

REBELDES CON CAUSA

IES Burguillos

Diciembre 2020 Año 3 Núm. 8

Publicación independiente



SUMARIO

Saludo de bienvenida.....	pág. 2
Proyecto ComunicA.....	pág. 5
Día Internacional contra la violencia de género.....	pág. 6
Llega la Navidad.....	pág. 9
Entrevista a Manuel Corona, profesor de Tecnología.....	pág. 13
¿Cómo ha afectado a los jóvenes la cuarentena por Covid?..	pág. 15
La hostelería es nuestro futuro.....	pág. 17
Hazlo tú mismo.....	pág. 20

Encantados de volver

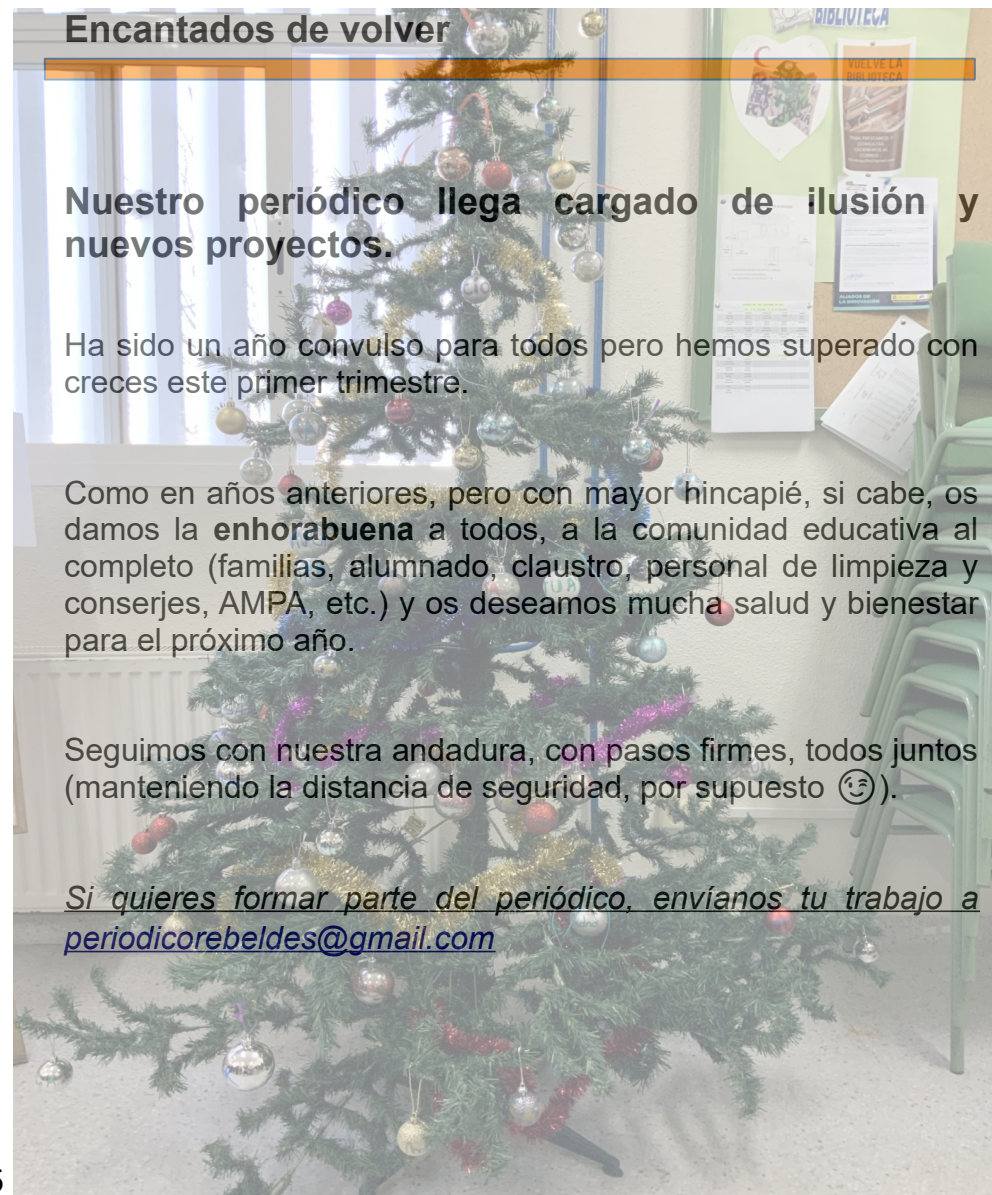
Nuestro periódico llega cargado de ilusión y nuevos proyectos.

