

Editorial

Con esta edición de La Farola terminamos por este curso. Agradecer la colaboración y el trabajo a todos los que han participado pues sin ellos este periódico no sería posible.

Esperamos que el curso próximo siga habiendo interés por parte de toda la Comunidad Educativa para que nuestro Periódico Escolar pueda seguir adelante.

AGRADECIMIENTO

Escribo estas líneas, aprovechando la oportunidad que me da este periódico para hacer un agradecimiento a todas las personas que a lo largo de los años me han dado su apoyo incondicional para que pueda salir adelante a pesar de la discriminación que hay en esta sociedad.

Por suerte esto está cambiando para mejor. Ya podemos ver a personas totalmente integradas aunque sean de otras razas o sean discapacitados. Entre todas las personas, que son muchas y no podré nombrarlas a todas, hago una mención especial para mis hermanos y mis padres que lo han sufrido conmigo día a día.

A ellos les digo GRACIAS por estar ahí cuando les necesito, también a mis amigos, que se merecen este agradecimiento. Esperando que sigan ahí, y no menos ofreciendo mi apoyo cuando lo necesiten, lo mismo que me lo dan a mí.

David Roldán Luque (1º CFGS)

JORNADAS MONTESSORI



El día 17 de diciembre tuvimos una visita de alumno del Centro Montessori, primero hicimos un desayuno y después jugamos en las pistas deportivas, y para terminar hicimos una fiesta en el salón de actos, donde se dieron algunos regalos.

El día 18 de diciembre un grupo de alumnos de Bachillerato fuimos al Centro Montessori, nos enseñaron las instalaciones, hicimos algunos juegos y bailes, después hicimos una comida, y más tarde los alumnos de Montessori representaron una obra de teatro

Carmen Merino (2º Bachillerato)

LA FAROLA DE ATEGUA
 Edita: I.E.S. "Ategua".
 C) Luis Braille, 2.
 Tfno 957370366
 Castro del Río. Córdoba.

EQUIPO DEL PERIÓDICO
 Alumn@s de 1º de Bachillerato:
Francisco Bello Millán
Antonio Pérez Priego
Virginia Mata Velasco
Manuel Poyato Polonio
Jesús Sabroso Centella

COORDINACIÓN

Departamento de Filosofía.
Bartolomé Miranda Jurado



CONCURSO LITERARIO

Día de Andalucía

POESIA

“Una nube negra” de Nuria Aranda Bravo. (2º Bachillerato)

RELATO CORTO

“La noche de antes” de Pedro Javier Ruiz Cuevas (4º de ESO)

Una nube negra

*Dentro de una nube negra,
encerrada y solitaria.
Dentro de una nube negra,
se encuentra mi alma.*

*Con un miedo atroz
y con lágrimas en los ojos,
me intento deshacer
de este temor incómodo.*

*Con gran espanto me despierto
en un inmenso mar de dolor,
sintiendo que me estoy ahogando
y no tendré salvación,*

*Mientras me hundo poco a poco,
mientras me falta la respiración,
un grito se me escapa,
viene de mi corazón.*

*Me voy hundiendo en la locura.
Me voy hundiendo en el temor.
Me voy hundiendo en la tortura.
ME VOY HUNDIENDO EN AL AMOR.*



Nuria Aranda

LA PAZ

El día 30 de enero se celebra el día de la paz, y en el instituto los profesores de filosofía han colocado unos murales, para que los rellenemos con mensajes de paz, también hemos hablado en clase de lo que significa para nosotros y si existe realmente.

Antes del día de la celebración, los murales estaban ya casi al completo con mensajes a favor de la paz. Pero en mi opinión no sabemos que significa realmente este término, decimos que es igual a: solidaridad, amor, tolerancia, igualdad, respeto, no guerra, y una infinidad de sinónimos más, y que es una utopía porque jamás se podrá conseguir ya que el ser humano es un ser egoísta por naturaleza y sólo piensa en su propio bienestar sin importarle lo que eso perjudique al resto del mundo.

Y ahí nos quedamos, sabemos que éste es uno de los problemas más graves que hay en el mundo y no hacemos nada, creemos que por escribir un mensaje bonito en un mural o hablar en clase de filosofía para quedar bien delante del profesor y obtener una buena nota, ya no tenemos más nada que hacer.

Y estamos muy equivocados, la gravedad de este asunto se podría disminuir si hubiera algunos cambios en la sociedad, que no supondrían mucho esfuerzo, como son los siguientes:

-Una educación desde la infancia basada en los valores morales, la igualdad de oportunidades y sin racismo.

-Una política que se preocupe más en conseguir el bienestar mundial y no por aumentar su propia economía aunque ello haga que disminuya la economía de otros.

-Una concienciación individual de que esto no debe continuar así porque nos perjudica a todos y debemos hacer algo como luchar (en el buen sentido de la palabra) para que se consiga algo más de paz (que por nosotros no quede).

También pienso que hay a quien no le conviene que exista paz, me explico, si hubiera paz (igualdad, tolerancia, no guerra ...), no se podrían aprovechar de las dificultades económicas de ciertos países. Vamos a poner por ejemplo, en África hay países muy ricos en petróleo pero sin embargo en ellos hay una gran pobreza, porque esa riqueza es aprovechada por otros países. Los explotan comprándoles el petróleo por una miseria y vendiéndolo por mucho más. Y ellos ni siquiera tienen unas condiciones de vida adecuadas, no tienen agua potable, por poner un ejemplo.

Dicen que sí hacen cosas para solucionarlo, pero en realidad los perjudican más porque les manda una cantidad de comida mínima para una mayoría, en lugar de enseñarles a cultivarla o de proporcionarles los medios adecuados para ello, gastan el dinero en hacer investigaciones en la Luna, en lugar de arreglar la Tierra que va muy mal y como esto siga así no vamos a poder tener paz ni con nuestras personas más queridas porque cada vez somos más egoístas.

Si no empezamos a solucionar este problema ya, pronto será tarde y se convertirá en una utopía, es decir, sólo podremos hablar de paz como un mundo perfecto de igualdad de condiciones, en el que todos podríamos vivir felices y tranquilos, pero que es un sueño inalcanzable.

Ana María Zafra Hurtado.
2Bachillerato B



30 DE ENERO

DÍA ESCOLAR DE LA NOVIOLENCIA Y LA PAZ

En cada edificio del centro se colocó un mural para que los alumnos pudieran colgar sus mensajes y trabajos sobre la NOVIOLENCIA Y LA PAZ.

El mural del edificio donde están los alumnos/as del **Primer Ciclo de ESO y los Ciclos Formativos** resultó mucho más rico en trabajos de todo tipo: murales, poesías, dibujos,... además había trabajos en Francés e Inglés. El trabajo que más nos llamó la atención fue un Diccionario Solidario construido en diferentes formas: cuadernillo, paloma, etc. En este diccionario se trabajaban conceptos como apuntar, bomba, cañón, espada, casco, tanque, sirena, gatillo, disparar, escuadra, escudo, granada, pistola, mina,... pero desde un punto de vista divertido y distinto a su uso en el lenguaje de la guerra, era una interpretación para la paz.

El mural del edificio del **Segundo Ciclo de ESO y Bachillerato** también salió muy rico en mensajes de paz escritos por los alumnos/as en distintos tonos, , colores, tamaños, y con algunos dibujos bastante simpáticos. Los mensajes más llamativos:

- Si hemos militarizado a los civiles, civilicemos a los militares.
- La paz es el más realizable de los sueños irrealizables, sigamos soñando.
- No hay caminos para la paz, la paz es el camino.
- No puedo parar la guerra pero sí puedo dejar de hacer sufrir a los que me rodean.
- La xenofobia es una enfermedad mental, si eres racista cúrate.

Poesía

Qué bonito sería,
que la violencia no estuviera,
que bonito sería
que la paz no se escondiera.

Dejad la paz libre,
dejad que entre en los corazones.

No dejad a la violencia
porque no deja tranquila tu conciencia.



*¿Paz o violencia?
¿Qué te conviene?*



Reflexiones sobre CIENCIA, TECNOLOGIA Y SOCIEDAD

Bartolomé Miranda (Dto. de Filosofía.)

Las inversiones públicas que un país hace en Investigación y Desarrollo (I + D) muestran las intenciones y los intereses de los grupos sociales y económicos que dominan las instituciones del Estado. España se ha convertido en los últimos años en uno de los países desarrollados que mayores inversiones hace en I + D militar, para el año 2.004 estas inversiones serán de 1.373 millones de euros, lo que supone siete veces la cantidad que se destina a I + D sanitario (197,4 millones de euros). Esta priorización en la investigación para construir “cucharros de guerra” como aviones de combate, tanques, fragatas, armamentos,...supone una reducción de oportunidades para la investigación en otros campos que serían de mayor beneficios para los seres humanos: sanidad, agricultura, medio ambiente, etc.

Esta tendencia de incrementar la investigación militar no es exclusiva de España, la mayoría de los países siguen ese camino marcado por Estados Unidos, el campeón en la investigación, producción, venta y consumo de armas.

