

LA GACETA DE PUENTE



CURSO 2022-23

ZOMBIS TECNOLÓGICOS



Debemos aprender a poner límites a las tecnologías y a todo lo que nos pueda causar daños o pérdidas, aprender a vivir y compartir momentos con aquellos a quienes queremos. De no hacerlo, puede que algún día tengamos que arrepentirnos.

INCENDIO DE PUENTE DOMINGO FLOREZ



Durante el mes de julio del verano de 2022 la comarca de Valdeorras y Sierra da Encina da Lastra vivió uno de los hechos más dramáticos que se recuerdan entre las generaciones que conviven en estas tierras, sufriendo un incendio que dejó muchos problemas a las zonas afectadas.



FOTOGRAFIANDO EL 25 N

El *Día Internacional de la Mujer* es un momento para honrar los logros de las mujeres y para destacar la lucha continua por la igualdad de género.



ENGLISH WEEK

A TRIP TO RAMSGATE



VUELVE LA ESCUELA DE FAMILIAS AL IESO PUENTE DE DOMINGO FLÓREZ

Nuestra escuela de familias tiene el objetivo de trabajar para la formación y desarrollo de vuestros hijos. Generar espacios de encuentro, aprendizaje y colaboración entre la familia y la escuela fortalecer la relación entre ambas partes así como beneficiar al alumno en su proceso formativo.

escuela
de
familias

AGRADECIMIENTO

ESPECIAL PARA NUESTROS

PATROCINADORES

| | | |
|--|--|--|
|  |  | <p>Julio Arias Escuredo Agente Exclusivo AXA</p> <p>Boulevard Juan Carlos I, 17, Bajo, Izq. - 24404 Ponferrada (León) Tel.: 987 42 68 74 E-mail: jarias@agencia.axa-seguros.es C/ Toral, nº1 - 24380 - Puente Domingo Florez Tel.: 987 46 04 41</p>  |
|  <p>ASESORÍA LA CABRERA</p> <p>Tfno./Fax: 987 460 501 Móvil Loli: 609 893 172 Móvil Juan Carlos: 603 855 814</p> <p>Calle Toral, 21 - 24380 Puente de Domingo Flórez (León) dblanc@tiservinet.es</p> |  | <p>PIZARRAS FEDERICO</p> <p>C/Chao de Marco, 41 24380 P.D. Flórez (León)</p> <p>987 460 036 629 837 193 699 992 627</p> <p>Venta Pizarra Rústica Aplantillada</p> |
| <p>COMERCIALIZADORA DE ENERGÍA BENUZA Y BAÑESA, S.L.</p>  <p>Calle Toral 15 24380 Puente de Domingo Flórez Tfnos: 987 460 815 / 679 095 619 www.coebb.es info@coebb.es / energia@coebb.es</p> |  <p>CUBIERTAS DE PIZARRA</p> <p>PIZARRA RÚSTICA ROMBO RECTANGULAR GRANEL REDONDEADA</p> <p>988320844 606423219 CUFA@CUFA.ES</p> |  <p>S & H DEL CABRERA, S.L. DISTRIBUCIÓN</p> |

OPINIÓN

EL ESTUDIO DE LA HISTORIA

Historia es una asignatura que nos acompaña desde que somos pequeños hasta que acabas bachiller, incluso, dependiendo de la carrera universitaria que elijamos, seguiremos estudiando historia. Aun cursándola durante tanto tiempo probablemente sea una de las asignaturas que menos gustan a los estudiantes.

A los alumnos les suele parecer aburrida, aunque a buenos ojos es una de las asignaturas más interesantes. El problema es cómo y qué se suele enseñar. El sistema educativo actual prioriza modelos de aprendizaje basados en la memoria, pero al alumno le resulta casi imposible asimilar temas densos y con tan alta acumulación de datos. Podemos enfocar la historia a modo de película para hacerla más atrayente y asequible. Y aquí es donde surge la duda: si estudiáramos la historia de manera más práctica, ¿habría mejores resultados?

Asimismo, en relación con el estudio de la historia también deberíamos introducir otro debate: ¿qué nos enseñan? Esta pregunta no se limita al ámbito de institutos o colegios, sino que habría que extenderlo a internet y a los libros. Hay muchos temas que podría decirse que están censurados, de los que apenas nos hablan o sobre los que nos cuesta mucho encontrar información. Un muy buen ejemplo de estos “temas proscritos” es la historia de Europa del siglo XX. Con esto entramos en el debate de si es bueno o malo abordar temas recientes y políticamente “delicados” o extremistas que afectaron a nuestro entorno; por un lado, podemos pensar que es arriesgado ya que podrían germinar ciertos pensamientos radicales, pero, por otro lado, dando a conocer ambas versiones, podemos concienciar a las personas y así lograr que no se repita lo ocurrido.

