUS Y EL IES ALFONSO VIII CUMPLEN UNA DÉCADA CAMINANDO JUNTOS EN EL AÑO 2025



Nuria Moreno

Durante los cursos 2022-23 y 2023-24 se han ido ejecutando las acciones previstas en la acreditación en dos periodos de 15 meses. Para el curso 2022-23 contamos con un presupuesto de 34.799.00€, que permitió la movilidad e intercambios en grupo para 23 alumnos, 4 experiencias *job shadowing*, dos cursos de formación del profesorado, una movilidad para impartir docencia y la acogida de un profesor invitado. El Agrupamento de Escolas de Vilela (Portugal) y el Liceo Carlo Botta de Ivrea (Italia) fueron los centros socios de intercambio, se visitó el Biskupské Gymnázium de Brno (R. Checa) y el Collège Notre Dame de Guingamp (Francia), con quienes se establecieron las bases para colaboraciones futuras de intercambio y acogida.



Job shadowing. Biskupské Gymnázium de Brn R. Checa). 2023

Todas estas acciones, más la consolidación de las alianzas iniciadas en cursos anteriores, han permitido que durante el curso que acabamos de finalizar, 2023-24, dieciocho alumnos hayan sido beneficiarios de movilidades en grupo-intercambios, bajo los proyectos “Bridges 2 world” y “Europa nos conecta”, tres hayan disfrutado de movilidades de larga duración y una de corta duración, dos profesores hayan realizado dos experiencias *job shadowing* en busca de nuevas alianzas, dos profesores y un miembro de personal de administración hayan sido los beneficiarios de la formación en cursos y, finalmente, hayamos podido recibir a un experto internacional para la formación de profesorado y alumnado en destino.



Encuentro: Se hace camino al andar. Vilela (Portugal). 2023

Como nuevo socio, el Lycée International des Pontonniers de Estrasburgo (Francia) se incorporó a nuestra red de socios y fue centro de intercambio con el ya conocido Agrupamento de Escolas de Vilela (Portugal). Venimos dando cuenta del paraguas presupuestario de cada curso: el último ascendió a 36.625.00€.



ERASMUS Y EL IES ALFONSO VIII CUMPLEN UNA DÉCADA CAMINANDO JUNTOS EN EL AÑO 2025



Nuria Moreno



Encuentro: Unidos por la mitología IV. Ivrea (Italia). 2023



Encuentro: Se hace camino al andar. Cuenca. 2023

Convencidos de que el programa Erasmus contribuye a europeizar la vida del centro, permitiendo una formación permanente internacional para el profesorado y personal, de que es una fuente de aprendizaje intercultural para el alumnado, tanto en su rol de beneficiario directo como acogiendo en clase y/o en casa, y seguros de que es un herramienta muy efectiva para favorecer el enriquecimiento personal y académico a través la diversidad cultural y lingüística

seguiremos, hasta que las fuerzas nos lo permitan, con esta exhausta labor, porque creemos en una educación solidaria, tolerante y sin fronteras, y porque somos europeístas convencidos y creemos en los valores de la UE: el respeto a la dignidad humana, la libertad, la democracia, la igualdad, el estado de derecho y el respeto a los derechos humanos, valores que construyen sociedades más justas.



Encuentro: Europa nos une I. Estrasburgo. 2024



Encuentro: Bridges 2 world II. Vilela (Portugal). 2024

Seguiremos trabajando en 2024-25, ampliando la acción al mayor número de beneficiarios posibles, y lo haremos con un presupuesto de 33.076,00€, publicado recientemente en resolución del Servicio Español para la Internacionalización de la Educación (SEPIE), nuestra Agencia Nacional.



ERASMUS Y EL IES ALFONSO VIII CUMPLEN UNA DÉCADA CAMINANDO JUNTOS EN EL AÑO 2025



Nuria Moreno

Desde que la acreditación Erasmus en educación escolar está en marcha hemos acogido en el centro a 7 alumnos de bachillerato procedentes de alguno de los centros europeos de nuestra red de socios que construimos poco a poco y a la que mimamos.

Como coordinadora Erasmus en el ámbito de educación escolar, quiero agradecer la confianza que el director, Ángel Luis Navarro Llorente, y su equipo depositan y renuevan anualmente en el grupo de profesores de apoyo Erasmus. Gracias a ellos, a los profesores del grupo de coordinación que trabajan sin tregua y a veces a horas intempestivas para que todo esté siempre listo. Gracias, Marta Carrasco, Gabriel Moreno, Lucía Sánchez, M.ª Jesús de Dios y M.ª Purificación Bartolomé, sin vuestra labor extra esto sería imposible. Gracias a todos los profesores que participan de uno u otro modo en la ejecución y desarrollo de estas acciones, especialmente agradecemos en este curso la labor prestada por M.ª Teresa Segovia y Natalia García, que acompañaron al alumnado en las movilidades de grupo. Gracias a los profesores coordinadores de los centros socios. Gracias a Albino Pereira y Arnaud Galeotti, que atendieron a nuestra llamada como expertos invitados. Gracias a todas las familias del IES Alfonso VIII que han confiado en este programa, que han colaborado con las acogidas, gracias a todos los estudiantes participantes, porque son los que a diario nos dicen que esto “merece la pena”, y, finalmente, gracias a la que fue nuestra compañera y con quien caminé los primeros pasos en esta labor, M.ª Begoña Marín Martínez.



Visita de experto: Albino Pereira (Portugal). 2023



Visita de experto: Arnaud Galeotti (Francia). 2024



Lorenzo y Letizia en movilidad de larga duración. Cuenca. 2024



Adrián en movilidad de larga duración y el equipo Erasmus. Cuenca. 2024



ERASMUS+: UNA AVENTURA DE APRENDIZAJE SIN FRONTERAS PARA LA FP DEL IES ALFONSO VIII



Esperanza Candel

El IES Alfonso VIII se enorgullece de ser un centro educativo acreditado Erasmus+, ofreciendo a su alumnado y profesorado la oportunidad de enriquecer su formación académica y personal a través de experiencias únicas en el extranjero.

Este curso escolar, el programa ha permitido que estudiantes de diversos ciclos formativos de FP de nuestra Familia Profesional de Comercio y Marketing realicen sus prácticas en empresas europeas, ampliando sus horizontes profesionales y adquiriendo valiosas competencias interculturales.

Además, el profesorado también ha tenido la posibilidad de participar en programas preparatorios, de acompañamiento, de formación y observación en centros educativos y empresas de otros países.

Desde la Coordinación Erasmus+ de FP del IES Alfonso VIII nos complace compartir un resumen de las movilidades Erasmus+ que se han llevado a cabo durante este curso escolar 2023/2024.

Movilidades de alumnado

- Dos estudiantes de Grado Medio de Actividades Comerciales han realizado sus prácticas en Alençon (Francia), gracias a la Acreditación Erasmus+ de FP del centro.
- Dos estudiantes de Grado Medio de Actividades Comerciales también han vivido una experiencia similar en Pinerolo (Italia), a través de la misma acreditación.
- Dos estudiantes de Grado Superior de Marketing y Publicidad han completado sus prácticas en la localidad de Paredes (Portugal), bajo el marco de la Carta ECHE de Educación Superior.



ERASMUS+: UNA AVENTURA DE APRENDIZAJE SIN FRONTERAS PARA LA FP DEL IES ALFONSO VIII



Movilidades de profesorado con la acreditación de FP

Esperanza Candel

- Cuatro profesores han realizado visitas preparatorias a Alençon (Francia) y a Pinerolo (Italia), para preparar las movilidades del alumnado.
- Cuatro profesores han acompañado a los estudiantes en sus viajes de ida/vuelta a Alençon y Pinerolo, proporcionándoles apoyo y ayudándoles con la familiarización del entorno y otras gestiones en sus primeros y últimos días en destino.