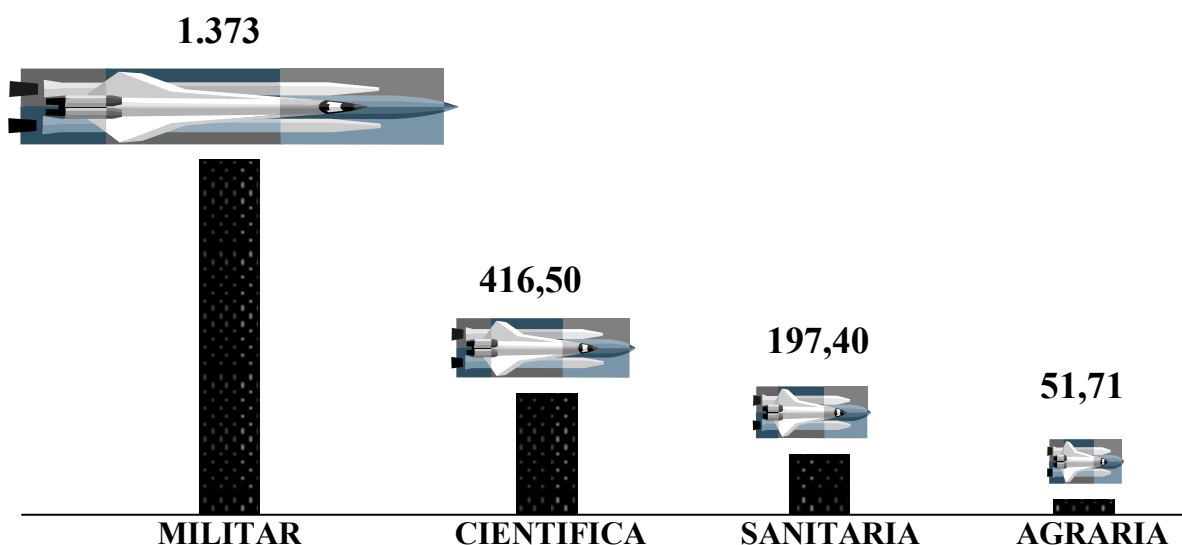
El dinero que se invierte en I+D militar se deja de invertir en investigación y desarrollo de tecnologías que realmente estén al servicio de la humanidad, que contribuyan a un mayor desarro-

llo humano, que mejoren la calidad de vida de los millones de personas que habitamos en todos y cada uno de los rincones de este planeta. Esto supone sin duda un freno al desarrollo tecnológico, en tanto en cuanto unos avances se apoyan en otros. Y así, por ejemplo, enfermedades que se podrían curar dentro de un par de años, es posible que tengan que esperar décadas. Por el contrario nos dedicamos a alimentar la investigación militar. El principio del ciclo armamentista está en el diseño y desarrollo de nuevas armas, después viene la producción, la venta y finalmente el uso, el desarrollo de la guerra, que supone la destrucción, la miseria y la muerte para muchas personas.

Los intereses de la industria militar pasan por la existencia de la guerra, sin guerras no habría negocio, por ello a veces se inventan y provocan las guerras, para que este obscuro negocio siga funcionando y sea rentable, a la vez que se despliega la guerra como política de control de territorios, recursos y poblaciones de acuerdo a los intereses de los grandes centros de poder económico y político.

Esta falta de racionalidad la podemos ver en otros campos de investigación científica. Nadie

Presupuesto I + D para 2.004 en España (en millones de euros)



Castro del Río - Mayo de 2.004

duda del interés por los descubrimientos sobre el espacio exterior; pero un mínimo sentido común indica que ese despilfarro técnico, económico, material y humano supone la reducción de posibilidades para afrontar problemas inmediatos como el hambre y la falta de recursos de todo tipo (sanitarios, enseñanza, vivienda, agua,...) que padece una gran parte de la población del mundo, sin dejar en el olvido la búsqueda de soluciones para los graves problemas medioam-

bientales actuales. ¿Por qué se prioriza la búsqueda de agua en Marte sobre la extracción de agua en lugares donde la gente apenas puede disponer de ella porque no tiene recursos para hacer un pozo? La irracionalidad y el absurdo saltan a la vista, pero esta falta de sentido delata determinados intereses económicos y políticos por parte de los que gobiernan el mundo.



A niveles de micropolítica también podemos ver el contagio de esta irracionalidad en las aplicaciones tecnológicas. Los políticos han entrado en la carrera de la informática, ¿a ver quién ofrece más ordenadores en un colegio? Nadie duda de los beneficios de la aplicaciones informáticas en la enseñanza, ni de que la enseñanza de la informática debe ser un elemento importante en el aprendizaje, pero no veo muy claro el proyecto de poner ordenadores en todas las aulas (un ordenador para 2 alumnos) que se está desarrollando en Andalucía y otras Comunidades a petición de los centros. Creo que esta situación aportara algunos beneficios, pero también genera algunos problemas: el cuidado del material informático, la disponibilidad de espacio, la distribución de los alumnos, el tiempo de uso, el mantenimiento, etc. No son problemas ficticios, sino reales, detectados por profesores que trabajan ya dentro de estos proyectos.

Pienso que sería más racional y posiblemente más barato y con menos problemas de aplicación, montar en cada centro determinadas aulas de informática a las que accedan los grupos de alumnos según necesidades de la programación de la asignatura, contando con recursos suficientes para mantener esas aulas en perfecto estado de funcionamiento, y con material suficiente; porque esa es otra, los ordenadores se rompen, y después no hay recursos para mantener estas aulas de informática o multimedia.

Yo creo que el que toma estas decisiones tiene pocos conocimientos sobre práctica educativa, y parece claro que no es una decisión de carácter pedagógica o didáctica sino una decisión de programa político pues esto de la informática



(modernización) vende bien. ¿Para qué quiere una pareja de alumnos/as tener durante toda la jornada un ordenador a su disposición si no lo van a usar más que en determinados momentos? ¿Es que todo se aprende a través del ordenador? ¿E alumno ya no va a escribir, leer en un libro, opinar, hablar en clase

Parece ser que la proporción óptima de la aplicación de la informática en los centros educativos, en ESO y en Bachillerato, es de 1 ordenador por cada 5 alumnos, o de 1 aula de informática por cada 5 unidades; aunque en determinados Ciclos Formativos, sobre todo en los relacionados con la informática, esa proporción debe ser menor, pues parece necesario que el alumno disponga de un ordenador durante más tiempo ya que la mayoría de los conocimientos que va a recibir tienen que ver con la informática

Encuesta

Los Medios de Comunicación

Desde el Periódico Escolar hemos hecho una encuesta sobre los medios de comunicación, pensando principalmente en la televisión, por su influencia en nuestra manera de vivir, en nuestras ideas y en nuestros comportamientos.

Aquí publicamos los resultados de esta encuesta que hemos realizado a 100 personas de diferentes grupos de edad (desde 15 años a más de 50 años) y sexo. En las preguntas abiertas hemos destacado las respuestas más relevantes porque se repiten con frecuencia.

1. Como sabes, los medios de comunicación social han tenido un gran desarrollo en los últimos años y están presentes de manera continua en nuestras vidas (televisión, radio, prensa, etc.)

- Señala algún beneficio de esta situación: **mayor información, abre una ventana al mundo, crea puestos de trabajo, ocio y entretenimiento,**

- Señala algún perjuicio de esta situación: **falta de objetividad, obstaculizan el diálogo entre las personas, crean adicción, manipulación de la información, se airea la intimidad de las personas, anula el espíritu crítico, insensibiliza sobre la violencia, quitan tiempo para hacer otras cosas, promocionan el consumismo con la publicidad.**

2. Señala los medios de comunicación que utilices de manera cotidiana.

- Televisión.	- Radio.	- Prensa.	- Internet.
80 %	42 %	21%	25%

3. ¿Cuántas horas ves la televisión cada día?

- Menos de 1 hora.	- De 1 a 3 horas.	- De 3 a 5 horas.	- Más de 5 horas.
21%	51%	22%	6%

4. ¿Realizas alguna selección previa de la programación de televisión?

- Siempre.	- A veces.	- Nunca.
35%	47%	18%

5. ¿Qué tipos de programas ves normalmente en televisión?

- Informativos.	- Deportes.	- Concursos.	- Películas.	- Reality S
62%	34%	41%	69%	20%

6. ¿Realiza la lectura de algún periódico?

- Nunca.	- De vez en cuando.	- Algunos días.	- Todos los días.
34%	33%	22%	11%

7. Cuando utilizas la radio, ¿qué programas pones?

- Informativos.	- Tertulias.	- Musicales.	- Deportivos.
22%	16%	61%	14%

8. ¿Contrastas la información en diferentes medios?

- Nunca.	- A veces.	- Siempre.
35%	45%	20%

9. ¿Te dejas llevar por la publicidad?

- Mucho.	- Algo.	- Poco.	- Nada.
6%	21%	36%	37%



10. Cuando no hay nada de tu interés en la televisión, ¿qué haces?
 - **Apagar la TV** - Buscar en diferentes cadenas. - Ver lo que sea.
 42% 37% 21%

11. ¿Son objetivos (imparciales) los medios de comunicación?
 - Siempre. - A veces. - **Poco objetivos.** - Nada objetivos.
 5% 29% 34% 31%



12. ¿Qué cosas cambiarías de la televisión actual?
 - **Menos publicidad.** - **Más documentales.**
 - **Más entretenimiento.** - **Mayor diversidad.**
 - **Más programas de cultura y debate.** - **Mayor objetividad.**
 - **Menos tele-basura y prensa del corazón.**

13. ¿Te conectas a Internet?
 - Todos los días. - Tres veces a la semana. - De vez en cuando. - Nunca.
 11% 9% 35% 45%

14. ¿Qué consultas haces en Internet?
 - Información. - Consulta para trabajos. - Juegos. - Chateo. - Descargas.
 26% 29% 10% 41% 22%

LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

Los medios de comunicación hoy en día tienen un papel fundamental e influyen en nuestra forma de pensar y de actuar y en nuestra conducta.

Los medios de comunicación que más suelen repercutir en nuestras vidas son la televisión y la radio entre otras. Estos medios tienen mucha influencia a la hora de educar. Tienen algunas ventajas e inconvenientes.

Las ventajas son entre otras:

*Nos informan a través de imágenes y palabras.

*Hay programas de entretenimiento.

*Nos informas de lo más importante que pasa cada día.

Los inconvenientes son entre otros:

*A veces nos hacen creer cosas que no son verdaderas.

*Pueden llegar a crear adicción.

*Nos intenta sacar dinero a través de llamadas.

En los medios de comunicación abunda la publicidad con el objetivo de que compres, consumas, etc. determinados productos o bienes, que siempre suelen anunciar como el mejor en el mercado.

En general, la publicidad pretende atraer la atención del consumidor sobre aquellos aspectos más llamativos del artículo, mediante un mensaje que pueda ser captado por el público, pero también es la publicidad la que hace posible que se emitan los programas.