Ha sido un año convulso para todos pero hemos superado con creces este primer trimestre.

Como en años anteriores, pero con mayor hincapié, si cabe, os damos la **enhorabuena** a todos, a la comunidad educativa al completo (familias, alumnado, claustro, personal de limpieza y conserjes, AMPA, etc.) y os deseamos mucha salud y bienestar para el próximo año.

Seguimos con nuestra andadura, con pasos firmes, todos juntos (manteniendo la distancia de seguridad, por supuesto 😊).

Si quieres formar parte del periódico, envíanos tu trabajo a periodicorebeldes@gmail.com



Delighted to the back.

Our newspaper returns full of excitement and new projects.

It's been a tumultuous year but we all have overcome this term by far.

As in previous years, but with greater emphasis, we want to congratulate all of you, the whole educational community (families, students, faculty, cleaning staff and janitors, AMPA, etc.). We wish you health and well-being in the coming year.

With steady feet, we continue on our path together (keeping the safe distance of course 😊).

If you want to be part of our newspaper, send us your article to periodicorebeldes@gmail.com

Tellement contents d'être de nouveau là!

À travers notre journal, nous pensons bien partager avec nos lecteurs tous nos nouveaux projets.

Quelle année bouleversante pour tout le monde! Mais, à vrai dire, de ce premier trimestre, on s'en est très bien sortis...

Nous voudrions, comme chaque année, mais encore davantage cette année-ci, féliciter toute la Communauté éducative dans son ensemble (familles, élèves, enseignants, personnel de nettoyage et d'administration, concierges, association des parents, etc.) et souhaiter à tous une excellente santé et plein de bonheur pour l'an neuf.

Nous continuons sur notre lancée et marchons vers notre objectif, d'un pas ferme, tous ensemble (sans oublier de respecter les distances de sécurité, évidemment 😊)

Si, vous aussi, vous voulez participer à la rédaction du journal, n'hésitez pas à envoyer votre article à periodicorebeldes@gmail.com

Proyecto ComunicA

El proyecto ComunicA de nuestro centro ha estado realizando - dirigido por la profesora de inglés, Inma Torres – numerosas actividades para celebrar distintas efemérides: Día de la Lectura, Halloween, Cuentos Navideños, WhatsApp contra la violencia de género, Review de una película de Filmin para el Festival de Cine de Sevilla, tu Libro Favorito, Minibooks de Terror, Trabajos de La Celestina, Novela Gótica, etc.

Aquí os enseñamos varias muestras de algunos de los trabajos más representativos.

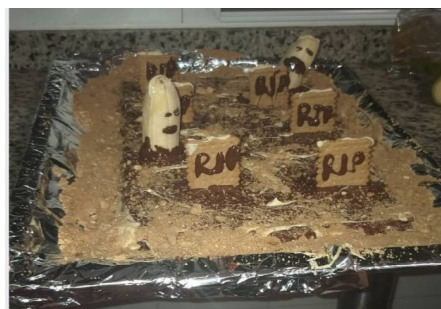
¡Le damos la enhorabuena por el trabajo realizado a todo el alumnado participante!