Movilidades de profesorado con otras acreditaciones

- Dos profesores han sido beneficiarios de movilidades de tipo job shadowing bajo la acreditación de la Carta ECHE de Educación Superior: una en Paredes (Portugal), y otra que está pendiente para Belgrado (Serbia), que se realizará antes del inicio de las prácticas de los alumnos del próximo curso.
- Una profesora ha participado en una movilidad de formación en Kiseljak (Bosnia y Herzegovina), a través del Consorcio Intercom del IES Ribeira do Louro (Pontevedra).



Acogida de alumnado y profesorado

- El centro ha recibido a dos estudiantes en prácticas del Lycée Maréchal Leclerc de Alençon, Francia.
- También ha recibido a una profesora en visita preparatoria de Caen, Francia.
- Además, hemos acogido a cuatro profesores franceses que han acompañado a los estudiantes de Alençon en sus viajes de ida y de regreso.



ERASMUS+: UNA AVENTURA DE APRENDIZAJE SIN FRONTERAS PARA LA FP DEL IES ALFONSO VIII



Un aprendizaje integral más allá de las aulas

Las movilidades Erasmus+ no solo suponen una mejora en la formación técnica de los estudiantes, sino que también fomentan el desarrollo de las habilidades llamadas "soft skills" como la comunicación, la adaptación al cambio, el trabajo en equipo y la resolución de problemas.

La inmersión en un entorno cultural diferente enriquece la perspectiva personal y profesional de los participantes, abriéndoles las puertas a un futuro laboral más competitivo y globalizado.

Un programa enriquecedor con un impacto duradero

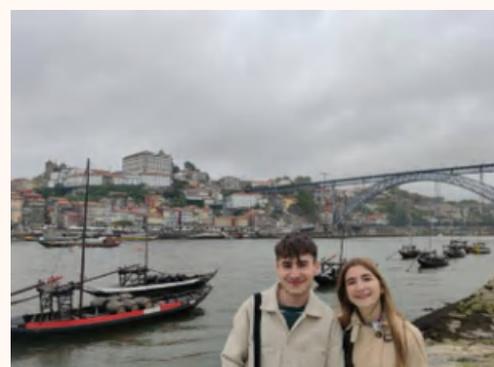
Las movilidades Erasmus+ han sido una experiencia muy gratificante para todos los participantes, permitiéndoles mejorar sus competencias lingüísticas, interculturales y profesionales.

Además, el programa ha contribuido a fortalecer las relaciones entre el IES Alfonso VIII y sus socios europeos, abriendo nuevas oportunidades para la colaboración futura.

Anímate a participar en Erasmus+

Si eres estudiante o docente de FP del IES Alfonso VIII y te interesa vivir una experiencia Erasmus+, te animamos a participar el próximo curso. No dudes en dar el primer paso hacia una aventura de aprendizaje que te cambiará la vida.

Esperanza Candel



ENTREGA DE DIPLOMAS ELEX Y EGEX DE EUROCLASSICA



María Jesús de Dios

En el mes de mayo ha tenido lugar la entrega de los diplomas ELEX de Latín y EGEX de Griego de EUROCLASSICA a los alumnos de Latín y Griego de Bachillerato por parte del director del centro Ángel Luis Navarro en el aula de Latín.

Los alumnos que han conseguido diploma son Alba Espejo, Alejandro Ruiz, Andreia Rahira, Jorge Mora y Óscar Martínez de 2º de Bachillerato, y Alba Cano y Julio Checa de 1º de Bachillerato.

EUROCLASSICA es la Federación Europea de Asociaciones de Profesores de Lenguas y Civilizaciones Clásicas que permite al profesorado de Latín y Griego presentar a su alumnado a los exámenes para la obtención del Certificado Europeo de Latín y/o Griego (ECCL, European Certification for Classics), que cuenta con el sello de EUROCLASSICA y el del Día de las Lenguas del Consejo de Europa en sus tres grados de consecución o categorías (oro, plata o bronce). La prueba es igual para el alumnado de toda Europa y cuenta con dos niveles o modalidades, *Vestibulum* y *Ianua*, cuya equivalencia en función del MCER sería un A2 y un B1 respectivamente.

¡Enhorabuena a los ganadores!



Entrega de diplomas ELEX plata y oro a los alumnos de 1º Bachillerato

Después de la inscripción en el mes de octubre, empezó la preparación de las pruebas por parte de la profesora María Jesús de Dios, que fue más intensa una vez finalizada la primera evaluación. Los alumnos realizaron de forma voluntaria las pruebas ELEX de Latín y EGEX de Griego entre finales del mes de diciembre y primeros del mes de enero, consiguiendo superar las pruebas ELEX de Latín 2 alumnos de 1º Bachillerato y 3 de 2º Bachillerato, y las pruebas EGEX de Griego 4 alumnos de 2º Bachillerato.



Entrega de diplomas ELEX y EGEX bronce a los alumnos de 2º Bachillerato

Debido a varios problemas, la entrega de estos diplomas no se pudo realizar hasta el mes de mayo, aunque ya sabían los resultados desde finales del mes de enero.



ESCUELAS EMBAJADORAS DEL PARLAMENTO EUROPEO



María Purificación Bartolomé

Este curso 2023/24 ha sido nuestro segundo año como Escuela Embajadora del Parlamento Europeo. Destaca que ha sido especial por ser año electoral, con lo que nos hemos esforzado en hacer visible la labor del Parlamento y la importancia que tiene la legislación comunitaria en nuestras vidas cotidianas.



Finalizamos el curso anterior con la participación en el XXIV encuentro de Consejos Escolares Autonómicos y del Estado, celebrado en Granada el 13 y 14 de junio de 2023, al que nos invitaron a participar para exponer nuestro trabajo como Escuela Embajadora en el apartado de buenas prácticas que promueven la participación del alumnado de los centros educativos.

Comenzamos el nuevo curso presentando Escuelas Embajadoras al profesorado del centro, tras un resumen de las actividades realizadas en curso anterior, animamos a los compañeros/as a participar activamente en el programa.

Nuestra primera actividad con alumnado fue la Semana del Deporte Europeo. Se organizaron una serie de juegos y deportes alternativos en el patio y participamos en el concurso #beactive organizado por el Consejo Superior de Deportes de España. Esta fue la base del proyecto "recreos activos", en el que se involucraron los Embajadores junior, que ha promovido durante todo el curso juegos, bailes y deportes alternativos en los recreos.

Tras las vacaciones de verano descubrimos que el infopoint había sufrido desperfectos. El profesor Blas Alcalá se encargó de repararlo e introducir modificaciones, contó con la colaboración de su grupo de alumnos/as de la Formación Profesional Básica Específica. De la elaboración del contenido informativo se encargó un grupo de trabajo compuesto por Embajadoras junior. Hemos trabajado los jueves durante el recreo en un aula de informática buscando noticias importantes sobre las decisiones tomadas en el Parlamento, sobre las elecciones, noticias internacionales vinculadas con Europa... Otros grupos de trabajo se encargaron de organizar los recreos activos y del equipo de prensa.

El 3 de octubre se hizo entrega de diplomas a los Embajadores/as del anterior curso y, aprovechando el evento, abrimos la inscripción de Embajadores para el nuevo curso. Hemos tenido 55 júnior y 5 sénior, además de la coordinadora.



ESCUELAS EMBAJADORAS DEL PARLAMENTO EUROPEO



María Purificación Bartolomé

Con motivo del Día de la eliminación de la Violencia contra la Mujer participamos en la actividad organizada por el centro que versó sobre la violencia en el deporte e involucró al alumnado de 1º, 2º y 4º de ESO.

Como el curso anterior, nos hemos unido a actividades organizadas por otras EPAS o MEPAS, como en la felicitación de año nuevo y en el 8 de marzo. También hemos participado en actividades organizadas por la oficina del Parlamento Europeo en España como la grabación de un video de tiktok sobre la importancia de votar en las elecciones del 9 de junio, o el vídeo de Embajadores júnior "Primeros votantes".