Nosotras pensamos que los medios de comunicación son buenos por una parte, pero por otra no. Buenos porque nos informan de las noticias de actualidad y nos puede entretener en nuestros ratos libres, pero por la otra parte son perjudiciales porque nos puede crear adicción y convencernos mediante la publicidad de comprar productos que considera los mejores, y luego que no sea así.

ASÍ QUE:

¡Tened cuidado con la publicidad!

**María Ruiz Sánchez*

**Marta Pérez Villegas (1º Bachill.)*

11 - M

Trenes de la muerte

El 11 de Marzo Madrid amanecía cubierta de sangre y dolor por la barbarie del terrorismo, cerca de 200 muertos y 1.500 personas heridas, muchas de ellas de gravedad.

Eran trabajadores, inmigrantes, estudiantes, ... que como cada día se dirigían desde la periferia de Madrid a sus centros de trabajo o estudio, pero encontraron el horror, la desesperación y la muerte.

Consternados por la magnitud de la tragedia, muchos ciudadanos se echaron a la calle en manifestaciones, concentraciones, actos diversos, para rechazar el terrorismo y solidarizarse con las víctimas y sus familias.

Los asesinos que cometieron esta barbaridad pertenecían a grupos radicales islamistas (Al Qaeda), que relacionan estos actos con la participación de España en la guerra de Irak. Algunos de estos terroristas fueron detenidos poco después, y otros provocaron una gran explosión en Leganés el día 3 de abril a la vez que se quitaban la vida, destruyendo un edificio, matando a un policía, hiriendo a varias personas, y dejando a muchas familias sin nada.

En nuestro centro se desarrollaron diversos actos:

- Charlas en las clases sobre el terrorismo, la violencia y la guerra.
- Concentración en el patio del centro para guardar cinco minutos de silencio, el mismo día 11.
- Paro y concentración de 15 minutos el día 12 de marzo.

Desde estas páginas queremos alzar la voz para gritar:

“BASTA YA”
BASTA DE TERRORISMO
BASTA DE VIOLENCIA
BASTA DE GUERRAS
POR UNA CULTURA DE LA PAZ
Y POR LOS DERECHOS HUMANOS



CONTRA EL TERRORISMO

El 11 de marzo de 2004. Toda ESPAÑA llevará este día en su corazón y en su mente, no porque se haya ganado un gran premio o porque haya habido una gran jugada en un partido de fútbol, sino porque cerca de 200 personas han fallecido y más de 1000 se encuentran en hospitales.

El motivo ha sido un brutal atentado perpetrado en varios trenes de cercanías en Madrid, que servían de medio de transporte todos los días a miles de personas. El suceso ocurrió alrededor de las 07:30 horas de la mañana cuando estas personas se dirigían a sus puestos de trabajo, estudiantes a sus institutos, ancianos y embarazadas a revisiones medicas, niños a sus colegios etc.. En cuestión de minutos lo que empezaba a ser un día normal se convirtió en una auténtica pesadilla. En cada tren explotaron varias bombas, que estaban colocadas en mochilas que contenían alrededor de 12 Kg. cada una. Mataron a muchas personas en el acto, otras quedaron mal heridas, las personas a las que no les pasó nada y las que se encontraban a los alrededores de los distintas explosiones acudieron inmediatamente a socorrer a los heridos hasta que llegaron los sanitarios. De repente todo se convirtió en un autentico caos, ir y venir de ambulancias y de gente huyendo de la desgracia.

La autoría de los hechos todavía no se conoce pero lo único que se desea es que los culpables paguen todo el dolor y el destrozo familiar que han ocasionado.

Desde aquí, os pido la unión de toda España para luchar contra el terrorismo.

Ana Rosa Ruz Carpio (1º Bachillerato)



LA PAZ, UNA UTOPIA EN EL MUNDO ACTUAL

Se nos dice que pertenecemos a la parte civilizada del mundo. Habría que aclarar el significado de "civilizada". ¿Son civilizados los países que prefieren gastar su capital en materiales bélicos para sus propios beneficios en lugar de gastarlo en causas humanas?

Nosotras pensamos que los países que apoyan la guerra, al contrario de lo que ellos piensan, no son civilizados, sino que necesitan una fuerte dosis de enseñanza civilizadora, en la que no se militarice a la población civil y donde sean los militares quienes se hagan civiles. Algunos estudios muestran cifras escalofriantes, por ejemplo, con lo que cuesta un misil se podrían dar 100.000 dosis de alimento; con lo que cuesta un avión para la guerra se podrían fabricar 3.000.000 de botiquines; con lo que cuesta un tanque se podrían construir 520 escuelas en países subdesarrollados.

En un solo año el gasto militar mundial es de 800.000.000.000 de dólares.

Frente a esto, en los países pobres mueren millones de personas por falta de alimentos y otros recursos, el resto viven en condiciones infrahumanas. Esta situación se podría solucionar con tan sólo el 16 % del gasto militar.

Pero claro, esto no sería rentable para los que controlan este negocio, que provocan las guerras no por motivos ideológicos sino por causas económicas.

Por ello, el hecho de la desmilitarización es algo casi imposible. Pero no podemos culpar sólo a las grandes potencias (Estados Unidos,...) sino que la paz se empieza construyendo desde la superación individual. Desde ahí se iría acabando con la violencia poco a poco, reduciéndola a lo mínimo.

No puede haber paz donde haya personas que no tengan dignidad por el estado en el que viven, ya que para que exista una auténtica paz debe haber también verdadera justicia y total igualdad.

¿Por qué pudiendo vivir en un mundo con paz, acatamos las reglas de los que nos gobiernan aunque nos las compartamos?

**NO TE RESIGNES
LUCHA POR EL PACIFISMO
OTRO MUNDO ES POSIBLE**

*Victoria Trenas
Y Josefa Bravo (1º Bachillerato.)*

EL DIA DE LOS ENAMORADOS

14 de febrero, día de San Valentín y día de los enamorados. En esta fecha parece que estamos obligados a regalar cualquier obsequio a la persona que queremos para demostrarle que la seguimos queriendo.

Si nos detenemos y reflexionamos el origen y la tradición de este día, encontramos una inminente e inexorable razón: sociedad de consumo.

En 1961, un gran empresario proveniente de Cuba y propietario del centro comercial Galerías Preciado llegó a España. Observando el balance de ventas, se percató de la exigüidad de las mismas en la época post-navideña. Indagando en el santoral cristiano encontró un día trascendental que es la fecha resaltada al principio del artículo. El día

14 de febrero, como sabemos, es San Valentín, pero lo esencial es que esta figura era la de un sacerdote que en época romana casaba clandestinamente a cristianos en las catacumbas. También dedicaba su actividad a escribir cartas de amor y, para darle más renombre a su vida, fue mártir de su religión. El empresario no pudo desdeshacerse de esta gran oportunidad y creó el día de los enamorados.

Desde hace 43 años, los grandes almacenes consiguieron soslayar esa gran laguna post-navideña antes aludida y, aún más, las ventas del 14 de febrero suponen el 20% del total de las ventas anuales.

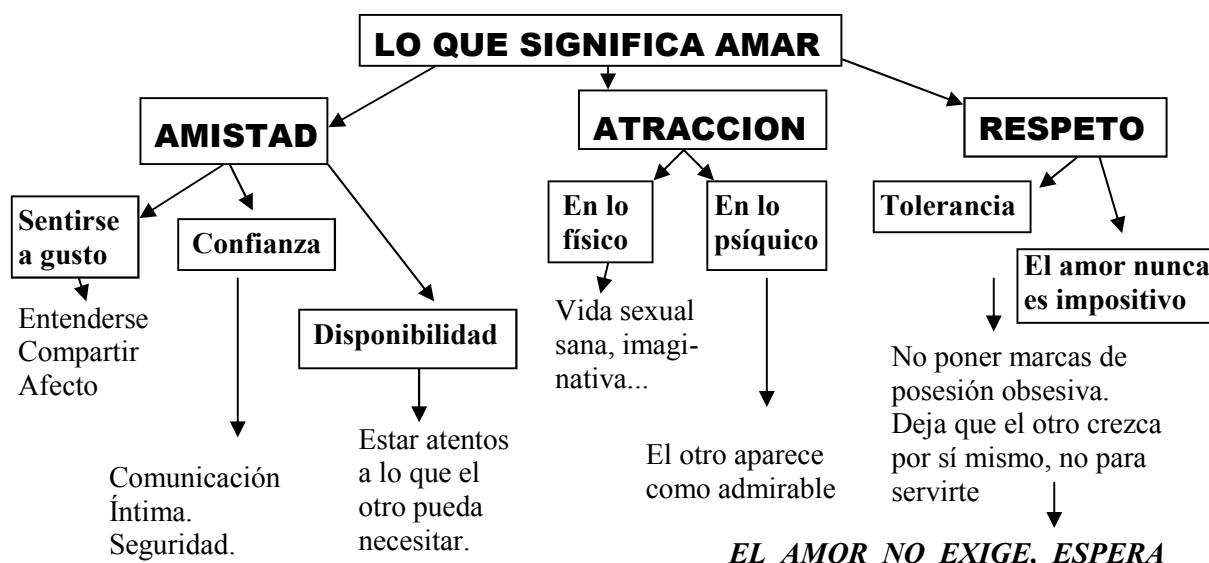
Ante todo esto, nos hemos dejado embaucar por la necesidad de "enriquecer las riquezas" de

los grandes establecimientos. Sin embargo, debemos cuestionarnos si merece la pena y es razonable sentir la obligación de hacer un regalo a la persona que quieres por el capricho que hace menos de medio siglo tuvo un acomodado individuo en su afán por ganar aun más dinero.

Hay que mentalizarse de que el día de los enamorados no debe ser el 14 de febrero, sino los 365 días (366 en los años bisiestos) de que consta el año y para demostrar amor no es necesario el gasto obligado por un regalo en una fecha que, repito, su única razón es la del consumismo.

Francisco Bello Millán
1º Bachillerato

Aprovechando la celebración del día de los enamorados, alumnos/as de 2º de Bachillerato han realizado un mural en la clase de Talleres Alternativos. Aquí lo exponemos, para que si crees estar enamorado, lo puedas comprobar.