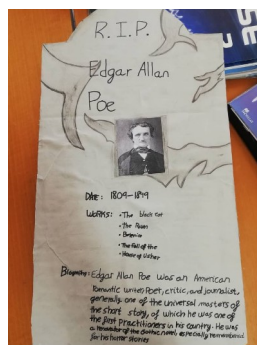
Mi libro favorito



Minibooks de terror.



Tartas Halloween, 3º PMAR



Trabajos de alumnos 3º PMAR



Novela Gótica, 3º PMAR

25N

Día Internacional Contra la Violencia de Género

El pasado día 25 de noviembre organizamos en nuestro centro el día contra la Violencia de Género. Como cada año las actividades que se plantean sirven como vehículo para concienciar a alumnado de la necesidad de luchar contra esta lacra social que cada año afecta a muchas mujeres en nuestro país y en todas partes del mundo.

Para trabajar este día se organizaron actividades dirigidas tanto al alumnado como al profesorado del centro. Desde el Ayuntamiento de Burguillos se organizó un concurso de microrrelatos abierto a todo el centro educativo por segundo año consecutivo, con una gran acogida por parte del alumnado. Asimismo, y también a través el Área de cultura y Juventud del Ayuntamiento, acudieron personas especializadas desde el

Instituto Social para la Equidad de Género que dieron charlas educativas a los diferentes grupos de 2º de ESO.



Alumnos con pulseras conmemorativas del 25N.

El alumnado de 3º de ESO de la asignatura de Cambios Sociales y Género elaboró la decoración del centro creando un mural sobre la "Receta del buen amor" con los ingredientes que debe tener una relación sana y libre de violencia.

El resto de los cursos aportaron dibujos, lazos morados, conversaciones de WhatsApp y decoración variada que dieron vida al mural central del instituto y los profesores nos vestimos de violeta para ese día.



Charla sobre la violencia de género.

Todas estas actividades son esenciales para nuestro alumnado, ya que durante la adolescencia se comienzan a construir las primeras relaciones afectivas y por ello, es necesario concienciarles sobre la necesidad de vivir relaciones libres de violencia, basadas en el respeto, el amor, y la igualdad, lo cual es básico para que, en el futuro, no reproduzcan prácticas basadas en los roles y estereotipos de género que culturalmente nos han acompañado a lo largo de nuestra Historia.

Laura Lara Galán
Coordinadora del Plan de Igualdad y Coeducación

Concurso de puertas navideñas.

Para conmemorar estas fechas tan señaladas, nuestra profesora Ángela García, ha organizado un concurso de puertas navideñas. Todas serían merecedoras de un premio pero el jurado se ha decantado por la del grupo de 1º ESO D, por su laboriosa elaboración y su creatividad en el diseño.



Todos hemos puesto nuestro granito de arena para decorar nuestro instituto, desde el equipo de limpieza hasta secretaría.

Nuestra profesora de cafetería también ha creado con gran ingenio un Belén. Adivina cómo lo ha hecho. 🤖🔍

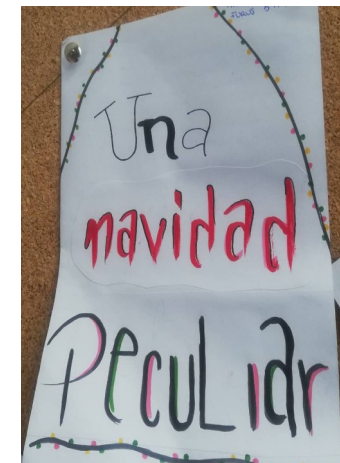
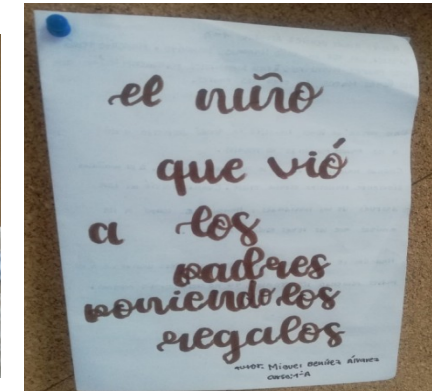
¡Menudo ambiente de Navidad tenemos en el centro! 🎄



Creado por la profesora María

son: Miguel Ángel Benítez, Laura Horta, Ángel Rodríguez, Elsa Burrueco y Anita Furus.