Por primera vez hemos tenido la posibilidad de participar en dos sesiones online de Euroscola, el 1 de marzo y el 26 de abril. La conexión en directo con la sede del Parlamento Europeo en Estrasburgo se inició a las 10:00 y terminó a las 12:30. Durante ese tiempo los Embajadores conectados online y los que estaban en el Parlamento presencialmente, tuvieron la oportunidad de entrevistar y dialogar con personas representativas del Parlamento.

El lema elegido en las dos sesiones fue "Protecting Democracy and Fundamental Rights in Europe", por lo que los Embajadores/as debían hacer preguntas relacionadas con este tema. Tuvimos la suerte de que nuestro IES fuera seleccionado para hacer dos preguntas: una en cada sesión. La primera al Vicepresidente del Parlamento Europeo Jan Christoph, y la segunda al Director General de Comunicación, Jaume Duch.



Ambas sesiones terminaron con aportaciones hechas por los Embajadores/as júnior y una votación sobre las que les resultaron más interesantes.



ESCUELAS EMBAJADORAS DEL PARLAMENTO EUROPEO



María Purificación Bartolomé

La participación en Euroscola permitió al alumnado conocer el Parlamento Europeo de cerca e involucrarse en una actividad en la que alumnos de diferentes países de la Unión Europea y aspirantes a serlo intercambiaron opiniones e ideas.

Puesto que la formación de los Embajadores/as junior es importante, este curso hemos introducido dos Jornadas de Formación, el 18 de marzo y el 25 de abril. Comenzamos comiendo en la terraza del instituto tras terminar las actividades lectivas, después nos trasladamos a un aula para iniciar la formación. La primera sesión versó sobre la formación de la UE y sus instituciones. En la segunda sesión los Embajadores/as júnior pudieron ponerse en la piel de un Eurodiputado/a con el material del módulo 6 de formación de Escuelas Embajadoras.

En ambas sesiones contamos con el material que nos proporcionó Europe Direct de Toledo que se repartió entre los Embajadores/as.

El Día de los Autores Europeos, como ya hicimos el curso pasado, organizamos una lectura colectiva con todos los cursos de ESO. Participaron 33 lectores/as. Las obras seleccionadas estuvieron adaptadas al nivel del alumnado participante.

Los autores seleccionados fueron Oscar Wilde, Ovidio y Homero. La actividad se incorporó a la campaña de la Comisión Europea #readwitheurope.



Por último, es necesario mencionar la celebración del Día de Europa, 9 de mayo. El lema fue "Los valores europeos" y estos fueron los protagonistas. Para hacerlos visibles empapelamos con papel azul el hall del instituto e imprimimos estrellas amarillas en las que los alumnos/as del centro escribieron los valores que consideraban más importantes.

Durante el recreo se instalaron mesas informativas sobre la UE, el Parlamento y sus valores; para esto usamos material de Europe Direct. Los Embajadores/as júnior informaron a sus compañeros/as sobre estos aspectos y les obsequiaron con chapas, lápices, folletos.... Estas mismas mesas se trasladaron a la calle durante la última hora de clase, se procedió a informar a los viandantes sobre distintos aspectos de la UE y las próximas elecciones del 9 de junio. Algunos alumnos/as hicieron entrevistas sobre el nivel de conocimiento de la UE y sus instituciones. Los datos obtenidos servirán para hacer un estudio sobre el tema.



ESCUELAS EMBAJADORAS DEL PARLAMENTO EUROPEO



María Purificación Bartolomé

El día 10 de mayo los alumnos/as de 3º de ESO hicieron una yincana a los de 1º de ESO, cuyo tema fue la UE. Después nos trasladamos al salón de actos donde un grupo de 1º ESO interpretó el himno de Europa, tras lo cual una alumna de 4º de ESO leyó un discurso sobre el día de Europa y su transcendencia. Terminamos la celebración entregando los diplomas a los participantes en Euroscola.

A lo largo del curso hemos trabajado con distintos grupos del centro los módulos de formación de Escuelas Embajadoras. Son un total de siete módulos que de forma lúdica introducen al alumnado en la historia de la UE, sus instituciones, la legislación y valores del Parlamento Europeo. Hemos trabajado con alumnos/as de 2º, 3º, 4º, 1º y 2º de bachillerato.

Esta ha sido mi segundo y último año como coordinadora del proyecto Escuelas Embajadoras. Han sido dos cursos intensos de duro trabajo que han merecido la pena por hacer visible este proyecto que nos une a Europa en la defensa de los valores democráticos.



MI EXPERIENCIA EN EL CONSERVATORIO



Alicia Jula

Empecé el conservatorio hace casi ocho años. Cuando empecé 1 de elemental, estaba en cuarto de Primaria, por lo que elegí estudiar Música. Desde siempre me gustó esta disciplina: crecí cantando y tocando la flauta dulce. Estudiar música y a la vez ir al colegio es fácil ya que estás en una etapa en la que te estás divirtiendo a la vez que aprendes. Conforme pasa el tiempo, se va complicando porque entramos en la ESO. A las personas que siguen con la música al entrar a la ESO, de verdad les gusta y quieren seguir con ello. Yo, actualmente en 4º de la ESO, he tenido un año complicado, pues la dificultad aumenta en ambos casos.

He pensado en dejar el conservatorio varias veces, no lo niego, pero la verdad, pero no puedo y tampoco quiero.

Simultanear el estudio de la música con la educación secundaria puede estresar mucho, pero la experiencia que se vive es única. A lo largo de los años he ido aprendiendo lo que es la música más al fondo y además de amarla, he hecho muchos amigos y he conocido a profesores maravillosos.



En conclusión, os recomiendo vivir la experiencia de estudiar en un conservatorio porque vale la pena.

Independientemente de si se acaba con una titulación o se abandonan los estudios musicales, las amistades que se hacen allí son para toda la vida, al igual que lo aprendido. Os ánimo a apuntaros. Quien lo haga, ¡allí lo esperaré!



CREACIONES ALFONSÍES



XVI Certamen de microrrelato policiaco Ángel Luis Mota

XVI

IES ALFONSO VIII

CERTAMEN
MICRORRELATO
POLICIACO 23/24
ÁNGEL LUIS MOTA



Descarga el siguiente
QR y consulta las
bases del certamen.



XVI Certamen de microrrelato policiaco Ángel Luis Mota

Cristina Bordallo

Ya han pasado dieciséis años desde la primera edición de este certamen literario, que el IES Alfonso VIII organizó allá por el 2008. Parece mentira que aún siga en pie y con participación, pero el ser humano es contador de historias por naturaleza, por lo que es difícil que este tipo de concursos dejen de existir; lo llevamos innato, ya sea inventando relatos breves, como cuentos, o novelas y si en ellas hay misterio, mejor que mejor.



En esta edición ha habido cambios. Vamos evolucionando según van pasando los años y hemos pasado de crear relatos breves a minimizarlos todavía más, complicando más la cosa, hasta convertirlos en microrrelatos.

Nuestra intención era que nuestros participantes condensaran bastante la historia para que fueran los lectores los protagonistas, los que trabajaran también en su lectura y comprensión. El lector tiene que llegar al nudo o conflicto con pocos datos; solo con la sugestión de las palabras escogidas tiene que intuir el mensaje final de nuestros pequeños narradores. Muchos de nuestros alumnos y de toda Cuenca se han atrevido a ello, son unos valientes con mayúsculas; tenemos que reconocerlo. Hemos arriesgado y no ha salido mal.

Agradecemos al equipo directivo del IES Alfonso VIII por hacer posible este concurso; a la AMPA del centro por colaborar en la organización y en los premios principales; al trabajo de mis compañeras del departamento de Lengua Castellana y Literatura que, como siempre, dan mucho más de lo que deberían por este concurso; al jurado compuesto por otros profesores e integrantes de nuestra comunidad educativa, que voluntariamente colaboran en la ardua tarea de evaluar los relatos con muchas ganas y rigor; por supuesto, a los alumnos participantes de este concurso, gracias a ellos estamos en la decimosexta edición: ellos son los verdaderos protagonistas del mismo; y por último, a Carmen Utanda, que cada año nos acompaña en este pequeño homenaje al profesor Ángel Luis Mota con la misma ilusión y cariño que en la primera edición.