EN LA PIEL DE UN REFUGIADO

El pasado 23 de abril, los alumnos de 4º de ESO, acompañados Rafi, José Angel y Bartolomé, desarrollaron una actividad extraescolar cuyo objetivo principal era concienciarse sobre la situación que viven miles de personas en el mundo que huyen de la guerra, el hambre y la miseria. La actividad se realizó en los alrededores de San Sebastián de los Ballesteros, La Victoria, La Guijarrosa....

Los alumnos/as, organizados en grupos (familias) tuvieron que recorrer un itinerario desconocido por el campo, ayudados de mapa y pistas, desde un lugar (país) de origen hasta una frontera que cruzar.

Después todos recibieron un plato de arroz, pan, un vaso de líquido y una fruta para comer.

Desde estas páginas damos las gracias a Curro, un amigo de José Angel, que ayudado por un grupo de cocina preparó la comida en la huerta de José Angel..



Soy una alumna de 4º de E.S.O. El pasado día 23 de abril participé en una excursión convocada por el departamento de Filosofía a San Sebastián de los Ballesteros, con motivo del día del refugiado. Fue una actividad muy interesante porque cuando te dejaban en el camino buscando pistas para llegar a la frontera te sentías perdida, cansada y a la vez sin sentido, esperando llegar a la frontera para que allí te hicieran dos o tres preguntas, pero no fue así, para

cruzar la frontera tuvimos que hacer pruebas físicas, y lo pasamos un poco mal porque estás cansado del camino y te sientes con rabia de tener que hacer las pruebas que te mandan los policías de la frontera, que eran compañeros de clase. Pero luego lo pasas bien.

En general todos respetaban las pruebas de la frontera, aunque hubo algunos alumnos se lo tomaban más en broma..

Esta excursión me ha influido en el hecho de que te pones en el lugar de un refugiado al estar perdido, pero lo mejor es el compañerismo del grupo cuando vamos por los caminos, al estar todos juntos y compartiendo opiniones.

Ana Millán López 4º C

Jornadas Culturales

Durante los días 23, 24 y 25 de febrero, y coincidiendo con la celebración del día de Andalucía, se han desarrollado las Jornadas Culturales en las que han colaborado los diferentes departamentos didácticos y han participado la mayoría de alumnos y profesores del centro.

En este reportaje señalamos las diferentes actividades con la ilustración de algunas fotografías de estas Jornadas. También incluimos algunos carteles sobre las Jornadas Culturales que han realizado los alumnos del Ciclo Formativo de Grado Superior de "Administración de sistemas informáticos" en el Taller de Flash.

ACTIVIDADES:

Talleres: Manualidades, Carpintería, Reciclaje, Informática, Cerámica, Actividades deportivas, Flamenco, Cocina, Costura, Escultura, Flash, Lenguaje de signos, Peluquería y maquillaje, Juegos de rol, Teatro, Tatuajes. Estos talleres han funcionado durante los tres días y con diferentes grupos de alumnos/as, habiendo colaborado personal externo al centro, como la Escuela Taller de Carpintería, Isabel Merino, Ana García Pérez, Rosario Balmón, Carmen Centella, Carmen Olivares, M^a Carmen Alcántara, M^a Carmen Sánchez, José M^a Bautista, .

Cine: proyección de diversas películas para diferentes grupos. Ciclo de cine francés.

Concursos: Un, dos, tres, responda en inglés.
Gymkhana filosófica.
Odisea.
Concurso de Tartas.

Charlas –coloquios: - La educación especial.
- Lectura poética.
- Conferencia sobre economía.
- Ecología: problemas ecológicos de Castro del Río.

Exposición—Concierto: Instrumentos musicales.
Material escolar antiguo.

Desayuno molinero.

Degustación: Comida marroquí. Tartas.

Fin de fiestas: diversas actuaciones de teatro y baile.

Las jornadas salieron bastante bien, aunque siempre se pueden mejorar algunas cosas, pensando en próximos cursos, de todas formas no podemos olvidar que estamos en un Centro Educativo muy grande, con más de 600 alumnos, y siempre se pueden producir algunos desajustes no deseables. Este año, la lluvia insistente durante esos días de febrero ha deslucido algunas actividades al aire libre y ha hecho suspender algunas actividades como la Jornada abierta del Centro Montessori y el Paseo—Itinerario por el río (Taller Ecología).

Esperamos que en próximos años las Jornadas Culturales se consoliden como una de las actividades más importantes del I.E.S. Ategua.



Castro del Río - Mayo de 2.004





Jornadas Culturales



Castro del Río - Mayo de 2.004



Castro del Río - Mayo de 2.004

Lectura poética

En la lectura poética de las Jornadas Culturales estuvo con nosotros Antonio Luis Ginés, poeta cordobés que ha dejado de ser una joven promesa para convertirse en un sólido valor de nuestro panorama poético. En 1.995 publicó su primer libro “*Cuando duermen los vecinos*”, poco después, en 1.999, publica “*Rutas exteriores*” que le llevan al reconocimiento público al ganar el IX Premio Nacional de poesía Mariano Roldán. Actualmente está a la espera de la publicación de su tercer libro “*Animales Perdidos*”.

Antonio Luis Ginés realizó la lectura de una selección de sus poemas ante un grupo de alumnos de Bachillerato, al final respondió a las preguntas que los alumnos/as hicieron sobre su obra, el arte de la poesía y la inspiración.

Aquí publicamos algunos poemas.

UNA ROSA AMARILLA

para *Raymond Carver*

Conducía de noche.
Apenas un alma que nos deslumbrase.
Hablabas sobre aquel viejo puente de madera
que aún resistía de pie,
como antiguas pasiones el ruido de la nieve
sobre los tejados.
De pronto el amor y el azar
tendidos
cruzaban sus cuerpos en la carretera.
Frené en seco. Sólo eran segundos
pero parecieron horas.
¿Por qué lo has hecho? —dijiste con esa voz
chillona que no soporto.
No supe qué contestar. Arranqué
y continuamos como si nada,
y el viejo puente y los problemas de tu madre
y el trabajo y el dinero, siempre el dinero,...
pero no volví a verte con los mismos ojos,
con las mismas ganas Si no eras
capaz de captar durante un instante
qué nos estaba pasando, su importancia,
andabas ciega, y no de amor precisamente.

“*Rutas exteriores*”, 1.999



DESVELO

Es tu hijo quien ahora duda de todo,
quién enmudece de rabia
cuando le falla la memoria, el que no duerme
la noche antes de iniciar un viaje.
Tu sangre es la que teme equivocarse,
la que cambia de rumbo cada cinco minutos,
la que desea todos los cuerpos que pasan
aunque jamás los huela por dentro,
la misma que se acelera o se detiene
según dicte la vieja emoción del instante.
Tu hijo algún día te dará un nieto,
y tu padre continuará ese viaje intrépido
por valles y montañas, y no sabrá tampoco
qué le empuja, quién le arrastra,
si es de carne y hueso
o el fantasma de la sangre jamás desfallece,
mientras viejas canciones
de Gloria Lasso, en la radio,
abren la cerradura del recuerdo.

“*Animales perdidos*”, 2.004

LA EDUCACIÓN DE LOS HIJOS

El lunes 23 de febrero, dentro de las Jornadas Culturales, M^a Jesús Porras Alonso, del Departamento de Orientación del IES "Ategua", desarrolló una charla - coloquio dirigida a los padres de alumnos de Enseñanza Secundaria Obligatoria. En esta charla abordó diferentes aspectos.

En una primera parte explicó diferentes estilos educativos en las relaciones padres—hijos, centrándose principalmente en el estilo democrático como alternativa a los estilos permisivo y autoritario. Este estilo democrático se caracteriza por el diálogo permanente entre padres e hijos, la escucha activa, el control de las

de conductas, y predicar con el ejemplo, porque los hijos aprenden más de lo que ven hacer a sus padres de lo que éstos les dicen que deben hacer.

En una segunda parte, M^a Jesús desarrollo algunas estrategias o recomendaciones para que los padres ayuden a sus hijos en el estudio: lugar de estudio, horarios, alimentación, sueño, relaciones con el centro, toma de decisiones de futuro académico, etc.

Al final entregó a los asistentes un documento-carta a modo de síntesis de todo lo que allí se había hablado , y respondió a algunas cuestiones que le hicieron los padres/madres asistentes.



Fue un acto bastante interesante y necesario, aunque hemos de dar una llamada de atención a los padres y madres de los alumnos del centro pues hubo escasa asistencia.

CARTA DE UN HIJO A TODOS LOS PADRES DEL MUNDO (H.J.J. BRUNET)

- No me des todo lo que pido. A veces, sólo pido para ver hasta cuánto puedo coger.
- No me grites. Te respeto menos cuando lo haces y me enseñas a gritar a mí también. Yo no quiero hacerlo.
- No me des siempre órdenes. Si en vez de órdenes, a veces me pidieras las cosas, yo lo haría más rápido y con más gusto.
- Cumple las promesas, buenas o malas. Si me prometes un premio dámelo, pero también si es un castigo.
- No me compares con nadie, especialmente con mi hermano o mi hermana.
- Sí tú me haces sentirme mejor que los demás, alguien va a sufrir. Y si me haces sentirme peor que los demás, seré yo quien sufra.
- No cambies de opinión tan a menudo sobre que debo hacer. Decide y mantén esa decisión.
- Déjame valerme por mí mismo. Si tú haces todo por mí, yo nunca podré aprender.
- No digas mentiras delante de mí, ni me pidas que las diga por ti, aunque sea para sacarte de un apuro. Me haces sentirme mal y perder la fe en lo que me dices.
- Cuando estés equivocado en algo, admítelo y crecerá la opinión que tengo de ti y así me enseñarás a admitir mis equivocaciones también.
- Trátame con la misma amabilidad y cordialidad con la que tratas a tus amigos.
- No me digas que haga una cosa que tú no haces. Yo aprenderé siempre lo que tú hagas, aunque no lo digas. Pero pocas veces haré lo que tú digas y no hagas.
- Cuando te cuente un problema mío, no me digas "no tengo tiempo para bobadas", o 'eso no tiene importancia ". Trata de comprenderme y ayúdame.