Es evidente que la historia, nos guste o no, es importante para nosotros y para nuestro futuro y tratarla con calma y rigor garantiza una formación sólida y responsable.

Ariadna García Gallego – 4º ESO

ZOMBIS TECNOLÓGICOS



La sociedad, y junto con ella nuestra vida, han cambiado mucho en poco tiempo, pero no todos los cambios son necesariamente buenos.

Estamos viviendo una época frenética de cambios informáticos. Ya existen inteligencias artificiales que hacen todo lo que les pidamos: lo único que tenemos que hacer nosotros es escribir un par de oraciones, lo demás lo hará la inteligencia por nosotros. Actos que parecen tan insignificantes como este repercute en nosotros fuertemente, ya que pueden generarnos un déficit de imaginación y opinión propia.

Esta anestesia de nuestra capacidad de imaginación y pensamiento crítico nos pueden llevar a una especie de esclavitud, y el esclavista, aunque no lo creamos, será la tecnología. Cada vez más, estamos pegados a las tecnologías. No sales de casa sin tu móvil, ¿verdad? Pueden ser de gran ayuda, pero nos están alejando de vivir, perdemos muchos momentos por estar mirando una pantalla y sí, los momentos que vivimos los queremos inmortalizar en una foto o en un vídeo, pero ¿eso tiene sentido?

Debemos aprender a poner límites a las tecnologías y a todo lo que nos pueda causar daños o pérdidas, aprender a vivir y compartir momentos con aquellos a quienes queremos. De no hacerlo, puede que algún día tengamos que arrepentirnos.

Ariadna García Gallego – 4º ESO

LOCAL / TU ENTORNO

MOVILÍZATE POR LA SELVA

EDUCACIÓN AMBIENTAL

¿Sabes qué es el coltán? Puedes encontrarlo principalmente en teléfonos móviles, pero también en ordenadores y consolas. Este mineral, imprescindible para el funcionamiento de todos estos dispositivos, se extrae fundamentalmente en las minas de República Democrática del Congo, donde se emplea mano de obra infantil o semiesclavizada, destruyendo además los hábitats de muchas especies de chimpancés y gorilas, en grave peligro debido a la caza furtiva y la deforestación.



¿Qué podemos hacer nosotros para ayudar? A la hora de comprar un nuevo dispositivo, asegúrate de que la marca no fabrica sus terminales con materiales procedentes de zonas en conflicto, además, puedes reciclar los teléfonos que no utilices.

Durante este curso los **alumnos y alumnas de 1º de E.S.O.** llevaron a cabo una recogida de teléfonos móviles usados dentro de la campaña “**Movilízate por la selva**”, en colaboración con el Instituto Jane Goodall España. Los más de 60 teléfonos conseguidos servirán para reducir la demanda de coltán y ayudar a preservar así los ecosistemas africanos.

Y como reconocimiento a esta gran labor, el Instituto les otorgó el apadrinamiento de estos dos chimpancés tan “monos”.

Os presentamos a Zezé y Anzac.



INCENDIO



Durante el mes de julio del verano de 2022 la comarca de Valdeorras y Sierra da Encina da Lastra vivió uno de los hechos más dramáticos que se recuerdan entre las generaciones que conviven en estas tierras, sufriendo un incendio que dejó muchos problemas a las zonas afectadas. Como no es lo mismo leer la noticia que vivirlo, hemos decidido entrevistar a varias personas que lo presenciaron de primera mano.

¿Ha habido otros incendios en la zona?

La gente de esta zona recuerda el incendio tan grande del año 2001, aunque ha habido varios más pero no han sido tan grandes como el del año pasado o el de 2001.

¿Cómo ha afectado este incendio?

Ha afectado sobre todo a la vegetación, dejando un paisaje sombrío de ceniza, que contrasta con el paisaje verde característico de esta zona. Pero no solo al paisaje, los vecinos han perdido sus propiedades y la producción de sus tierras, vinculándose directamente con las pérdidas económicas, viñedos quemados, plantaciones de pino...

Este incendio ha sido un completo desastre para todos y será difícil de recuperar lo perdido.

Se puede evitar ¿Cómo?

Los incendios se pueden evitar haciendo cortafuegos para que el fuego no pase a otras zonas, es decir, más inversiones en labores preventivas de desbroce. A parte de desbrozar, se podría utilizar el pastoreo.

¿Cómo se puede recuperar lo perdido?

Mediante replantaciones forestales, también deben quedar semillas y/o plantas vivas en la misma zona quemada o en sus proximidades para estas replantaciones de la vegetación autóctona de la zona.

¿Cómo afectó a la población?