XVI Certamen de microrrelato policiaco Ángel Luis Mota

Cristina Bordallo

Ahora os relatamos los premios y finalistas de cada modalidad, empezando por los más pequeños: la modalidad primera, es decir, los alumnos de 1º y 2º de ESO de nuestro centro. Los relatos finalistas que recibieron un diploma acreditativo son:

- Isabel Navarro Collada de 2ºESO A con *El hombre alado*.
- Héctor Sáez Paniagua de 1ºESO C con *El desaparecido*.
- Ana Valencia Recuenco de 2º ESO A con *El pescador*.
- Cristina Izquierdo Olmedilla de 1ºESO C con *¿Estás ahí?*



El segundo premio, ganador de un lote de libros, donado por el centro, es para: *El precio del camino a seguir*, de María Mercedes Chira Reviriego (1º ESO A). Y el relato ganador de la modalidad primera, galardonado con un libro electrónico, donado por la AMPA, es: *¿Otro día más?*, de Zoa Puchaes Monreal (2º ESO C).

En la 2ª modalidad, la de los alumnos de 3º y 4º de ESO del IES Alfonso VIII, los relatos finalistas con su correspondiente diploma fueron:

- Ángela Adrover Escudero de 4º ESO D con *Todo comenzó una noche oscura*.
- Khadidja Hamidi de 4ºESO B con *Madre*.
- Irene Olmedilla Huertas de 3ºESO A con *Initium novi casus*.
- Gonzalo Abad Poves de 4º ESO D con *La justicia*.

El segundo premio, galardonado con un lote de libros, donado por el centro, ha recaído en el relato:

Saldar cuentas, María Vignolo Mota (3ºESO B).

El primer premio de esta modalidad, ganador de una tableta electrónica donada por la AMPA, es para el relato:

El reflejo, Juan Ildefonso Espejo Gascón (3ºESO B).



XVI Certamen de microrrelato policiaco Ángel Luis Mota

Cristina Bordallo

Concluimos con los ganadores de la modalidad tercera, modalidad abierta a todos los alumnos de Bachillerato y Ciclos Formativos de la capital y provincia. Los relatos finalistas receptores de un diploma fueron:

- Sara Huerta Escamilla de 1ºBTO A con *Mi propia sombra*.
- Alberto López Latorre de 1ºBTO B con *El último baile*.

José Luis Esteban Huerta de 1ºBTO B con *El misterio de la niebla*.

- Miriam Cano Sánchez de 1ºBTO del IES San José con *Vampiro*.



El 2º Premio de esta modalidad recibirá un libro electrónico, donado por el centro, lo recibió el relato:

Un poema de Lorca, Paula Lorente González (IES Alfonso VIII, 1º Bachillerato A).

El relato con el primer premio del Concurso de Relato Breve Policiaco Ángel Luis Mota con un galardón de 150 euros donados por la AMPA es:

Espejo, de Paula Gordo Pérez (IES Alfonso VIII, 2º Bachillerato A).

Por último, hay que mencionar y agradecer que los relatos ganadores, tanto los primeros como los segundos premios, serán ilustrados y maquetados por los alumnos de la EA Cruz Novillo (ayudados y dirigidos por sus profesores, especialmente por Dña. Sara Martínez Romero) y publicados posteriormente por la Diputación Provincial de Cuenca.



La sensación que nos queda es que estas actividades ayudan a que la literatura esté viva entre la juventud y anima a futuros escritores a que no dejen nunca de crear nuevas historias y nuevos mundos con los que poder disfrutar siempre.



XVI Certamen de microrrelato policiaco Ángel Luis Mota

Segundo premio. Modalidad primera

El precio del camino a seguir

María Mercedes Chira Reviriego

Marco y Lia estaban inmersos en el enigma de su vida. No podían volver ni tampoco resolverlo.

La noche era cerrada, fría y oscura. De repente, Lia y Marco escucharon un susurro que les dejó perplejos. Ambos estaban seguros de que esa voz les estaba diciendo algo, pero ninguno pudo distinguir el qué.

Siguieron avanzando por el largo y estrecho pasillo hasta que se toparon con una puerta que parecía ser la entrada al inframundo. Medía más de dos metros de altura, la madera debía de ser del roble más grande y fuerte que jamás haya existido, a sus lados la custodiaban dos centinelas casi tan grandes como la misma puerta que parecían tener una mirada desafiante.

Marco y Lia estaban confusos, no había forma alguna de cruzar la puerta y la bestia que les perseguía estaba cada vez más cerca. Cuando ya casi no tenían tiempo y la vida de Marco se estaba agotando, volvieron a escuchar el susurro que los acompañaba durante toda la noche, pero esta vez con mucha más claridad. Era una especie de mensaje en clave, parecía un idioma que nunca habían escuchado pero que los dos habían entendido a la perfección. El mensaje estaba en latín y decía lo siguiente: *Si vis fieri, quod maxime vis, excedere te oportet* (si pasar quieres, lo que más quieras, dejar debes).

En ese momento, ambos sabían que no les quedaba tiempo. El sacrificio era que uno de los dos debía quedarse en la puerta para que el otro pudiera llegar al final y librarse del monstruo que llevaba tanto tiempo persiguiéndolos. Ambos se miraron a los ojos, sabían que el precio a pagar era tan difícil como doloroso. Ninguno quería desprenderse del otro, pero debían hacerlo, y Marco sabía que tenía que ser él, era a quien menos tiempo le quedaba y quien de verdad quería a Lia, por tanto, al decirle a la puerta que era él quien pagaría el sacrificio, como por arte de magia, sonaron las cerraduras abrirse como cuando un rayo cae del cielo, y Marco desapareció ante la mirada de Lia, que lloraba desconsolada mientras gritaba un sonoro y continuo “No, ¿por qué tú...?”



XVI Certamen de microrelato policiaco Ángel Luis Mota

Primer premio. Modalidad primera

¿Otro día más?

Zoa Puchaes Monreal

Día 274. La noche vuelve a dejarlas sin voz en lo que es una pesadilla hecha realidad, y de la que no pueden escapar. Después de tantos meses no esperan ser encontradas con vida. Saben que pronto llegará, y por su bien, lo esperan sentadas. Trae ropa y algo de comida. Solo le deja cenar a una; a la misma a la que le ha dado ropa nueva. Extraño, ¿verdad? Siempre la trata con especial cariño. Desde otro punto de vista, la segunda chica no quiere morir en aquel lugar y en aquellas condiciones. Esa noche piensa más que en toda su corta vida.

Amanece. Apenas sale el sol cuando abandona el cobertizo. Su amiga duerme, y él se encuentra lejos de allí. Deja atrás muchos malos recuerdos, que con suerte logrará superar.

A paso ligero, pisando alguna que otra rama, se dirige hacia el pueblo como último recurso.

Llega al final del camino. Ve un grupo de gente, entre la cual hay policías, vecinos y familiares. Ha llegado. Le cuesta creer que es real. Impulsada por la emoción, corre hacia su madre. En ese mismo instante suena un disparo y después...solo silencio.



XVI Certamen de microrrelato policiaco Ángel Luis Mota

Segundo premio. Modalidad segunda

Saldar cuentas

María Vignolo Mota

20:00 h.

Lo tenía todo preparado: gorra, guantes, cuchillo... Todo. Saldría de allí a las once y media. Perfecto; a esa hora, todos estarían dormidos.

Según contaban, Tom Andina era duro de roer, pero eso no me importaba tanto como el hecho de que meses atrás, en lo que él llamaba “una simple borrachera”, hubiese violado a aquella chiquilla; yo no podía dejar escapar a otro de aquellos macabros violadores, ya fracasé con el de Bella, mi hija, y nunca me lo perdonaré.

23:15 h.

Al final está recogiendo antes de lo previsto; no me hace demasiada gracia pero he de atacar ya o no lo lograré.