En las siguientes fotos tenemos una muestra de los trabajos.



Cuentos de navidad realizados por diferentes alumnos del centro, coordinado por la profesora Inma Torres. Los ganadores

ENTREVISTA A MANOLO CORONA

Maestro de tecnología

Entrevista hecha por Alonso Prieto Prada 3ºPMAR @alonsoprieto_

1. ¿Cuál ha sido su mejor experiencia con un alumno? ¿Y la peor?

Conseguí que un alumno aprobase la asignatura cuando los profesores lo habían dado por perdido.

La peor que una alumna se estresaba y se autolesionaba, se cortaba, etc...

2. ¿Alguna vez algún alumno le ha intentado agredir?

No, nunca.

3. ¿Si pudiera mejorar 5 cosas del instituto que mejoraría?

Los ordenadores, más aulas, mejorar la distribución de las clases, poner aires acondicionado (en verano), ampliar el parking de los profesores.

4. ¿Tiene pensado algún proyecto de tecnología?

Sí, tengo alguno: una caja de colmena.

5. ¿Tienes alguna meta por cumplir? ¿Cuál?

Sí, me gustaría ser funcionario porque ahora soy interino.

6. ¿Por qué le gusta la tecnología?

Me gustan las cosas modernas, los ordenadores, todo lo que sea moderno y científico.

7. ¿Por qué decidió ser profesor de tecnología?

Porque es una profesión muy bonita y me gusta ayudar a los alumnos.

8. ¿Desde qué año lleva trabajando como profesor?

Desde el año 2004.

9. ¿En cuántos institutos ha trabajado?

Este es mi cuarto, he estado en Lanzarote y tres en Sevilla.

10. ¿Antes de ser profesor en que ha trabajado?

He sido tasador, jefe de obra, técnico de proyectos y programador CNC.

11. ¿Qué le gusta hacer como hobby?

Dibujar, escribir, jugar a videojuegos y viajar.

12. ¿Tiene algún invento de tecnología hecho por ti? ¿Cuál?

La Caja de colmena.

13. ¿Si pudiera mejorar 5 cosas del mundo que sería? ¿Y por qué lo mejoraría?

Que no hubiese guerras, que no hubiese hambre, ni pobreza, revertirá el cambio climático y haría que los países invirtiesen en educación ciencia y ecológica.

“ESCUCHA. VEN AQUÍ. ¿QUIERES SABER QUÉ ESTÁ PASANDO?” STEPHEN KING.

¿Cómo ha afectado a los jóvenes la cuarentena por Covid?

Me gustaría empezar diciendo que la cuarentena era y es en general, un estado de tensión entre lo que se **desea hacer** y lo que es **conveniente**. Para los adolescentes fuera de la casa se halla el universo que deben conquistar.

- **El primer punto interesante que me gustaría comentar es la estabilidad emocional de los jóvenes en esta nueva situación que les ha tocado vivir:**

Un reconocido experto en neurociencia indicó la importancia del encuentro social en la formación educativa y cognitiva de los jóvenes: **“NECESITAN, ABSOLUTAMENTE, VIDA SOCIAL CON SUS IGUALES, EN LA ADOLESCENCIA UNA DE LAS FUNCIONES DEL CEREBRO ES ENCONTRAR EL SITIO DE CADA UNO DENTRO DE SU ENTORNO, POR QUE SERÁ CON SUS IGUALES CON LOS QUE VAN A CONSTRUIR LA SOCIEDAD”**.