Desde el punto de vista de los vecinos el incendio fue una catástrofe moral, los vecinos que tuvieron el incendio más cerca sufrieron algunos ataques de, ansiedad o miedo. Se vieron lágrimas de impotencia ante la capacidad de no poder pararlo con sus medios propios.

3º E.S.O Bilingüe

INCENDIO DE PUENTE DOMINGO FLOREZ

El incendio de Puente de Domingo Flórez ocurrió a principios de Julio del 2022, en esas fechas yo no me encontraba allí, estaba de vacaciones, pero mis amigos me contaban todos los días por teléfono que estaba sucediendo con el incendio. También, se desahogaban contándome que estaban afectados y preocupados ya que algunos de sus familiares habían perdido todas sus cosechas con las que podían alimentarse y vivir, y tenían mucho miedo de que el fuego pudiera llegar a alcanzar sus casas. Mi madre se encontraba en Puente de Domingo Flórez cuando el incendio se produjo y esto me ha contado acerca de cómo lo vivió ella:



Ella lo paso muy mal, ya que tenía que ir todas las tardes a trabajar, el calor era insoportable, por un lado, las altas temperaturas de julio y por otro el calor que desprendían las llamas, Además, no te podías refrescar en ningún lado puesto que habían cerrado la piscina municipal e ir al río era peligroso. También, estaba preocupada por el estado de ánimo de sus amigas y familiares que lo estaban pasando muy mal.

A nosotros no nos afectó directamente, ya que vivimos en una zona en la que el fuego no llegó, pero estuvimos muy apenados por las trágicas consecuencias del incendio. Antes por nuestra ventana solo se veía verde y naturaleza y ahora solo se ve el destrozo que ha producido este incendio.

Por culpa de este suceso, miles de hectáreas fueron arrasadas lo que produjo la muerte de casi toda la fauna y la flora de la zona. En mi opinión se deberían tomar algunas medidas para que no se volviera a producir este suceso como construir más cortafuegos, no hacer fogatas en el monte y prohibir fumar en el campo.

Ginés Javier Fernández Cabanes

**I.E.S.O. Puente de
Domingo Flórez**

EL TERRIBLE INCENDIO EN GALICIA

Recuerdo el primer día que empezamos a ver humareda. Estábamos todos en la piscina del Puente sin pensar que el fuego podría llegar hasta aquí, tan cerca de nuestras casas.



Dos días después comenzó la verdadera tragedia, las llamas empezaron a verse a lo lejos, pero al mismo tiempo cada vez más y más cerca. El primer día que las llamas sobrepasaron por encima de mi casa empezamos a hacer maletas por si acaso teníamos que evacuar el pueblo, aunque yo no pensaba irme y dejar mi casa en esas circunstancias.

Las campanas del pueblo llegaron a sonar hasta 3 veces para que entrásemos en nuestras casas y no saliésemos debido a que los bomberos en helicóptero estaban echando un líquido tanto en el suelo como en el monte para que el fuego no tuviese tanta fuerza.

Fueron unos días largos y muy desagradables en los cuales veías a la gente del pueblo con garrafas y mangueras humedeciendo casas, cuadras, garajes. Había momentos en los que el fuego se calmaba, pero poco después volvía a reavivarse.



En un momento determinado una piña voladora aterrizó desde 100 metros en un campo al lado de mi casa y este empezó a arder, rápidamente vinieron los bomberos y controlaron el fuego.

Tras una semana de angustia todo acabó solucionándose. A pesar de dejarnos un paisaje quemado y parajes arrasados, estamos muy contentos de que no hubiera mayores pérdidas materiales ni víctimas.

¡ADIÓS, MUCHACHOS!

I close my eyes / only for a moment and the moment's gone, cantaba la banda norteamericana Kansas en uno de sus más célebres temas, *Dust in the Wind*, refiriéndose a lo efímero del paso del tiempo. Cuando llegan estas fechas de anunciada despedida siempre tengo la misma sensación: el tiempo se esfuma en un abrir y cerrar de ojos, y no espera a nadie. Las horas, los días y los años se suceden con disciplina nórdica, y más te vale aprovechar cada instante porque todo tu dinero no podrá comprar otro minuto, como sentenciaban los roqueros del Medio Oeste en su conmovedora balada.

Ningún reloj, ni Casio ni Rolex, ha sabido nunca medir la auténtica dimensión del tiempo. Resulta muy difícil calcular lo que cabe dentro de los cuatro años que han pasado desde aquel septiembre en que estrenasteis centro y etapa. Pero teniendo en cuenta que esta coincide con vuestra pubertad y adolescencia, me inclino a pensar que la maleta que estáis a punto de cerrar antes de iniciar vuestro próximo viaje guardará un abultado ovillo de recuerdos, sentimientos, conocimientos y cambios que algún día el tiempo se encargará de desenmarañar para tejer con el hilo de la memoria vuestro propio relato de lo vivido.