23:20 h.

No puedo ver su cara, está girado hacia los estantes.

-Cerramos hace una hora. Si quiere pan, vaya a un supermercado 24 horas.

No respondo, no pienso cruzar una sola palabra con esa escoria.

Lentamente, muy lentamente, me voy acercando.

Miro hacia abajo con la intención de marcar el 091, me gustan los retos; y matar a un pederasta con cuenta atrás será muy gratificante.

Se da la vuelta. Dios mío, es Tomy.



XVI Certamen de microrrelato policíaco Ángel Luis Mota

Primer premio. Modalidad segunda

El reflejo

Juan Ildefonso Espejo Gascón

Allí estaba yo, frente a aquel espejo, mirándolo. Entonces giré la cabeza un poco, el espejo me imitaba. Cuando menos lo esperaba, él parpadeó. Me dio un vuelco el corazón, yo no había pestañeado. Volví a mirarlo, esta vez me sonrió, después levantó la mano y me saludó. Yo me quedé perplejo, entonces levanté la mano y la moví un poco desconcertado.

Él empezó a moverse alegremente, pero sin pronunciar palabra. Esto último me desconcertó aún más, pero entonces fui a pronunciar un “¿quién eres?”, él entonces empezó a hacerme señales intentando decirme que no hablara y cuando ya tenía la boca abierta para decirlo, cerré la boca lentamente y le hice una seña intentando decir un extraño “¿por qué?”. Él solamente hizo un gesto indicándome que me acercara al espejo. Yo, un poco dudoso, me acerqué, pero a una distancia segura, él insistió y me acerqué más. Entonces alargó la mano fuera del espejo agarrándome y tirándome hacia el interior. Él salió se retocó el pelo mirándose al espejo, aunque en su reflejo solo estaba yo haciendo movimientos desesperados por salir. Él salió de la habitación y yo dejé de verlo. Entonces, grité.



XVI Certamen de microrrelato policiaco Ángel Luis Mota

Segundo premio. Modalidad tercera

Un poema de Lorca

Paula Lorente González

El cuerpo se encontró en una noche de febrero, envuelto en una sábana y rodeado de flores blancas; ni una gota de sangre en la escena. Corría una extraña brisa que venía de una ventana abierta, el aroma de las flores lo invadía todo, pero aun así los perros eran capaces de oler el veneno.

Lo más probable es que se piense que ha sido un suicidio, pero el modus operandi del asesino siempre es el mismo: jóvenes, envueltos en sábanas y rodeados de flores blancas. Ya es la tercera víctima del mes en las mismas condiciones, pero esta vez había algo distinto, algo había cambiado, dentro de la boca de la víctima había una hoja de papel cuidadosamente doblada, en ella un poema de Lorca “La Casida de la Rosa”:

La rosa

*no buscaba la aurora:
Casi eterna en su ramo
buscaba otra cosa.*

La rosa

*no buscaba ni ciencia ni sombra:
Confín de carne y sueño
buscaba otra cosa.*

La rosa

*no buscaba la rosa:
Inmóvil por el cielo
¡buscaba otra cosa!*

De repente todo se volvió negro, y empezó a oler a rosas mezcladas con veneno.



XVI Certamen de microrrelato policiaco Ángel Luis Mota

Primer premio. Modalidad tercera

Espejo

Paula Gordo Pérez

Caía, pausada, precio de mi agonía. Era el dulce tinte agresivo; que caía de mi mano, despreocupado, empuñado en odio. Trozo caído de su reflejo. En sus ojos, caer vi el cuerpo. Víctima, fui víctima, pero no de los azotes, no, fui víctima del parecido que mi dulce niño a su padre le rendía.

Sin odio mi hijo, imagen pulcra en sí mismo. De mi indigno abusador que en mis blancas manos, como espuma, se deshizo.



LEER Y CREAR

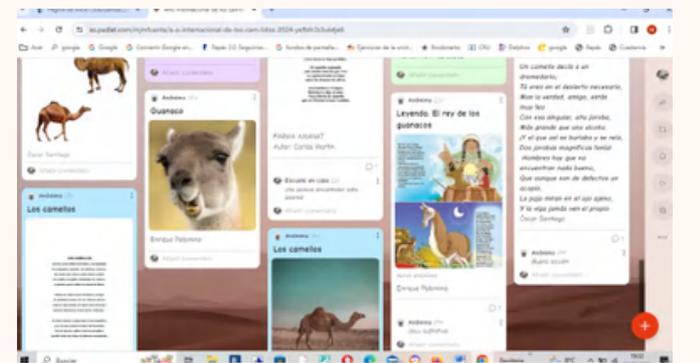
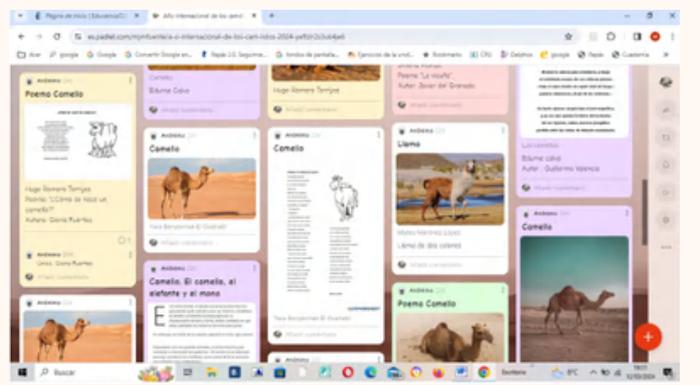
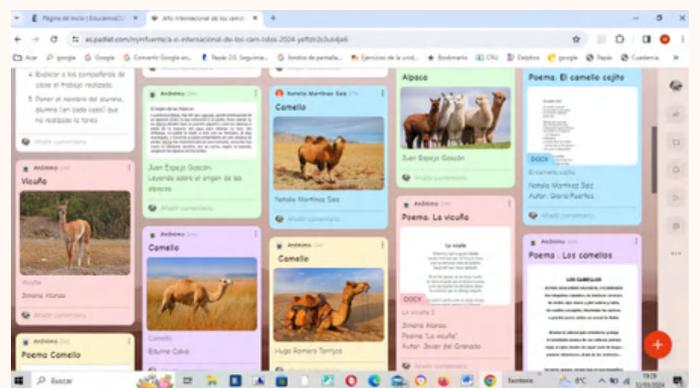
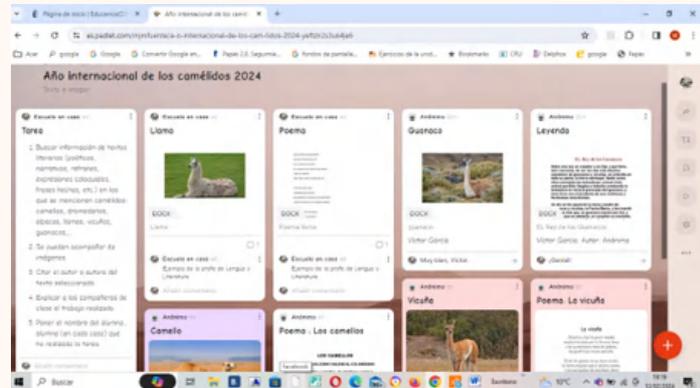
María José Martínez

ESCUELA EN CASA

Con motivo del año internacional de los camélidos (2024) el alumnado de 3º B de ESO realizó un vistoso trabajo de investigación y recopilación de los animales que integran esta especie y, en cada caso, se acompañó de un texto literario (poema, cuento, leyenda) donde los protagonistas son los camélidos. A pie de texto se destacó el autor creador de la composición literaria; también se constató el nombre del alumnado que llevó a cabo la búsqueda.