Todos estamos dejando de hacer actividades valiosas y significativas; sin embargo, para los adolescentes el no poder participar en eventos sociales como encuentros deportivos, graduaciones, fiestas o cualquier actividad que los haga interactuar socialmente **“les produce malestar emocional”**.

No es un cerebro adulto, por lo que hay funciones que no están completamente desarrolladas en esta etapa, de un día para otro **se vieron obligados** a organizar autónomamente sus horarios, sus estudios a distancia y sus actividades desde casa; por lo tanto, no es de extrañar, que veamos a adolescentes más irritables, menos tolerantes, más explosivos y a otros más silenciosos, más retraídos, menos comunicativos, más aislados.

La psicóloga *Carolina Sances*, recomienda que **no esperemos que se acerquen a pedir ayuda** o a **contarnos sobre sus sentimientos**, y en cambio observarlos con atención, **siempre respetando su privacidad**.

- **El segundo punto que trato a continuación es sobre el uso y el aumento de las redes sociales en los jóvenes por este motivo:**

Claudio Waisburg, un crítico en el uso de las redes sociales para niños y adolescentes comentó que “Desde que se nace, se necesita estar con otras personas, en vivo y en el ahora, sin embargo, todo lo que la tecnología hoy nos provee es ayuda a poder seguir en contacto con lo que nuestro cerebro necesita para estar bien y para promover emociones positivas”. **El desafío global más grande que tenemos es fomentar la conciencia social en tiempo de distanciamiento social**.

Los jóvenes usan un 170% más las redes sociales desde el confinamiento.

Según un estudio realizado por *Qustodio*, en el que han participado 60.000 familias de España, Reino Unido y Estados Unidos, **las redes sociales** más utilizadas por adolescentes han sido **Instagram, TikTok y Snapchat**. Sin embargo, Instagram sigue siendo la red social favorita de los

adolescentes en España, esta aplicación es utilizada por un **47,7 %** mientras TikTok la utiliza el **37,7 %** y Snapchat el **24,1%**.

- **Por último, daros algunos consejos para que se os haga más llevadera esta situación:**

Mantener un horario de actividades (**crear una rutina**), "tiempo de inactividad" (espacio para ti solo, **tiempo para la creatividad, la música y para hablar con tus amigos**), compartir información de lo que está pasando y cómo te estás sintiendo, conectarse con las nuevas tecnologías de manera sana y respetuosa, cuidar la salud de la mente y el cuerpo (salir a caminar al aire libre, **LEER UN LIBRO**, ver una película...)

¡Y POR SUPUESTO EL USO DE MASCARILLA Y LAVADO DE MANOS SIEMPRE!

REFLEXIÓN: ¿Y AL FINAL HACIA DÓNDE VAMOS?, ¿CUÁNDO TERMINARÁ TODO ESTO? Nadie lo sabe, esto es la aventura, el arte, el vértigo a vivir... siempre con responsabilidad, sentido común y empatía.

ISABEL M^a CORTÉS (MONITORA)

LA HOSTELERÍA ES NUESTRO FUTURO

A menos que prestes un poco de atención, habrás visto por el pasillo algún alumno o alumna vestido con el uniforme de cocina o de personal de sala. Igualmente, si sigues las noticias, sabrás que la hostelería no está pasando un buen momento. Son muchos los negocios que han tenido que cerrar, adaptarse a nuevos horarios y a nuevas circunstancias, capeando el temporal como pueden. Y en nuestro centro, el alumnado que estudia hostelería (ya sea el Ciclo Formativo de Grado Medio o la Formación Profesional Básica) ha

querido mostrar su apoyo al sector que nos habrá de acoger para hacer nuestras prácticas y para nuestro futuro laboral.