Lejos queda ya aquel exiguo ramillete de niños de mirada entre párvula, traviesa y abrumada que se asomaba al centro con la formalidad de quien se siente observado y quiere causar una buena impresión en su primer día. Vuestros primeros pasos en la etapa fueron dubitativos, con las lógicas dificultades de todo el que rompe a andar. Nuevos espacios, sistemas, referentes, rutinas... Y justo cuando empezabais a afianzaros y estabais a punto de alcanzar velocidad de crucero, llegó la pandemia a frenar en seco nuestra forma de vida. Pero de todo se sale, porque construir el futuro no es más que elegir el pasado que nos acompañará en la vida, y nuestra memoria, esa gran fabuladora, tiende a protegernos de nuestros propios abismos. Así que, aunque con espartanos protocolos, volvimos. Y el tiempo siguió corriendo.

Os hemos visto crecer y madurar, tanto en lo académico como en lo personal. Las horas de aprendizaje, proyectos en grupo, exámenes, tareas individuales, actividades complementarias, presentaciones orales (nada de todo ello exento de protesta o crítica por vuestra parte, tradición obliga) os han ido dotando, casi sin que os dierais cuenta, de unas herramientas que os han hecho más autónomos y por lo tanto más libres. Os serán de gran ayuda para encontrar la autenticidad en el nutrido supermercado de la desinformación, y también para definir vuestro perfil profesional.

Amanece una nueva etapa en la que tendréis que tomar decisiones que marcarán vuestro futuro. Si me permitís un consejo, poned la vista lejos y seguid vuestra propia estrella, huyendo del camino más fácil y buscando en vuestros sueños una vocación. Como escribió Juan Ramón Jiménez en *Política poética*: “Quien tiene un empleo hace su labor para ganar dinero; quien tiene una vocación consigue que el amor a su trabajo sea un ámbito de compromiso humano.”

El verdadero viaje comienza ahí donde nuestras certezas terminan. El destino trasciende los límites de lo físico; es una mirada renovada, un constante aprendizaje, un pasaporte en vigor al otro lado de la frontera de nuestros miedos. Estoy convencido de que, aunque la cremallera amenace con reventar las costuras, vuestra maleta tendrá reservado un doble fondo en el que dormirá la esencia de todos estos años. Lo demás es polvo en el viento.

Francisco J. Arbide
Director



Ana Belén Allen Loureiro
Geografía e historia



M^a Inés Alonso del Rey
TUTORA/orientadora



Francisco J. Andrade Arnequi
DIRECTOR/inglés



Eva N. Kaya Miguélez
JEFE DE ESTUDIOS/tecnología



Agustín Cascaitana Riob
geografía e historia



María Bécarras García
biología y geología



M^a Elena Pérez Vidal
economía



Patricia Desvir
*Albornoz Cimas
física y química/matemáticas*



Jennifer Sarmiento Hidalgo
educación física



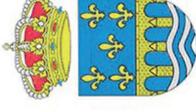
Isabel Cerezales González
francés



Melania Barbara
*Rodríguez Menayo
música*



Pedro Bermejo Romo
lengua castellana y literatura



INSTITUTO ENSEÑANZA SECUNDARIA OBLIGATORIA

4º E.S.O. PROMOCIÓN 2022-2023

PUENTE DE DOMINGO FLOREZ



Leo



Iván



Ariadna



Jesús



Henrijs



Leire

Velasco Robles

Stisans

Pérez Carrera

García Gallego

García Blanco

Blanco Rey

NO ES UN ADIOS, ES UN HASTA LUEGO

Es difícil expresar con palabras todas las emociones que sentimos ahora, pero llega el momento de decir adiós a este instituto y continuar con nuestros estudios fuera.

Durante estos años, hemos compartido risas, lágrimas, alegrías y desafíos. Hemos pasado varios años aquí, enfrentando los obstáculos que se nos presentaron y celebrando nuestros logros. Han sido de esos momentos que no se nos olvidarán nunca. Cada uno de nosotros hemos dejado nuestra propia marca en este centro, y ahora estamos listos para irnos, llevando con nosotros los recuerdos y sobre todo a cada uno de los profesores que han estado hasta ahora.

Para todos los que sigáis aquí el año que viene, aprovechad esta etapa al máximo por que el tiempo vuela y parece que no, pero la secundaria pasa volando. Ya no queda nada para terminar esta etapa, parece que sí, pero no os queda nada y cuando menos lo esperéis estaréis aquí esperando dar el salto final hacia una nueva etapa.

Gracias a todos por todo



Iván, Jesús, Ariadna, Leo, Henrijs y Leire
Alumnos de 4º ESO

El mensaje importa.