Los camélidos desempeñan una función importante en el progreso hacia los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) relacionados con la lucha contra el hambre, la erradicación de la pobreza extrema, el empoderamiento de las mujeres y la utilización sostenible de los ecosistemas terrestres. Proporcionan leche, carne y fibra para las comunidades, sirven como medio de transporte de bienes y personas, aportan fertilizante biológico y se adaptan muy bien a lugares donde otras especies de ganado no sobrevivirían. Ocupan un lugar primordial en la cultura, la economía, la seguridad alimentaria y los medios de subsistencia de las comunidades que habitan los altiplanos andinos y las tierras áridas y semiáridas de África y Asia, en particular entre los pueblos indígenas. Aun en condiciones climáticas extremas, siguen produciendo fibra y alimentos nutritivos.

Todo ello quedó plasmado en un muro de Padlet creado para este fin por la profesora de Lengua Castellana y Literatura del grupo mencionado. El alumnado pudo trabajar desde su casa a través del aula virtual, espacio donde les fue proporcionado el enlace y vía de acceso. Y este fue el resultado...



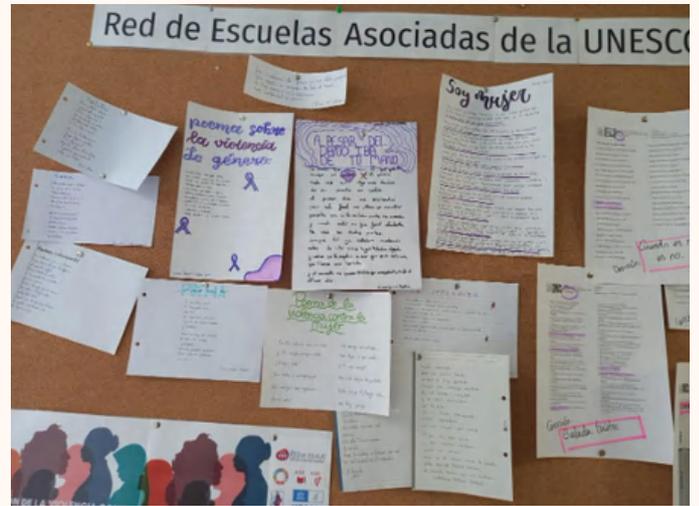
LEER Y CREAR

María José Martínez

EFEMÉRIDES

NO a la violencia de género

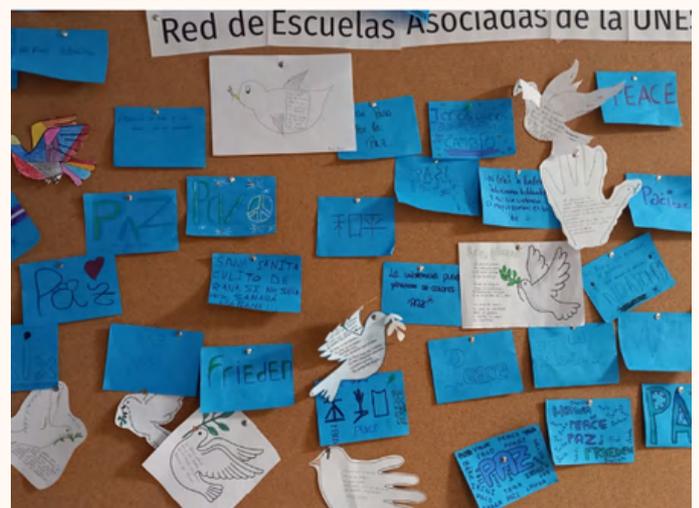
El día 25 de noviembre el alumnado de 2º de ESO junto a la profesora, en la clase de Lengua, elaboró creaciones poéticas sobre el tema de la efeméride. En general, todo el alumnado desechó ideas preconcebidas de lo que habían oído. Quien más y quien menos valoró la actividad de forma muy positiva.



Día mundial de la paz y la no violencia: 30 de enero de 2024

La actividad lanza un conciso mensaje a través de símbolos universales: una paloma basada en la de la paz de Picasso y la escritura de la palabra paz en diferentes idiomas. Decía Llorenç Vidal, fundador del Día Escolar de la Paz y la No Violencia (DENIP) en 1964:

*Amor universal, No-violencia y Paz.
El Amor universal es mejor que el egoísmo,
la No-violencia es mejor que la violencia
y la Paz es mejor que la guerra.*



Día mundial de la poesía (21 de marzo)

El alumnado de 2º y 3º de ESO del IES celebró el día mundial de la poesía creando CALIGRAMAS, poemas visuales de diferente temática. Dio rienda suelta a su creatividad.

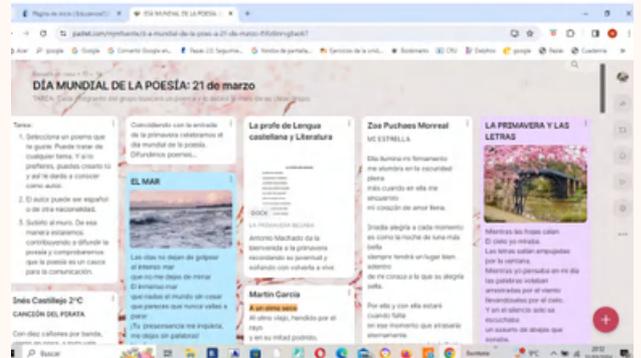


LEER Y CREAR

María José Martínez

EFEMÉRIDES

También se creó un muro colectivo para 2º de ESO, cuyo enlace quedó activo en el aula virtual de cada grupo. El alumnado subió sus poemas favoritos y de creación propia. Destacamos la gran interacción y acogida que ha tenido esta actividad.



El árbol de las palabras y de los libros

El alumnado de 2º ESO creó el árbol de las palabras y de los libros cuya finalidad fue fomentar la lectura y la adquisición de vocabulario. Todo el alumnado diseñó la estructura del árbol y las hojas. Cada una de las hojas contiene tanto alguna palabra y su significado según la RAE como la recomendación de un libro de lectura con detalles de la misma y su valoración personal.



Creación de rutas con encanto

En pequeños grupos, 2º de ESO ha diseñado varias rutas por Cuenca y la provincia. Lo han elaborado en cartulina, en forma de tríptico como un folleto turístico. Cada grupo ha seleccionado su ruta, ha investigado sobre lugares de interés, gastronomía, paisaje, alojamientos, cómo ir, personajes ilustres... y lo ha expuesto en su clase. De esta forma todos han podido aprender y conocer sitios nuevos y personas importantes de cada ruta trazada: Huete, Cuenca, Mota del Cuervo, Cañete, D. Álvaro de Luna, D. José Luis Perales, D. Federico Muelas,...

El producto final ha resultado muy satisfactorio.



LEER Y CREAR

TALLER DE HAIKUS

María José Martínez

Actividad realizada con 2º B, C, D y 3º B y C de ESO con el objetivo de promover la creación artística y potenciar la creatividad del alumnado.

Planteamiento:

La profesora explicó lo que es un haiku y dio las pautas de creación y los materiales que el alumnado tenía que usar: folio de consistencia fuerte, bolígrafo, paleta de acuarelas, pinceles,... Cada alumno tenía que crear dos haikus e ilustrarlos usando una técnica pictórica, especialmente la acuarela. Se fijó una fecha de entrega (mediados de mayo).

Proceso creativo:

Por su cuenta, el alumnado fue creando sus obras artísticas ajustándose a las características explicadas.

Resultado final:

¡Sorprendente! Mostramos unos ejemplos...



Selección de haikus de 3º C



Selección de haikus de 2º B



LEER Y CREAR

TALLER DE HAIKUS

María José Martínez



Selección de haikus de 3ºB



Selección de haikus de 2ºC

LA VIDA ES TEATRO

El alumnado de 2º B, C y D de ESO ha realizado un gran trabajo con las creaciones de las maquetas de teatro. Han diseñado el espacio destinado a las representaciones teatrales que acogen diferentes subgéneros de los estudiados en su nivel: musical, comedia, tragedia, farsa, microteatro... Han situado personajes en escena con gran acierto y han diseñado las partes del edificio para el público.