Quiéreme y dímelo. A mí me gusta oírte decir, aunque tú no lo creas necesario.

ECOLOGIA

En las Jornadas Culturales tuvimos una Charla — Coloquio sobre los problemas medioambientales de Castro del Río desarrollada por Juan Garrido, miembro de GODMAN (grupo ecologista de la localidad) integrado en Ecologista en Acción.

En la charla — coloquio explicó algunos problemas relacionados con el río, la explicación estaba ilustrada con unas diapositivas en las que aparecen actuaciones, paisajes, flora, fauna, etc.

Aquí exponemos algunas ideas y opiniones que los alumnos han explicado sobre esta charla en sus trabajos.

Los ecologistas piensan de una manera global, en toda la Tierra, pero actúan de manera local.

Me ha gustado mucho la Charla porque ha estado muy interesante y he aprendido muchas cosas que no sabía sobre el río Guadajoz, como por ejemplo el nombre de muchas aves que lo habitan y sus costumbres. Me hubiese gustado hacer el itinerario por el río, pero se suspendió por la lluvia

M^a Angeles González (1^o Bachillerato)

El río es muy importante, tiene mucha vegetación en sus riberas y sirve para que muchos animales vivan allí.

Hoy en día se producen muchas destrucciones al medio ambiente provocadas por el hombre: agricultura, ganadería, industrias, etc. Por ello los ecologistas intentan mantener un equilibrio en la naturaleza, pero no están en contra de agricultores o cazadores, sino que intervienen para mejorar algunas cosas.

Paqui Cañete (1^o Bachillerato)

Los ecologistas deben buscar soluciones junto a agricultores y cazadores para proteger el medio ambiente. Hay una gran cantidad de fauna en el río, y especialmente aves: corregimos, lavandera, flamenco, gaviota, gorrión, moscón, pájaro carpintero, alcaudón real, golondrina, buitres leonados, martín pescador, cigüeñuela, etc.

María Trenas (1^o Bachillerato)



La Asociación Godman centra su labor sobre todo en el río: creando isletas, vallando ribera, poniendo piedras, todo ello para preservar la zona.

Desde una pequeña asociación ecologista no podemos cambiar el mundo pero podemos aportar nuestro granito de arena para mejorar el lugar donde vivimos y nuestro entorno más inmediato; y concienciar a la población de lo importante que es cuidar y respetar la Naturaleza porque es nuestro bien más preciado.

Lo que estas personas hacen es un ejemplo a seguir, algo fantástico e impagable.

Isabel Casado (1^o Bachillerato)

El río Guadajoz toma el nombre del árabe "Guad El Joz (Río del Pan) debido al considerable número de molinos de agua que servían para moler el trigo.

Anteriormente, los romanos lo habían designado como Salsum Flumen (Río de la Sal) debido al contenido salino de sus aguas.

Francisco Bello (1^o Bachillerato)

VIAJE DE ESTUDIOS DE 4º DE E.S.O.

¿Sabes lo que es dormir una media de 3 a 4 horas diarias durante una semana? No recordaba yo esto desde mis tiempos de estudiante. Pero mereció la pena, o si no que se lo pregunten a esos 23 “elementos”, decididamente los más “representativos” de estos “cuartos” que nos han tocado “sufrir” durante este curso. ¡ La gloria eterna, el paraíso “pa “ los sufridores profes!

Bromas aparte, ha sido una de las semanas más intensas que recuerdo. De Córdoba a Salamanca, de Salamanca a la incomparable tierra de Rosalía de Castro y Cela y, desde allí, a Segovia. Geografías tan dispares, desde la España seca a la húmeda, desde la campiña a la meseta y a los maticos gallegos, desde el sol y los días clareados a las jornadas lluviosas, puertos de montaña llenitos de nieve blanca, riachuelos y anchos ríos (Duero, Miño, Tormes), pinos y eucaliptos, encinas y el olivo del camposanto de Iria Flavia, asombrosos y monumentales jardines como los de La Granja, ovejas y vacas por doquier, rías plenas de sabroso marisco,..., aunque la mitad del otro “ganado” dormitaba tras noches de risas y juergas en ese “dormitorio” ambulante que conducía Juan.

¿Quedó alguien sin aprenderse las canciones de Melendi? Esperando deleitarme con la música de Bach, terminé bailando las rumbas del citado compositor: “...esa Juana sin arco,..., sé lo que hicisteis el último verano...”.

¡¡Si es que este Chema va para discjockey!

Nuestro José Ángel, que amenaza con no volver, hizo de exquisito guía en la monumental ciudad salmantina: la Catedral Nueva, la Universidad, colegiatas e iglesias y un frío que nos calaba los huesos. Nadie olvidará, seguro, la historia de aquella ranita...y aquel viejete simpático que nos indicaba las sutiles imágenes eróticas que vigilaban la solemne estatua de Fray Luis de León: “...como decíamos ayer...” (tras cinco años en las cárceles de la inolvidable Inquisición). Hasta la comida fue tan buena en aquel hostel, que algunos/as amenazaban con visitar el “Borri King”, ¿verdad, Mari Carmen? Pero, ¡qué Plaza Mayor, señores! ¡Y qué disco-pubs!: ¿verdad, chicos/as? Mira que dimos vueltas y vueltas, total, para encontrarnos cien mil veces con aquellos sevillanitos que estaban de boda: ¿es que no hay nadie de Salamanca, “me cachis”?

La Toja, Vigo, Santa Tecla, y aquella deliciosa playita al lado mismo del hotel. ¡ No dejen que Luis Carlos se meta en el agua, por favor! Una copita de ribeiro, mejillones a mogollón, las gaviotas que no picaban ni cantándoles una muñeira y los “coleguines” de Navas de San Juan y Valencia.

¡¡Y qué decir de La Canela! ¡Ondiñas venen, ondiñas venen, ondiñas venen e van...! Mientras tanto José Ángel y Juan nos “orientaban” sobre los puntos cardinales: ¡qué sentido de la desorientación: jejeje...!

“Y te quiero dibujar desnuda en el firmamento...” Un día lluvioso en Santiago, como no podía ser menos, escenario perfecto para contemplar el corazón mismo de Galicia: la Plaza del Obradoiro, la Catedral, el botafumeiro, el Pórtico de la Gloria, la Puerta Santa, el guía que no paraba, un encuentro inigualable con el románico,... y miles de cosas que se nos quedaron en el recuerdo. ¡ Dos bolsos, jorobas, llenos de cajas vacías de galletas, botellas de plástico, y, “ejem”, alguna que otra delatadora huella que sería preferible no nombrar! “ Triste y sola se queda Fonseca....y los libros, y los li-



bros empeñados en el Monte, en el Monte de Piedad...” ¡Y yo que hasta ahora había creído que Fonseca era una linda muchacha, jejeje...!

“ Te quiero como el mar quiere un pez que nada dentro, dándole de respirar, protegiéndolo del viento...” Segovia nos acogió espléndidamente: su Acueducto, el Alcázar, la Catedral, los jardines del Palacio de la Granja,... y, sin duda, el mejor hotel. Ni un solo día faltó a la cita nuestra querida Lola, a quien dábamos el parte diario...¡qué encanto de mujer! Fuimos los auténticos protagonistas en la última noche, tomando la pista de la discoteca al asalto... (¡Castro es cojonudo...!). Pero la Tierra llama y todo toca a su fin. Nos esperaba nuestra gente y también las “notas” del segundo trimestre. Rotas las gargantas por los cantos y con la fantasía de poder regresar algún día, la noche iba poniendo el broche final a nuestro viaje. Aunque no faltaría quien, a la llegada, se embadurnara con las pinturas de guerra para continuar la fiesta: ¡incansables chicos! Un beso a todos y todas. ¡ A “tó” esto, al Dire ni mí, eh!

Juan Antonio y José Ángel.

EL SPRINT FINALM^a Jesús Porras Alonso (Departamento de Orientación)

Aunque para algunos/as parezca que fue ayer cuando comenzaron las clases en el mes de Septiembre, lo cierto es que nos encontramos en el último trimestre del presente curso académico con todo lo que ello implica.

Para unos supone la finalización de una etapa educativa, bien sea de las enseñanzas obligatorias (E.S.O.) o de estudios posteriores (Bachillerato, Ciclos Formativos). Para otros, superar un peldaño más de la escalera en su formación académica. Para todos conlleva o “debería” conllevar una reflexión o valoración del camino andado durante estos meses y la realización de un proyecto personal sobre los objetivos que quedan por cubrir en este periodo de curso y los medios que se han de utilizar para alcanzar dichas metas.

Parece evidente que el cansancio va apareciendo en todos, profesores y alumnos, que acompañado del cambio de estación y el calor que se avecina, favorece que se plantee el fin de curso como “el **sprint final**” de una carrera que debería ser importante para todos y cada uno de vosotros/as como alumnos/as.

A continuación se proponen una serie de **recomendaciones** que puedan ayudaros a afrontar estos meses con mayores posibilidades de éxito:

-Cuida de manera especial la **alimentación** y las horas de **sueño**. Es necesario que en tu dieta diaria estén presentes todos los nutrientes que nuestro organismo necesita: hidratos de carbono, proteínas y grasas en las proporciones adecuadas. Un desequilibrio en la dieta o la eliminación de la misma de algún nutriente podría producir consecuencias perjudiciales en tu salud (anemias, aumento en los niveles de colesterol, falta de vitaminas, calcio, fósforo...) y, por tanto, afectaría a tu rendimiento académico y actividades de tu vida diaria. Especial cuidado hay que tener con la realización de dietas restrictivas (muy frecuentes ante la llegada del verano) que se llevan a cabo sin ningún control médico siguiendo las recomendaciones de una revista o de algún conocido/a. Estas dietas muchas veces consisten en comer sólo de algún tipo de alimento durante algunos días o semanas. Es evidente que nuestro necesita de una variedad de sustancias que es imposible que aporte un producto. Además es muy probable que se vuelva a recuperar al poco tiempo ese peso perdido. Asimismo, las personas que están “a dieta” se pueden mostrar más irrita-

bles, irascibles e incluso tristes. El hecho de estar más delgado/a no conlleva ser más feliz. Por el contrario, algunas personas pueden entrar en un círculo de difícil salida, esto es, en la por desgracia conocida como Anorexia Nerviosa. Por otra parte, tampoco soluciona nada ingerir grandes cantidades de alimentos como chucherías, dulces, etc. con el fin de mitigar una sensación de nervios o ansiedad. Probablemente poco tiempo después te sientas igual o más nervioso/a y además no tendrás ganas de comer otro tipo de alimentos más necesarios como son las frutas, verduras, cereales, legumbres, pescado, lácteos, carne...