En octubre, dos de los cinco alumnos que hicimos el corto "El mensaje importa", fuimos a Fuente Obejuna (Córdoba) porque nuestro trabajo fue seleccionado en el festival que allí se celebraba. Se trata de un corto de animación, una metáfora de cómo los mensajes que recibimos nos pueden anular o hacer crecer nuestra autoestima.

El festival FOCO nos dio la oportunidad de conocer a gente excelente: nos trataron súper bien y nos hicieron sentir como en casa. Muchos de nuestros compañeros de festival se han convertido en amigos.

Durante nuestra estancia en Fuente Obejuna disfrutamos mucho, tanto con las actividades del programa como en el pueblo con nuestros compañeros. Los profesores eran increíblemente agradables y daba gusto hacer las actividades con ellos: fue muy ameno y divertido.

Ya en la gala ninguno de nosotros esperábamos ganar, pero descubrimos que, con esfuerzo y trabajo, todo es posible. Asombrados, emocionados y muy agradecidos, recogimos el premio.

Poder compartir escenario con alumnos de toda España por nuestros propios méritos fue un auténtico privilegio.

Una experiencia inolvidable





1° E.S.O.



2° E.S.O.



3° E.S.O.

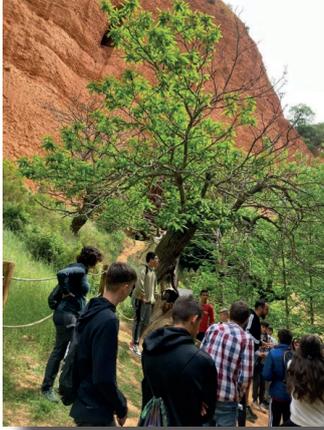


4° E.S.O.



MÉDULAS TRIP

En la excursión que realizamos a Las Médulas, Patrimonio de la Humanidad desde 1997, consistió en una visita al Aula Arqueológica y un paseo por la Senda de la Valiñas.



Después, salimos del Aula Arqueológica y nos dirigimos a La Cueva, durante el camino el íbamos parando y nos explicaban cosas sobre las especies vegetales y la historia geológica del paisaje de Las Médulas. En la última parada, en la Cueva nos comentaron lo importante que es valorar y cuidar patrimonio histórico Las Médulas para que así las generaciones futuras puedan conocerlo y disfrutarlo. Finalizada la visita, fuimos al Lago de Carucedo a merendar y a pasar un buen rato, mientras descansábamos y jugábamos, al bádminon y al fútbol, antes de regresar a casa.

Una vez que llegamos al aparcamiento y antes de empezar la ruta y la visita, hicimos grupos para poder ir respondiendo, a lo largo de la excursión, a una serie de preguntas que se clasificaban en 3 niveles: Nivel Bronce, Nivel Plata y Nivel Oro.

Hechos los grupos, el guía nos llevó hasta el Aula Arqueológica, donde nos explicó detalladamente las tres fases de formación de la mina de Las Médulas, la técnica empleada: el "Ruina Montium", la ubicación de los Castros prerromanos y su especialización como el de Orellán, que se dedicaban a elaborar herramientas para los trabajadores de la mina, o la red de canalización que recorre la Sierra de la Cabrera.



Paula Arredondas Voces
3º ESO



THE ENGLISH CORNER



From Latvia to Spain

My name is Henrijs Slīšāns, I moved to Spain from Latvia almost 3 years ago, and in this article, I will be sharing my experience in Spain, how I have settled in and more!

At the very start, it was quite hard to adapt, especially since I didn't know any Spanish. With the help of some teachers and a private tutor, I made it past the first year just barely. The first year as a whole wasn't very eventful, keeping in mind that because of the pandemic that was going on at the time, it was quite difficult to do anything.

During the second year, I already had a better base of Spanish, but it still wasn't nowhere near perfect. It was during this year that I started to make more connections and friendships, and I started feeling a lot better about myself. Luckily, an even brighter future was ahead of me, the restrictions of the pandemic were starting to slowly shut down. That meant that I no longer had the need to be as careful to just go outside. It was around this moment that I started to go outside to the park and just hang out with other people. It was also around this time that I felt like the culture could start to be enjoyed in its full potential, since before most things weren't happening because of the restrictions. The best example of these are the Spanish fiestas. I use the Spanish word fiesta, because it doesn't sound right if you just use the English word party, it feels like they don't have the same meaning. The second year's summer was by far the superior one comparing both summers I have spent in Spain.

The final year (that is still ongoing) is definitely my peak here in Spain, I really like most of the people and I finally feel accepted by everyone. At last I feel like my Spanish is good enough to maintain normal conversations with anyone, although it definitely isn't perfect yet. This has been such a good year; I have been enjoying most of it. This was also the first year where we had a lot of cool excursions and activities provided by the school.