“A buen entendedor, pocas palabras bastan”



Hecho por Zoa Puchas (2º C)



Hecho por Marcos Triguero (2º D)



Hecho por Jorge Martínez (2º C)



LEER Y CREAR

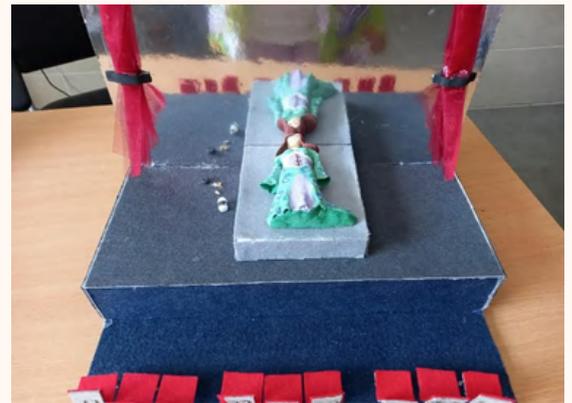
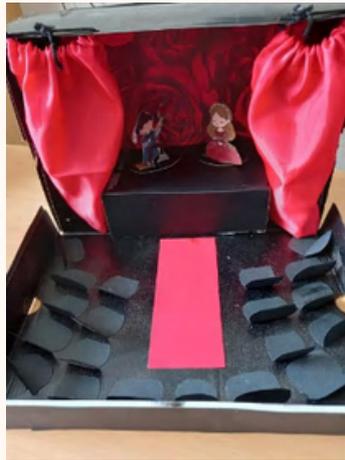
María José Martínez



Hecho por alumnado de 2º de los diferentes grupos



Romeo y Julieta en escena por Kira Petkov y Leyre Caracena (2º B)



Julieta finge su muerte.
Así lo han recreado M^a Laura Gómez y Jimena Rodrigo (2º B)



Candela Ramos (2º B) ha llevado al teatro el cuento de Caperucita roja. Farsa para niños.



Irene Lucas y Nastya (2ºD)



Sara Carros y Ana Ruiz posan orgullosas con su teatro



LEER Y CREAR

María José Martínez



Julia Vera y Jonathan Montero (2º D) han llevado al teatro a *Nemo*



Ilyas (2º D) ha representado una escena de *El Quijote*



Laura Esteban (2º D) nos lleva a un mundo de fantasía: Rapunzel, el príncipe, el caballo, un castillo...



Alumnado de 2º C: Helena Egido, Alae, Marta Navarro, Lucía Sánchez, Lucía Lacort, Alba Martínez



LEER Y CREAR

María José Martínez

DÍA INTERNACIONAL DEL MEDIO AMBIENTE

Alumnado participante y destinatario: 2º ESO B, C y D

Lugar: aulas de los grupos. Exposición: pasillo principal del instituto

Día: 5 de junio, día mundial del medio ambiente

Organiza: Profesora de Lengua castellana y Literatura de los grupos

ODS trabajados:



Descripción de la actividad:

Planteamiento inicial

Partiendo de la lectura inicial de comprensión lectora de la unidad 8 (ElectriCIUDAD, de Enrico Maraffino) donde se dice que el hombre aprovecha la energía del viento desde hace miles de años, se le plantea al alumnado la creación de un molino de viento para realizar una exposición el día 5 de junio. Había poco tiempo para ello, por lo que el alumnado tenía que invertir su propio tiempo para la creación de sus diseños.

Desarrollo

El trabajo ha sorprendido gratamente. El alumnado ha derrochado ingenio y ganas utilizando materiales reciclables para la fabricación de sus proyectos.

Resultado final

¡Espectacular! Juzgamos por estas imágenes.



Muestra de la exposición 5 de junio. Pasillo principal del instituto. Al alumnado participante le ha gustado ver sus obras expuestas



LEER Y CREAR

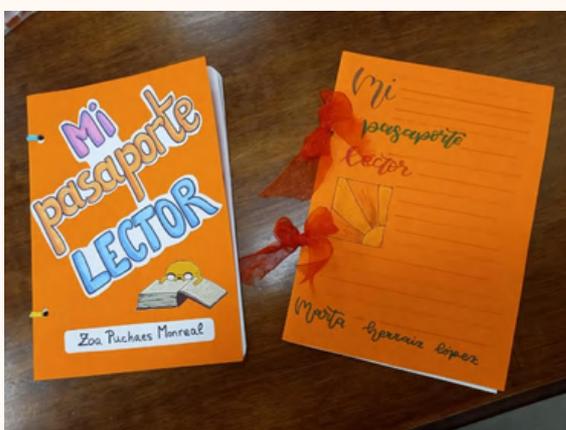
María José Martínez

PASAPORTE LECTOR

Se explicó al alumnado la idea de crear un pasaporte de lectura válido para todo el curso escolar 2023-24 anotando diversos puntos, por ejemplo: un resumen de cada viaje por la lectura, un podio lector, género favorito, rutina lectora, libros que no volvería a leer, libros que prestaría, total de libros leídos en un año, etc. La actividad ha resultado motivadora para el alumnado, ha fomentado el interés por leer y ha servido para enriquecer un poco su vocabulario, corregir ortografía y mejorar la expresión escrita. Mostramos algunos ejemplos de pasaportes lectores del alumnado de 2º de ESO B, C y D.



Pasaportes lectores de 2ºD



Ejemplos de *Mi pasaporte lector* de 2º C



Muestras de *Mi pasaporte lector* de 2º B



MANUCRITOS ALFONSÍES

Un día en el Antiguo Egipto

Hola, me llamo Héctor y vivo en la ciudad del Cairo, en Egipto. Soy el hijo del faraón, y vivo en el palacio más grande de Egipto, rodeado de estatuas de mi padre y de dioses. Mi día es bastante tranquilo, me despierto, desayuno y me pongo a observar la ciudad, una ciudad que algún día me tocará gobernar a mi cuando mi padre ya no esté...

Un día hubo una ceremonia, una de esas a las que no me gusta ir y casi siempre me escapo con mis amigos. Mis dos amigos eran muy amables y aventureros, uno era hijo del mejor escriba de mi padre y el otro era el hijo de unos campesinos humildes pero muy queridos por mi familia, los tres éramos como hermanos. Ese día fue uno de los más peligrosos, porque esa ceremonia era muy importante y el palacio estaba lleno de guardias, pero tenían una debilidad, hacían todo lo que les decía el general, y el general era nuestro amigo. Aun así, nos escapamos por la ventana de mi habitación. Ese día decidimos escondernos en un templo apartado de la ciudad, solo para la gente más importante. Pero lo que no sabíamos es que en el templo nos esperaba una persona no deseada...

Héctor Sáez Paniagua

Hola, me llamo Tigris, sí como el río. Mi padre es el faraón, casi nunca lo veo, ya que posee muchas tierras y manda sobre el ejército. Por no hablar de que siempre le están esculpiendo y retratando. Sus escribas van con él de un lado para el otro. Porque cada cinco minutos se le ocurre una nueva ley. Ya casi le terminan su hipogeo, les enorme!

Yo vivo en un templo con estructuras planas, un patio, un santuario y muchísimas esfinges y pilonos. Todo está decorado con pinturas y estatuas. Mi habitación está llena de jeroglíficos por las paredes y letras raras, que yo no entiendo muy bien.

Mi tío es arquitecto y está diseñando una enorme pirámide, dice que luego lo enterrarán allí.

Somos politeístas, es decir, que creemos en muchos o en varios dioses como Ra, Tot, Amón... Y sí, toda esta carta la esta carta la está escribiendo un escriba, adiós.

Olivia Valverde Cañizares



MANUCRITOS ALFONSÍES

CARTA DE UN ENFERMERO EN EL FRENTE (1ª GUERRA MUNDIAL)

1 de marzo de 1915

Querida Eva:
Desde las trincheras te escribo como enfermero en esta matanza. Entre el lodo y el estruendo me doy cuenta tarde de que las manos con las que curo a la gente a veces no son tan poderosas como las armas que retumban. No hay un solo día que no piense en ti, te echo tanto de menos que a veces veo tu cara en el humo de las explosiones. Aunque la distancia nos separa, espero volver a verte algún día y deseo poder sobrevivir para que huyamos de aquí juntos.