No olvides que tu cuerpo necesita un tiempo de descanso y reposo de la actividad diaria. Aunque las necesidades de sueño varían de una persona a otra, lo normal sería descansar entre 7 y 9 horas diarias. La falta de descanso se asocia a una sensación de fatiga casi constante, disminución de la atención y concentración, factores todos ellos imprescindibles para un estudio provechoso.

-Proponte establecer y cumplir un **horario** de trabajo y estudio diario que se ajuste a tus necesidades y características. No se trata de que estés delante de los libros y apuntes durante horas y horas sin aprovechar el tiempo, sino que seas capaz de rentabilizarlo. Estudia y trabaja aquellas materias que te resultan más complicadas en el momento de la tarde en la que estés más concentrado/a y aquellas que te resulten más fáciles en el resto del tiempo dedicado. Asume tu responsabilidad en el estudio, no sólo se trata de hacer las tareas o ejercicios que te exigirán al día siguiente, sino que seas capaz de distribuir la materia que tienes que estudiar a diario, no intentar memorizar todo el día antes al control. Esto último puede generar un sentimiento de impotencia, nerviosismo e inseguridad que, evidentemente, influye de manera negativa en tu rendimiento, pudiendo quedarte incluso con la “mente en blanco” ante las preguntas o problemas del control.

No esperes que sean tus padres los que te obliguen a estudiar a diario o que tengan que estudiar contigo. Son una fuente de apoyo, pero la responsabilidad es tuya, no de ellos/as.

Por otra parte, el hecho de organizar tu tiempo te puede permitir compatibilizar el estudio con otras actividades: practicar algún deporte, ordenador, salir a dar un paseo... Esto puede ayudarte a estar más relajado/a siempre y cuando organices

estas actividades en función del tiempo libre del que dispones una vez establecido y cumplido tu horario de estudio, no al revés, esto es, dedicar al estudio el tiempo que te sobra después de estar toda la tarde haciendo otras cosas.

-Aunque tu rendimiento académico no haya sido el deseado o esperado hasta ahora **“no tires la toalla” ante las dificultades**. Aún tienes posibilidades de mejorar los resultados obtenidos en el primer y segundo trimestre. Ello implica un esfuerzo evidente, pero piensa que puede repercutir en tu beneficio. Puede que te sorprendas a ti mismo y cambies en cierta manera la opinión que tienes sobre tus capacidades y posibilidades de estudio.

-**No te compares con tus compañeros/as o amigos/as** para justificar tu mal rendimiento ante tus padres/madres o ante ti mismo/a. El hecho de que ellos/as obtengan incluso peores resultados que tú, no soluciona el posible problema académico que puedas estar teniendo. Piensa que tú eres una persona diferente a todas y que si no te agrada que otros (padres, profesores...) comparen tu forma de ser o de comportarte con la de nadie, no te engañes a ti mismo/a haciéndolo tú porque te convenga en ese momento.

-**Si** te pones **muy nervioso/a** antes y/o durante los **controles** intenta utilizar alguna de las **técnicas**:

* **Control de la respiración**: Cuando una persona está muy nerviosa o, incluso, ansiosa puede experimentar una serie de sensaciones fisiológicas desagradables como: taquicardias, sudoración excesiva, sensación de ahogo, molestias gastrointestinales... Una forma de disminuirlas puede ser a través del control de la respiración. En esos momentos de nerviosismo normalmente la respiración se vuelve superficial, impidiendo que la totalidad de nuestros pulmones sean utilizados y que, por tanto, el cuerpo se oxigene adecuadamente. Se trataría de concentrarse en un proceso que normalmente es autónomo y no requiere atención por nuestra parte. Se deben realizar inspiraciones profundas, de manera que se note como se mueve la zona del pecho y el abdomen. A continuaciones se expira (expulsa) ese aire despacio. Repetir el ejercicio varias veces hasta que se note como nuestro cuerpo está más relajado desde el punto de vista físico.

* **Autoinstrucciones**: es frecuente que ante una situación de estrés como puede ser un control, nuestra atención se centre más en todas las sensaciones y pensamientos negativos que se están teniendo en ese momento que en las cuestiones o problemas que se plantean. De esta forma es muy difícil concentrarse y realizar con éxito esa activi-

dad. Esta técnica consiste en impedir a nuestra mente que se dedique a emitir esos mensajes negativos, ya que debemos obligarla a que nos dé las instrucciones que me hacen falta para contestar correctamente además de mensajes de ánimo constante. Por ejemplo: ante un problema de matemáticas sería mejor plantearse preguntas o darse instrucciones tales como: ¿qué me están pidiendo? ¿qué datos me ofrecen? ¿qué fórmula puedo emplear para resolverlo? ¿he comprobado que he hecho bien las operaciones de cálculo?, así como decirse mensajes positivos como: creo que lo estoy haciendo bien; me queda tiempo para dar un repaso, se nota que he estudiado..., en lugar de decir: “¿qué difícil es! ¡no tengo ni idea de cómo hacerlo! ¡seguro que cateo otra vez!... Piensa que en ocasiones tu rendimiento en una prueba puede verse muy disminuido por este motivo (pero tampoco confundas una falta de estudio con lo que estamos comentando).

* **Otras estrategias**: si has comprobado que hablar con tus compañeros/as momentos antes del examen de la materia que entra te genera más inseguridad y nerviosismo, evita esas situaciones.

Una ducha de agua caliente y luego templada por la mañana antes de ir al Instituto puede ayudar-te a estar más relajado/a.

Desayuna algo, aunque sea más ligero que lo que tomes normalmente. Evitarás el descenso en los niveles de glucosa que el cerebro necesita para funcionar adecuadamente, así como una bajada de la presión arterial. Ambas cosas podrían conllevar sensación de mareo.

Por último, recuerda que lo que quieras conseguir en tu vida, no sólo en el terreno académico, requiere un esfuerzo y dedicación por tu parte. Aunque, en ocasiones, no alcances todo lo que desees, te quedará la tranquilidad de haber hecho todo lo que estaba en tu mano para conseguirlo.



8 DE MARZO**DIA INTERNACIONAL DE LA MUJER TRABAJADORA**

Nos preocupa lo que pasa con las mujeres en todo el mundo. Como sabemos hay distintas versiones sobre el 8 de Marzo. Lo que está claro es que los orígenes del Día Internacional de la Mujer están ligados a las mujeres socialistas de Europa y Estados Unidos, que desde 1.908 hicieron unas jornadas de reflexión y acción, denominadas women'day. Finalmente, en 1.975, la Asamblea General de Naciones Unidas establece el 8 de Marzo como Día Internacional de la Mujer.

Durante muchas épocas la mujer ha estado ocupando un papel secundario, hasta 1.975, las mujeres casada en España, estaban obligadas por las leyes a obedecer al marido. Incluso, antes de 1.970, las madres no tenían derecho a la patria potestad sobre sus hijas e hijos hasta que el padre muriese; él podría darlas en adopción sin consentimiento de la madre.

Una española casada con un extranjero perdía su nacionalidad, aunque no saliese nunca del país. Podía solicitar la residencia, pero necesitaba permiso para trabajar, no podía ser funcionaria y perdían eficacia sus estudios.

Hasta hace 30 años, las mujeres no tenían acceso a temas económicos. No podían aceptar herencias sin permiso del marido, aunque fuese de su familia, ni pedir su participación, ni defender sus bienes. Necesitaban permiso, también, para abrir una cuenta corriente en un banco. Sin permiso del marido no podían trabajar, ni cobrar su sueldo, ni ejercer el comercio, ni ocupar cargos. No podían sacar su pasaporte, ni el carné de conducir.

La Ley de 1.975 convirtió a la mujer en persona, cuando quitó la obediencia del marido. Aunque parezca mentira este problema no se ha solucionado del todo, sino que en la actualidad siguen siendo muchas las mujeres que son maltratadas física y psicológicamente.

Mujeres con formación en Derecho trabajan sin descanso y sin ayudas, desde la Asociación Española de Mujeres Juristas, para transformar las leyes, que todavía daban un tratamiento distinto a las mujeres.



La Constitución de 1.978 eliminó la discriminación por razón de sexo.

El voto femenino fue conseguido en 1.931 por la abogada Clara Campoamor. Al ir a votar, ejercemos un derecho político que hoy es muy fácil, pero que conseguirlo para las mujeres, no solo a votar sino a ser elegidas, ha costado años y sufrimientos. Las mujeres han sido vituperadas y maltratadas en su lucha por el voto; han sido apaleadas, detenidas y encarceladas por lanzarse a la calle en manifestación y huelgas de hambre.

¡Hablar en femenino nombra! Muy pocas personas saben que el Ministerio de Educación y ciencia, el 22 de Marzo de 1.995, diferenció el uso del masculino y el femenino en los títulos académicos oficiales.

La Real Academia Española, en su dictamen correspondiente se mostró favorable a la "Feminización" de los títulos en cargos y profesiones, que estaban reservados exclusivamente a los varones. Así que, desde ahora, acuérdate de nombrar las profesiones en femenino: Científica; médica; alcaldesa; abogada; catedrática, conseje-

ra; procuradora, maestra; magistrada, diputada, aparejadora; concejala; fontanera, arquitecta, directora.....