I am really glad for all the people who have been nice, and I am especially glad to the ones who I have made close connections with within this short time, and to Spain in general for giving me such a great time. I really feel accepted here and I am so grateful to the town and country, and I hope the years keep improving as they have been so far.

Henrijs Slīšāns - 4^oESO



ENGLISH WEEK



A TRIP TO RAMSGATE

After several years of absence because of COVID, our school is once again organizing one of the most captivating journeys of the year: we call it the English Week. This year we organized a trip to Ramsgate, a small town in the Southeast of England. It was immediately after Easter holidays, from 10th to 16th April.

This extraordinary experience involved staying with host families, attending an English school, exploring renowned tourist attractions (London, Canterbury...), delving into the rich culture, and engaging in a wide range of fun activities and games. It was an unforgettable English immersion adventure that will leave a lasting impression.

In these lines, three of our bilingual students share their experience in Ramsgate.

MONDAY AND TUESDAY IN ENGLAND.



We were feeling so nervous but absolutely thrilled as we prepared for our departure. At 3:00 a.m. our bus left for the Oporto Airport, where we would board our flight to London.

The bus ride from London Gatwick to Ramsgate, the town where we were staying, took around 2 hours. When we arrived in Ramsgate, the instructors provided us with papers with the schedule for the next days in class. A taxi dropped us off at our respective houses, all of which were conveniently located near the school.

We unpacked our suitcases and, at 7:00 p.m., went to a "pub" where we had a games night. Exhausted from the day, we returned home early and went to bed.



On **Tuesday**, classes began at 9:00 a.m. with Elliot, lasting only 3 hours. At noon, we enjoyed a "delicious" English meal in the canteen, then we took a break, and we played the "treasure hunt", a game with an instructor around town. They gave us keys to solve a problem and when we finished, the winning team feasted on lots of sweets.

At 6:00 p.m., we returned home to have a shower and have dinner, and one hour later we went back to the tavern to watch a film. Finally, we came back home to sleep because it was only the second day but we were still quite tired.

The last days were obviously the best, yet in the midst of our excitement, we couldn't realize that it was possibly going to be one of the most memorable weeks of our lives.

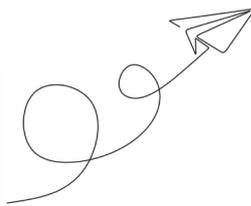


WEDNESDAY AND THURSDAY IN ENGLAND: CANTERBURY.

On **Wednesday**, we woke up at 8:00 a.m. and had breakfast. We attended classes from 9 o'clock until noon. We had lunch at 12:30 p.m.: we enjoyed fish and chips. Then we took a minibus to the lovely city of Canterbury. We spent the afternoon in Canterbury till 7:30 p.m. Then we got on the minibus back to Ramsgate. We had supper at about 8:15 p.m. and we spent the rest of the evening doing activities with our host families. In my opinion, Canterbury is one of the most beautiful cities I've ever been to, for every step I took I felt that I was in the past, like Medieval times; the houses were very old but very well cared and beautiful. It was very fun to spend the afternoon there.



On **Thursday**, we also woke up at 8:00 am and we had breakfast. At 9 o'clock we went to class until 12 o'clock and we had lunch. At 13:30 p.m. we set off for a walk along the coast to Broadstairs. Along the way, there was a light rain, but luckily, we had taken our rain-coats and continued the walk! In the town of Broadstairs, we had free time and some of us got ahead of the group and enjoyed one of the most famous ice creams of the world at the famous Morelli's Gelato ice cream shop. Later we went back to Ramsgate on foot and had dinner with our host families. Once we had finished, we headed to Churchill House where we had a party!



Aitana González Rivera
3ºESO Bilingüe

FRIDAY, SATURDAY, AND SUNDAY IN ENGLAND: LONDON



Getting closer to the weekend, on **Friday** morning, we presented our projects on the creation of a city, and, in addition, our teacher Elliot gave us a certificate and a student course report. At half past twelve, we had lunch and then some time to relax. In the afternoon we visited a typical marine church and Ramsgate's port. Here, our monitor Diana, had prepared a selfie contest for us, where we had to take photos with the different things or people from a provided list, such as dancing ballet, with a waiter, with someone wearing a football T-shirt, and a lot of more things. After that, we had some fun at an arcade called Ramsgate Boulevard Family Amusements. Finally, we returned home, took a shower, had dinner, and went to sleep.