Porque la hostelería se debe a su público, y el hostelero pretende, siempre, dar lo mejor de sí. Y en esa línea de excelencia, de mejora continua, y de búsqueda de la satisfacción del cliente, seguimos trabajando desde las escuelas, formando a excelentes profesionales, con conocimientos teóricos y prácticos, con habilidades para la resolución de dificultades y para la gestión práctica de su día a día... Porque los bares y restaurantes volverán a abrir. Porque los clientes volverán a llenar salones y terrazas, y brindaremos en las bodas, y acompañaremos a nuestros pequeños en sus cumpleaños, y las familias volverán a reservar una mesa bien larga con cualquier motivo... Volverán los turistas, comiendo a esas horas tan poco de aquí, grupos de amigos a los que le gusta reunirse en pandilla en cualquier pub, los del trabajo harán la comida de Navidad...

Y mientras todo eso pasa, ahí está la hostelería del presente, cuidada cumpliendo las normas cuando estés en un bar tomándote algo.



Una de las muchas acciones en apoyo al sector de la hostelería

Y cuando todo esto pase, ahí estará la hostelería del futuro, que es nuestro alumnado, demostrando todo lo que han aprendido. Seguimos en la retaguardia, en silencio, apoyando sin hacer ruido, formándonos día a día para dar lo mejor de cada uno de nosotros/as.

María Figueroa, profesora de Restauración y Cocina.

HAZLO TÚ MISMO

RISOTTO DE OTOÑO

Elaborando este plato de origen italiano nos sentiremos como un gran chef. Realmente es muy fácil y si seguimos los pasos escrupulosamente conseguiremos una textura final melosa y un sabor insuperables. Usaremos frutos de otoño como las setas, la calabaza y las castañas. En mi caso recomiendo usar los boletus desecados porque al rehidratarlos tienen un sabor muy acentuado que es el gran “punch” de este plato con permiso del parmesano que debe ser Grana Padano o Parmigiano Reggiano para conseguir el sabor Umami característico. ¡Andiamo a mangiare!

Nivel de dificultad: Molto facile.

Tiempo empleado: 40 minutos

Ingredientes para 4 personas:

- 300 gramos de arroz tipo Arborio (si no lo hay usad uno normal de grano redondo)
- 1 chorro de aceite de oliva
- 1 cebolla pequeña o media grande y 3 dientes de ajo
- 100 gramos de calabaza violín bien naranja pelada y en dados de 1 cm

- 50 gramos de boletus desecados
- 16 castañas peladas al microondas y posteriormente cocidas en agua.
- 1 chorro de vino blanco
- 1 litro de caldo de pollo al punto de sal
- 50-100 gramos (al gusto) de parmesano (Grana Padano o Parmigiano Reggiano)
- 50 gramos de mantequilla cortada en dados

Elaboración:

Rajar las castañas, calentarlas 2 minutos al microondas para pelarlas con facilidad. Cocerlas en agua hirviendo durante 15 minutos, apagar el fuego y dejarlas dentro del agua hasta que emplatemos. Hidratar las setas en agua templada. Picar ajo y cebolla finito. Pelar y cortar la calabaza en dados de 1 cm. Poner a calentar el caldo en una cazuela aparte.



Aspecto final de nuestros delicioso risotto..

Rehogar el ajo y la cebolla en el aceite 10 minutos a fuego medio bajo. Añadir calabaza y rehogar 5 minutos más. Añadir setas e inmediatamente el arroz, darle un par de vueltas y añadir el vino blanco. Ir añadiendo el caldo (usar también el

agua de hidratar las setas, *potenciará* el sabor y el color) previamente calentado conforme el arroz lo vaya pidiendo añadiendo cazos poco a poco, prohibido todo el litro de golpe. Seguir cociendo unos 15 minutos añadiendo caldo y moviendo de vez en cuando, así va soltando el almidón.