En cuanto al empleo femenino, las mujeres han mejorado sus niveles de formación. Están superando con rapidez las principales condicionantes que fundamentan la desigualdad laboral por sexo. En definitiva, cada vez son menos los argumentos teóricos que quedan en pie para justificar la persistencia de diferencias laborales basadas en el sexo, sin embargo, todavía persiste una onda división sexual de las ramas productivas.

¡NOS PREOCUPA LO QUE PASA CON LAS MUJERES EN TODO EL MUNDO!

LA CIENCIA NO ES SOLO COSA DE HOMBRES

HABLAR EN FEMENINO, NOMBRA.

Opinión:

Como sabemos ha habido una evolución en la mujer con el paso del tiempo, ya que cada vez se va intentando adquirir los mismos derechos que el hombre, y que afortunadamente se va logrando poco a poco. Pero todavía la figura de la mujer está en un segundo plano y nos queda mucho camino por recorrer.

No nos consideramos feministas, pero mediante esta redacción hemos podido aprender la cantidad de diferencias existentes entre un sexo y otro a lo largo de la historia. Pensamos que si todos somos seres humanos, todos deberíamos tener igualdad de derechos y oportunidades.

La solución, probablemente sería enseñar a las nuevas generaciones con una mentalidad más igualitaria y menos machista, así evitaríamos las “diferencias de sexos”.

Lucía Herencia Pérez

Ana Martínez Serrano(1º Bachillerato)



11 de marzo: terrorismo en Madrid.

Ya ha pasado más de un mes desde que en Madrid el 11 de marzo, en Atocha y otras estaciones de trenes de cercanías, unos kamikaces extranjeros hicieron explotar varias bombas que provocaron la mayor catástrofe de España. Ni ETA, el mayor grupo terrorista de nuestro país, después de tantos atentados contra militares, políticos, policías y guardias civiles había provocado tantas víctimas. Más de 200 personas que murieron de una forma fría y cruel, más de 200 familias que perdieron para siempre a sus seres queridos que ya no volverán aunque matasen a los terroristas que provocaron esta catástrofe.

Los gobiernos responsables de esta guerra y sus aliados son tan culpables como los kamikaces que hicieron explotar aquel “tren de la muerte” porque en la guerra también mueren muchos inocentes..

Hay que luchar por una sociedad que no mate y que comprenda a los demás.



**POR UNA SOCIEDAD LIBRE DEL TERROR
¡NO AL TERRORISMO Y SI A LA VIDA!**

Gholiat

ENCUENTRO DEPORTIVO*Rafí Campaña Departamento de Educación Física.*

El día 20 de abril celebramos un **Encuentro Deportivo** con la participación de alumnos y alumnas de 6 institutos:

- “Felipe Solís” de Cabra.
- “Emilio Canalejo” de Montilla.
- “Luis Carrillo de Sotomayor” de Baena.
- “Cumbres Altas” de Nueva Carteya.
- “Pay Arias” de espejo.
- “Ategua” de Castro del Río.



En total participaron 234 alumnos/as en las distintas actividades deportivas, coordinadas por 11 profesores de los 6 centros y contando con la colaboración de 43 alumnos/as en la organización.

También tenemos que destacar la colaboración especial de Alberto Rosales Muñoz en la organización del atletismo.

Las actividades deportivas que se desarrollaron en este encuentro fueron las siguientes:

- Atletismo.
- Ajedrez.
- Baloncesto.
- Balonmano.
- Cross de orientación.
- Fútbol.
- Fútbol—sala.
- Tenis de mesa.
- Tenis de pista.
- Voleibol.



Para finalizar se hizo un acto de clausura en el que participaron alumnos/as de Castro del Río, Cabra y Baena, para realizar las siguientes actividades:

- Bailes flamencos.
- Acrosport o Pirámides.
- Funky / Hip—Hop.
- Aerobic.





ENCUENTRO DEPORTIVO



**Departamento de
ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES
ENERO — MAYO**

1. Visita al Parlamento de Andalucía. Alumnos/as del Ciclo de Gestión Administrativa y del Programa de Garantía Social.
2. Visita al Salón del Estudiante en Montilla donde la Universidad de Córdoba presentaba su oferta de estudios. Alumnos/as de 2º de bachillerato.
3. Jornada Verde: excursión a Granada para realizar actividades de Alumnos/as de E.S.O.
4. Semana Cultural durante los días 23, 24 y 25 de febrero.
5. Taller sobre el Día de la Mujer Trabajadora. Intervino la O.N.G. “Mujeres en Zona de Conflicto”. Alumnos/as de 4º de E.S.O.
6. Visita al Campus de Rabanales de la Universidad de Córdoba. Alumnos/as de 2º de Bachillerato.
7. Excursión Fin de curso a Galicia. Alumnos/as de 4º de E.S.O.
8. Intercambio a Inglaterra. Alumnos de diferentes niveles.
9. Curso de Primeros Auxilios. Alumnos/as de 2º de Bachillerato. A cargo de D. Francisco Bello.
10. Charla—Coloquio sobre los Medios de Comunicación para alumnos de 1º de Bachillerato.

A cargo de Emilio García Wiedemann.

11. Visita al Parque Tecnológico de Málaga. Alumnos de Ciclos Formativos.
12. Excursión a Itálica. Alumnos de Patrimonio Cultural de Andalucía.
13. Conferencia sobre la Selectividad.
A cargo de la Universidad de Córdoba para alumnos/as de 2º de Bachillerato.

14. Encuentro Deportivo Comarcal.
15. Asistencia a representaciones de Teatro griego en Córdoba. Alumnos/as de 1º de Bachillerato.

16. Día del refugiado. Alumnos/as de 4º de E.S.O.

17. Jornadas de Orientación para la Inserción Laboral. Alumnos/as de Ciclos Formativos y Programa de Garantía Social.

18. Feria del Libro (10 al 14 de mayo)



Castro del Río - Mayo de 2.004

A TRIP TO ENGLAND

Last 27th March students from our school and students from Montoro school did a trip to England. From my point of view, it has been a very interesting experience. My English hasn't improved a lot because I practised it all summer holidays with English people. However, I have learnt a lot about English culture, eating habits, daily routines and especially we have made really good friends.

When we arrived in Eastbourne, we got into a taxi and went to a small house. A woman was waiting for us. She looked being in her early thirty. She was brown-haired and blue-eyed. Her name was Jane Seed and she gave us a hot welcome. Mrs Seed had a nice and happy daughter, Milly. We thought she was divorced, but we didn't ask her. Sincerely, Mrs Seed's house was dirty and disorganized. On the other hand, she was a helpful, welcoming and nice woman. We really got on well with her.

Everyday, Jane (or "Mi arma", like we called her affectionately) called us to get up at 7.30. Later, we had breakfast at 8.00. We ate milk and cereals every morning. Mrs Seed made sandwiches, a piece of cake, some biscuits and crisps for our lunch. By lunch, I realized that English people really love butter. She put butter to cheese or ham! We asked her not to put it to this food, but last day we had to eat cheese with mayonnaise. It was very good that we found an "All you can eat for £5.49" in Pizza Hut restau-

rants in Brighton and Leicester Square in London.

We have visited many monuments and interesting places. I really loved the British Museum for example. We found a lot of foreigner art works, but not many pictures or sculptures of English artists. It was curious. We visited art museums like the British Museum or the National Gallery, parks such as St. James Park or Hyde Park (in this one, we saw the Speaker's Corner and Peter Pam's Statue), palaces as Royal Pavilion or Buckingham Palace and other many monuments like Big Ben, Westminster Abbey, Tower of London, Tower Bridge and an endless list of places. We visited the cities of



Canterbury, Eastbourne, London and Brighton.

I liked the English green countryside. We went to Eastbourne cliffs and we saw only green land. It's really peaceful and relaxing, but unfortunately these cliffs are used by people to commit suicide.

About nightlife, we missed Spain a lot: about 11.30 in the night, streets were dead. We rent a disco for two nights and we had really good times.

Relationships between students and also with the teachers were quite good. We really got well with people from Montoro, Pedro Abad, El Carpio and Adamuz. We met a very singular person, Juan Carlos. He is an English teacher in Montoro and a professional actor, a real showman.

It hasn't been all laughs and enjoyments. The last day we had a negative experience and it has served us to learn about our behaviour. When we were getting off the coach, the teachers told us not to go out in the night because it was pretty dangerous. Instead of obeying them, we



went out to pubs of Eastbourne. We committed a big mistake. Next day, they were very angry and they were right. We were sorry and told the teachers about it, but we also knew it wasn't enough, but we were embarrassed because they didn't deserve it.

Eventually, we really loved this excursion and we would like to repeat it if it were possible next year.

Francisco Bello Millán, 1º A.

PASEANDO POR CORDOBA



El día 22 de abril un grupo de alumnos/as de 1º de Bachillerato de **Humanidades** hicieron una visita a Córdoba para presenciar una obra de teatro griego en **RABANALES**, y después visitaron la Mezquita, el Alcázar (foto), la Plaza el Potro y la Ju-

¿ILEGALES O VÍCTIMAS DE LA INJUSTICIA?

En el número anterior de nuestro periódico escolar aparecían algunos artículos sobre la inmigración y en todos había un aspecto recurrente que me llamó la atención: “personas ilegales y personas que llegan a nuestro país de forma ilegal”. ¿Una persona puede ser ilegal? En mi opinión una persona puede realizar un acto ilícito por atentar contra la persona y la libertad de los que le rodean y por ello cometer una ilegalidad al estar infringiendo el marco jurídico de su sociedad. Sin embargo, por el mero hecho de ser persona en otro país, esa persona no puede (o no debe) ser ilegal. Además, en teoría, ese marco jurídico-legislativo trata de ajustarse a la legitimidad y no me resulta precisamente justo que una persona sea ilegal por la causa citada.