Saturday was the long-awaited day of our trip. We went to London! We were so excited! As we arrived, the first landmark we saw was the London Eye. Then Queen Elizabeth Tower, better known as Big Ben, and the typical London phone booths. On this day Dany joined us and explained everything we were watching. Dany took us to Westminster Abbey and Buckingham, crossing by the Palace Horse Gate Parade and Hyde Park, where we spotted squirrels and ducks. In the street leading to Trafalgar Square, we saw a lot of typical buses and taxis, and in the square, we took pictures with the lion statues. At around 12 o'clock, we reached Leicester Square, Chinatown, and Covent Garden. Dany gave us free time until 5 o'clock to buy souvenirs and eat. We bought a lot of things and obviously visited the LEGO and M&M's shops. In England, the days are very short, so we had to leave early to go back to Ramsgate. What a pity! London is such an awesome city...

On **Sunday**, the last day of our trip, we made our last visit to the city and the Poundland. We had lunch and headed to the airport to catch our flight to Santiago. We arrived in Spain at midnight, and this was the sad moment of the trip as we said goodbye to Diana, causing some of us to shed tears.

We loved the trip and of course we learned a lot of English!!



María Ramón Díaz
3ºESO Bilingüe

EDUCACION

EXPRESIÓN

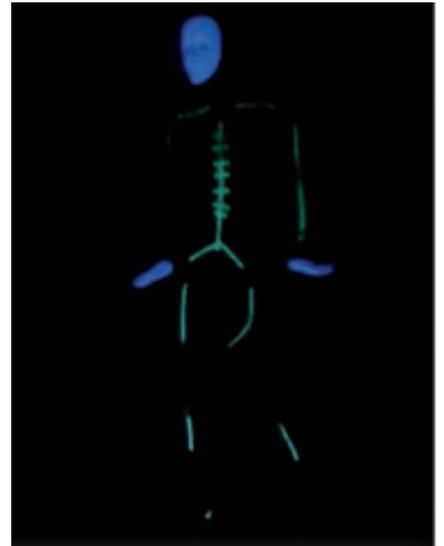
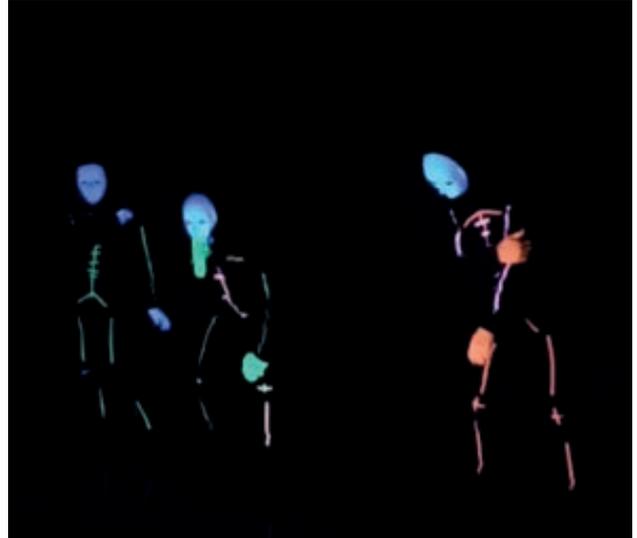
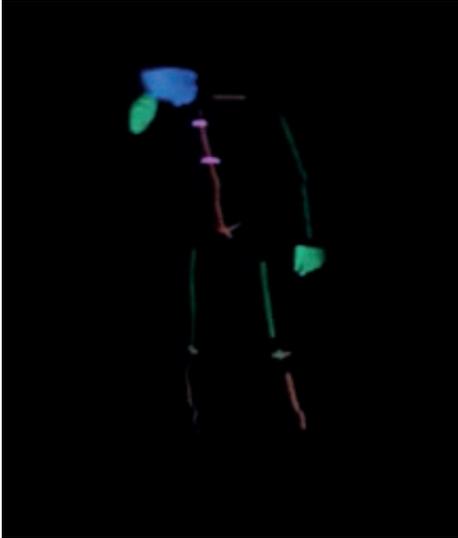
Nuestro alumnado de 3º ESO ha trabajado la expresión corporal a través de las sombras...



FISICA

CORPORAL

...y nuestro alumnado de 4º ESO ha trabajado la expresión corporal a través de la luz negra.



¿CÓMO PODEMOS MEJORAR LA COMUNICACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS EN LA ADOLESCENCIA?

La comunicación entre padres e hijos adolescentes es un tema crucial y a menudo difícil. La adolescencia es una época de cambios, tanto físicos como emocionales, y los jóvenes pueden sentir que se les escapa el control de sus vidas. Los padres pueden sentir que sus hijos están alejándose de ellos, que no los escuchan, que son rebeldes y desafiantes.

¿Cómo podemos mejorar la comunicación entre padres e hijos en esta etapa de la vida?