Una vez el arroz esté cocido al dente procedemos a *mantecar* el arroz: fuera del fuego pero todavía en la cazuela añadir la mantequilla y el queso parmesano rallado. Adquirirá el brillo y sabor propio de los risottos. Emplatar y añadir las castañas en el centro del plato. Podemos espolvorear un poco de cebollino o perejil si queremos. En la foto no lo uso pero da un bonito contraste al sabor y a la presentación del plato.

COSTILLAS BBQ CON PATATAS DELUXE

Desde que me propusieron escribir para el periódico del instituto he estado pensando en una receta que guste a gente de todas las edades. Mi público objetivo es tanto alumnado como profesorado. Y creo que no me voy a equivocar con este plato que combina el dulce, el tostado de la carne y con un toque picante que de go a gusto del consumidor. Voy a ser sincero, esta receta la he sacado de Youtube de unos vídeos que se llaman La Capital e invito a todos a verlo, da gusto ver cómo disfruta este señor con la comida. De este plato hay que decir que es una plato típico de los Estados Unidos popularizado por las cadenas de comida rápida como Fosters Hollywood. Hay muchas variantes pero esta la realizamos en clase y gustó mucho, la carne quedó tierna y jugosa por dentro y tostadita por fuera. Y me reafirmo: la mezcla de sabores dulce, tostado y picante resulta deliciosa. Anímense a hacerla, ¡a disfrutar!

Nivel de dificultad: Cero patatero

Tiempo empleado: 2 horas y media, pero vale la pena cada minuto empleado.

Ingredientes para las costillas: Costillar de cerdo, salsa Perrins, ajo en polvo, sal, pimienta y azúcar moreno.

Ingredientes para la salsa BBQ: Ketchup, miel de caña, miel de flores, mostaza, salsa Perrins, salsa picante, vinagre, sal de humo, pimienta negra, pimentón dulce, ajo en polvo, cebolla en polvo, sal.

Ingredientes para las patatas deluxe: Patatas, pimentón dulce y picante, ajo en polvo, orégano, estragón, tomillo, sal y aceite.

Elaboración de las costillas: Quitamos la telita que recubre la parte de los huesos en el costillar con ayuda de una puntilla y tirando para que salga de un tirón. Sazonamos el costillar siguiendo el siguiente orden: salsa Perrins, ajo en polvo, sal y pimienta. Debemos sazonar con toda la mano sobre el costillar para que quede bien adherido por lo que hay que lavarse bien las manos previamente. No he puesto cantidades porque esto es a gusto del cocinero, siempre con prudencia con los ingredientes más fuertes de sabor. Asamos al horno a 190 grados durante una hora sobre rejilla directamente. Pondremos una fuente con un poco de agua debajo para no ensuciar en exceso el horno y que no haga humo.

Sacamos del horno (ya olerá de maravilla, pero hay que esperar), añadimos un poco de azúcar moreno y metemos el costillar en un “paquete de papel de aluminio” que cerramos como un sobre y metemos al horno 1 hora más a 200 grados (esto hará que quede muy tierna).

Sacamos del horno (aquí ya es difícil contenerse y no probar pero hay que esperar), abrimos el papel de aluminio y pintamos

con la salsa BBQ y otra vez al horno ya con el paquete abierto y con la salsa unos 10 minutos más a 200 grados. Sacamos, cortamos las raciones y servimos con un poco de salsa y las patatas deluxe. Una vez que las probéis no podréis parar.



Aspecto final de nuestras deliciosas costillas.

Elaboración de las patatas deluxe: Lavar bien las patatas y cortar gajos con piel. Mezclar el aceite con todos los ingredientes restantes en un recipiente. Embaurnar las patatas con la mezcla. Ponmos en una bandeja y horneamos (aprovechamos que tenemos el horno encendido y lo metemos en el carril de debajo de las costillas) a 200 grados unos 35-40 minutos. ¡Hay que pincharlas para asegurarse que están tiernas!

Bon Appétit!

Juan Caro, profesor de Cocina.