Por otra parte, me resulta sorprendente que cuando una persona atraviesa determinadas fronteras es designada como delincuente y, volvemos a repetirlo, ha cometido un acto ilegal. Más sorprendente y alarmante me resulta aún cuando con esta política de globalización que los países capitalistas están imponiendo, han acabado con las fronteras para el dinero pero no para el propio hombre. Utópico y hermoso sería un mundo sin

fronteras. Pero poniendo los pies en el suelo y ateniéndonos a la realidad, la política de globalización da total libertad al dinero y además enfatiza y escandaliza el estado de desigualdad en que nuestro mundo se encuentra hundido al permitir que viles multinacionales exploten sin escrúpulos los recursos humanos, naturales y económicos de los países subdesarrollados. Aprovechando esta situación, aparecen las mafias, que no son causa del problema de la inmigración, sino consecuencia. Estas descabelladas y crueles organizaciones se aprovechan de la necesidad desenfrenada de vivir dignamente que sufren estas personas que luego nosotros nos encargaremos de catalogar como ilegales.

Reflexionemos un poco y cuando hablemos de solidaridad sepamos realmente qué es. Pensemos que a esa gente que denominamos ilegales no son más que personas que se han visto obligadas a abandonar su tierra y familia en busca de una vida digna en un lugar desconocido e incierto, que además han sido traicionados con la promesa del paraíso por organizaciones mafiosas. No caigamos en patriotismos exacerbados y xenofobias depravadas. Recuerda: “Un mundo ideal es aquel en el que no existen fronteras”.

Francisco Bello Millán
1º Bachillerato

UN VIAJE, A VECES, SIN REGRESO

La solución a la pobreza en países subdesarrollados, en cierto modo, está en nuestras manos o en la de nuestros gobiernos, ya que estos países pobres no pueden recuperarse económicamente porque lo que producen es para acabar con la deuda externa que tienen con los países ricos (como el nuestro). Para que saliesen de esa pobreza en la que están inmersos deberíamos cancelar esta deuda.

Esta pobreza que vemos como algo ajeno nos repercute directamente con el problema de la inmigración, o como actualmente se suele decir la llegada de los “ilegales”. Es difícil asimilar este término puesto que alguien ilegal es cuando es un delincuente y, a nuestro parecer intentar escapar del

hambre o tratar de encontrar una vida mejor o un futuro favorable para tus hijos no es ningún delito. Estarán en condiciones precarias en su país de procedencia para arriesgarse en el viaje que realizan y por el que pagan enormes cantidades de dinero, y muchos quedan endeudados con las mafias por las cuales son atrapados.

Pero desde el punto de vista de los medios de comunicación nos intentan hacer creer que los inmigrantes son los causantes de nuestro problema de desempleo y de delincuencia.

No debemos olvidar el detalle de que en un pasado cercano nosotros también fuimos inmigrantes, así que no los rechazemos.

Mª José Bravo Rodríguez
Victoria Trenas de Troya
1º Bachillerato.

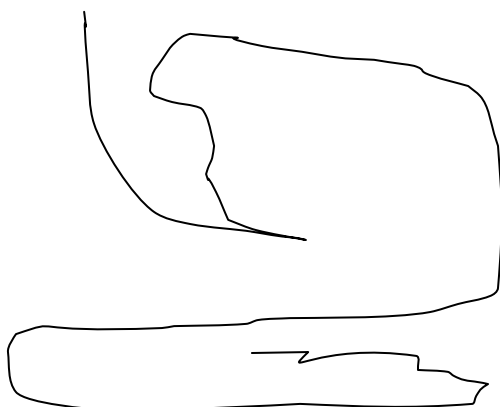
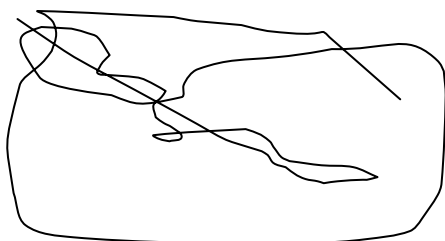
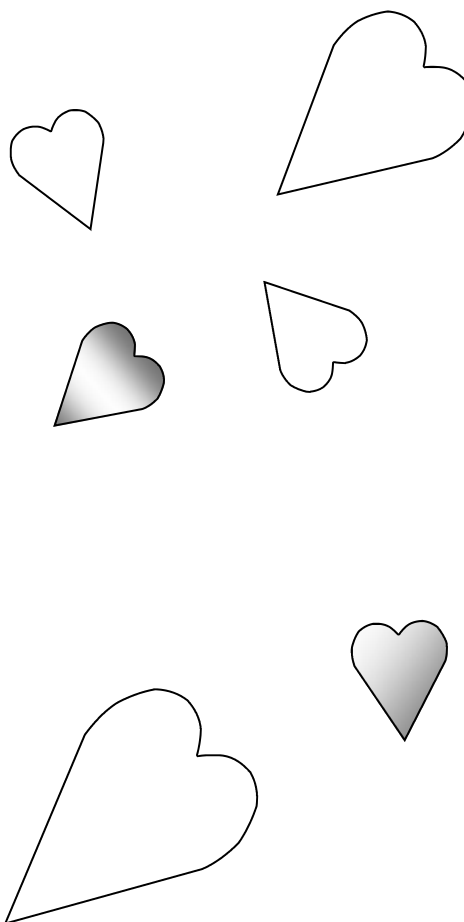
Poesías de amor.

En el pétalo de una rosa,
tu nombre despacio escribí,
y mis palabras también decían:
“No puedo vivir sin ti”.

Si cada vez que pienso en ti,
una estrella se apagara,
no habría en el universo
una sola que brillara.

Llenas de color mi vida,
alumbras mi despertar,
te quiero más cada día,
y no te puedo olvidar.

De un chico de 2º para I.C.M.



Pensamientos

Las estrellas brillan,
el sol ilumina,
los planetas tienen vida
y yo tengo una piscina.

Tenemos una familia
y tenemos una amistad,
con ellas queremos compartir
una bonita verdad.

Estefanía Millán (1º A)

ESTRUJASESOS

Muchos siglos antes de la invención del sistema “decimal” en la India y de su empleo en Europa, utilizando el concepto de cero, los Mayas crearon un sistema de numeración en base 20, y por lo tanto requiere un total de veinte signos, del 0 al 19, para expresar las diferentes cantidades, en el decimal, (base 10) se necesitan diez signos, del 0 al 9.

A partir del 19 los números mayas se escriben mediante un sistema de niveles que se dibuja verticalmente y en sentido ascendente en el que el nivel inferior representa las unidades mayas (del 0 al 19) análogas a las nuestras (del 0 al 9); el siguiente nivel a las veintenas (del 20 al 399) análogas a nuestras decenas (del 10 al 99); el siguiente las veintenas de veintenas (del 400 al 7999) análogo a nuestras decenas de decenas o centenas (del 100 al 999), y así sucesivamente.

Departamento de Matemáticas.



APRENDE A DETECTAR SI TU D.N.I. ES VERDADERO O FALSO.

Al final del número del DNI hay una letra de control que nos ayuda a conocer si el número que le precede corresponde a uno verdadero o falsificado. ¿Cómo puedo saberlo? Muy sencillo: divide el número del DNI entre 23 y fíjate en el resto de la división (por defecto); busca después en la siguiente tabla la letra que corresponde a cada resto y tendrás la respuesta.

RESTO	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
LETRA	T	R	W	A	G	M	Y	F	P	D	X	B	N	J	Z	S	Q	V	H	L	C	K	E

CURIOSIDADES PITAGÓRICAS

¿Sabías que entre los números enteros los Pitagóricos llamaban con nombres curiosos a algunos de ellos por cumplir ciertas propiedades?

A muchos de éstos les imputaban propiedades mágicas. Estos son algunos:

- Número lineal: el que no tiene divisores.
- Número plano: es el que es producto de dos a los que llamaban lados del número.
- Número oblongo: es el número plano formado por factores consecutivos.
- Número perfecto: es aquel que es suma de todos sus divisores (salvo el propio número). Son números perfectos: 6, 28, 496, 8128. Ejemplo: $6 = 1 + 2 + 3$.
- Número deficiente: es aquel que es menor que la suma de todos sus divisores. Ejemplo: el 12 es menor que $1 + 2 + 3 + 4 + 6$.
- Número abundante: es aquel que es mayor que la suma de todos sus divisores. Ejemplo: 8 es mayor que $1 + 2 + 4$.
- Números amigos o enamorados: son aquellos que son suma de sus divisores respectivos. Ejemplos: 220 y 284.

$$220 = 1+2+4+5+10+11+20+22+44+55+110 = 284$$

$$284 = 1+2+4+71+142 = 220$$

¿Sabías que hasta el año 1.930 se habían descubierto más de 370 demostraciones diferentes del Teorema de Pitágoras?

Adivinanzas

¿Cuál es animal que durante su sus primeros años anda a cuatro patas, después a dos y al final a tres.

CHISTES

- Entra el padre en el cuarto de si hijo y todo indignado le pregunta. ¿Se puede saber por qué siempre que vengo estás viendo la tele y nunca estudiando?. Y el hijo le dijo, - pues muy sencillo papá, porque no te oigo llegar.

EXAGERACIONES

Era un hombre tan delgado, pero tan, tan delgado, que se compró un pantalón de 1000 rayas y le sobraron 999.

Era un niño tan llorón, pero tan, tan llorón, que de tanto llorar inundó la casa.

Sopa de letras

Encuentra 9 útiles de un bebé.

A C B S O N A J E R O L M C Z C B U C P C N I L B
E O Z N J M L B C I O U L O R V I P E R I D O S I
T C O R D U M I O S C L A C O R A P O M I S O L I
E A N G P M G J C I O M A H L U S E F E R I B O N
P Z O L U L A Z B A B O S E M A Y L O L F A I S A
U U S O N U P A Ñ A L J V C V H I U T F S J B A S
H R Y B I C A F K X J Y V I G O F C R E L A E O B
C R T U B G F E D A P Y T T D B E H G H Y T R N I
Q D T U N S U N H Y T R D O Y G E E P O I U O T E
P O I U E Y H N B G T R F V C D U P L M N H N R A
S D N S M N B V F R T R E W S A Q P O L I J M Y T
V O I O L S A M F M O I G M A T R L K J H G F D S
B O R I O M S A B I L L E C U N A P L K M J T F E
M U J N B G T R F V C D E W S C P S M A R T U I Z

Manuel Jesús Alcántara Urbano (2º A—E.S.O.)