Te quiero,
Ludwig,
Ypres, Bélgica

Lucía Moya Valera

CARTA DE UNA ENFERMERA EN EL FRENTE (1ª GUERRA MUNDIAL)

16 de marzo de 1916

Querida madre:

El motivo de esta carta es para hacerla sentir y saber que me acuerdo de usted todos los días y lo que me gustaría poder verla y abrazarla.

Le cuento que dentro de lo que cabe estoy bien, aunque he de reconocer que cada día que pasa es mucho más largo y duro que el anterior. Cada vez más soldados son heridos, ya sea porque les han disparado y la bala ha terminado con ellos en el momento del impacto o cuando al intentar saltar la alambrada han sido atacados por los soldados del otro bando.

Hay días que algunas de nosotras nos envían a las trincheras, donde se protegen los soldados, para ayudar a transportar a los heridos al hospital de campo, que no siempre se encuentra en el mismo lugar, si no que se traslada según avanza el frente de ataque, o bien de batalla, como iba diciendo. Esos días son los peores, ya que de una manera u otra eres todavía más consciente de todo lo que ocurre en realidad.

Las bajas son cada vez más notables, por ello, cada vez que traen o recogemos a un soldado herido, pero con esperanzas de sobrevivir, los generales meten prisa a los médicos, para que lo curen lo antes posible, como si fuera tan fácil y sencillo.

Hace tres meses llegó al hospital un soldado, al cual, en el frente de ataque, cuando intentaba escapar, un obús le estalló a 10km de distancia y una de sus piezas le rajó la pierna de arriba abajo. Llegó muy grave, sin embargo, los médicos consiguieron salvarle la vida y fue a mí a quien asignaron hacerle las curas y diarias y pasar tiempo con él; acompañarlo durante la comida y estar pendiente de todas sus necesidades. Le cuento la historia de este soldado como le podría relatar la de otros muchos, pero Cameron Brown me conquistó el corazón y me enamoré perdidamente de él. En todo el tiempo que pasamos juntos descubrí que era un chico gentil, cariñoso y que daría su vida a cambio de la de su amigo Tyler Johnson, que murió dando la suya por nuestra querida Inglaterra.

Cuando Cameron se recuperó y pudo volver al frente, a veces, si se presentaba la oportunidad, se escabullía de las trincheras y venía a visitarme, aunque solo fuera para charlar un rato y mirar las estrellas. Una noche que salía de la trinchera un alemán lo alcanzó con sus balas y el amor de mi vida murió, sin siquiera poder despedirse. Esto es lo que le puedo contar hasta ahora. Por último, decirle que espero que esto acabe pronto, porque lo único que hace esta guerra es crear dolor y sufrimiento.

Un beso le mando a usted y a mis hermanos a Inglaterra.
Los quiero.
Sally Smith
Noelia Maeso Martín.



¿QUÉ QUIERES SER DE MAYOR?

Abdarrahmane Bendahmane

De pequeño, cuando me hacía esta pregunta, pensaba en ser algo grande, que cambiase a la humanidad; un científico, capaz de entender y resolver lo nunca resuelto y ayudar al avance humano; ser alguien grande en la historia... Pero como es normal, las personas a mi alrededor no creían en mí, solo lo veían como un sueño, algo a lo que cualquiera puede aspirar, pero nunca llegar.

Con el tiempo fui conociendo a gente que sí llegaba a creer en mí, que intentaba impulsar a un niño para que tuviese la ilusión de conseguir sus metas, porque realmente siento que el único límite que puede tener uno, es el que él mismo se imponga, para parar en un punto y no seguir avanzando.

A veces lo único que le hace falta a un niño para conseguir sus metas es un buen maestro, esa persona que cree en él, que ve más allá y que lo impulsa a seguir sus sueños. Eso realmente es lo único que hace falta para crear a personas grandes, gente que crea en ellas, que les haga creer que son algo a lo que todavía no han llegado, pero de esa forma encender la llama que hay ahí dentro, extender su límite y hacerles vivirlo. De nada sirve enseñarle a un niño lo que llamamos la dura realidad; no estamos aquí para limitar a nadie, no somos nadie para ello, pero lo que sí se podría hacer y llega a ayudar es el hecho de impulsar a alguien. Esto lo fui notando cuando llegué a España, yo no sabía absolutamente nada sobre el idioma ni las personas. Pero a lo largo del tiempo, esforzándome mucho cada día, acabé llegando al nivel medio de la clase, pero no paré ahí, ya me estaba acostumbrando a avanzar, a intentar conseguir más. Por suerte tuve a ese profesor que siempre quiso que fuera algo grande, que no cuestionaba mis límites y me hizo creer que podía ir más allá, de ahí empecé a creer en mí mismo.



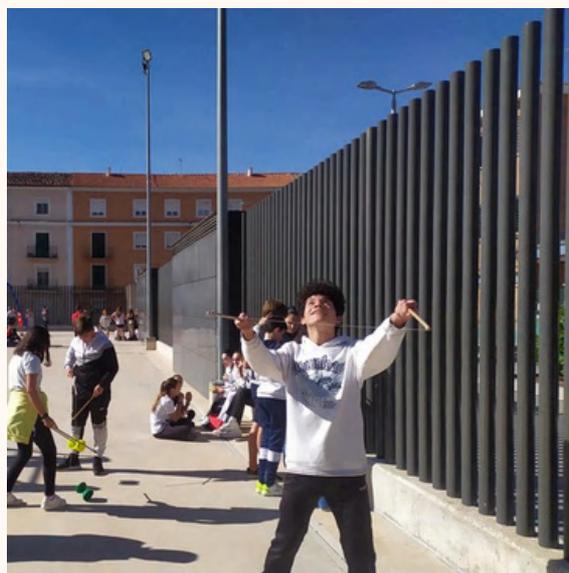
¿QUÉ QUIERES SER DE MAYOR?

Abdarrahmane Bendahmane

En mi proceso de aprendizaje también pensé que debía preocuparme de mi ámbito personal, quién quería ser ante la gente, que realmente lo que quiere cualquier ser humano es el cariño y el amor de los demás y la felicidad en su vida. Esta se podía conseguir de muchas formas haciendo lo que ama cada uno, aunque también empezar a amar a las cosas que vamos a tener durante nuestro largo proceso para ser lo que queremos en un futuro.

El amor propio es el preocuparse de uno mismo; estudiar; tener una buena rutina y hacer que nuestra curiosidad empiece a florecer; amar aquello que antes odiábamos; no odiar un campo sin una razón consistente; mejorar en lo que somos malos, aunque sea difícil; crecer en lo que amamos; intentar abrirnos ante las posibilidades y al mundo, sin saber lo que vaya a pasar el día de mañana y cuidando a esa personita del futuro esperando lo mejor de ella y preparándole un mundo más fácil, más bonito, para que nos lo agradezca. Instisto en que eso es el amor propio.

A mí me gustaría especializarme en las ciencias, aunque todavía no tengo claro el campo que voy a elegir. No sé qué es lo que realmente me haría feliz, pero de momento estoy intentando hacerlo lo mejor posible para después tenerlo más fácil. Lo que siempre me ha apasionado son la Física y las Matemáticas, los considero campos muy amplios y me atrae mucho cómo vamos descubriendo el mundo con ellas. Respeto mucho a los maestros en estos campos.



Ahora mismo pienso que lo importante en la vida es cuidar de nosotros mismos para ser felices, conocer a personas que nos vayan a acompañar durante este viaje y disfrutarlo todo lo que podamos, con sus pequeños detalles, sus momentos tristes y eufóricos y su belleza para nunca cansarse. La profesión que tengamos es algo secundario, todos ocupamos un lugar en esta sociedad y todos somos importantes, pero es bonito tener unas metas y cumplirlas.





PERFIL

Octubre 2024