Desde la orientación educativa, vemos como muchos jóvenes se sienten incomprendidos por sus padres y muchos padres frustrados y perdidos a la hora de manejar a sus hijos. Una de las claves para una buena comunicación es la escucha activa. Escuchar activamente significa prestar atención a lo que el otro está diciendo, sin juzgar, criticar o interrumpir. Los adolescentes necesitan sentir que sus padres los escuchan y los entienden, incluso si no están de acuerdo con ellos.



Otro elemento crucial es establecer límites claros y respetarlos. Los adolescentes necesitan sentir que tienen cierto control sobre sus vidas, pero también necesitan sentir que sus padres están allí para guiarlos y protegerlos. Al establecer límites claros, los padres les dan a sus hijos una sensación de seguridad y confianza. Pero establecer límites no significa ser autoritario o dictatorial: los padres deben estar abiertos a negociar y comprometerse en ciertas áreas.

Finalmente, los padres deben estar dispuestos a ser honestos y transparentes con sus hijos. Si los padres han cometido errores, es importante admitirlos y pedir disculpas. Si los padres están pasando por un momento difícil, como un divorcio o una enfermedad, es importante hablar con sus hijos de manera honesta y explicarles las cosas de la manera más comprensible posible.

En resumen, la comunicación entre padres e hijos adolescentes es clave para una relación saludable y armoniosa. La escucha activa, el establecimiento de límites claros y la honestidad son elementos necesarios para lograr una buena comunicación.

Como orientadora educativa, aliento a los padres a ser pacientes y comprensivos con sus hijos adolescentes, y a buscar ayuda profesional si sienten que necesitan orientación adicional.

Y... ¿CÓMO HAGO CON LOS ESTUDIOS?

En muchas ocasiones, sentarnos frente a los libros, apuntes... no es tarea fácil y no solo porque nos de pereza sino porque a veces nos pasa que pasamos horas y horas frente a los apuntes y no hemos avanzado nada...

¿Has pensado alguna vez que quizá el problema está en que no lo estás haciendo correctamente?

Es importante que como alumnos aprendáis a estudiar de manera eficiente, ya que esto os permitirá optimizar el tiempo y el esfuerzo, reducir la ansiedad y el estrés asociados al estudio, y mejorar el rendimiento académico.

Para lograrlo, es esencial que dominéis algunas técnicas de estudio y aprendáis a organizaros de manera efectiva.

Las técnicas de estudio son estrategias que los estudiantes debemos utilizar para mejorar la comprensión, retención y recuperación de la información.

CUANDO ESTAS ESTUDIANDO Y NO ENTIENDES NI EL TITULO



Entre las técnicas de estudio más comunes se encuentran:

- *La lectura activa: implica la identificación de los puntos clave en el texto y su resumen en notas.*
- *El subrayado y la toma de notas: se utilizan para destacar los puntos clave en el texto y para tomar notas que resuman y organicen la información.*
- *La elaboración de mapas conceptuales: permite visualizar la información de manera estructurada y jerarquizada.*
- *La memorización y repetición: se utilizan para fijar la información en la memoria a corto y largo plazo.*

Por otro lado, es fundamental que aprendáis a organizaros para estudiar de manera efectiva. Esto incluye la planificación del tiempo de estudio, la creación de un ambiente de estudio adecuado, y la gestión de las tareas y proyectos a lo largo del tiempo. En resumen, la ESO es un período crucial para el desarrollo de habilidades y hábitos de estudio efectivos.

Como estudiante debes aprender técnicas de estudio que te permitan comprender, retener y recuperar la información de manera efectiva, así como aprender a organizarte para optimizar el tiempo y esfuerzo. De esta manera, se pueden mejorar el rendimiento académico y prepararse para la carrera académica y profesional.

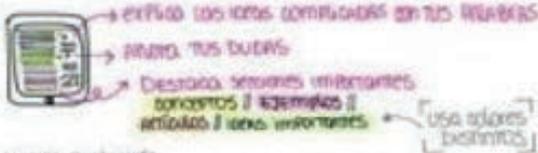
A continuación, te presento algunas pautas que pueden ser útiles para saber estudiar en la ESO y tener éxito:

- *Establece un horario de estudio: Es importante planificar el tiempo de estudio para evitar distracciones y asegurarse de que se cubran todas las materias de forma efectiva.*
- *Crea un ambiente de estudio adecuado: Busca un lugar tranquilo, cómodo y bien iluminado para estudiar. Asegúrate de que esté libre de distracciones, como dispositivos electrónicos, televisión, etc.*
- *Utiliza técnicas de estudio efectivas: Utiliza técnicas como la lectura activa, el subrayado, la toma de notas, la elaboración de mapas conceptuales, etc. Estas técnicas pueden ayudarte a comprender mejor la información y recordarla con mayor facilidad.*
- *Sé organizado: Organiza tus apuntes, tareas y proyectos de manera efectiva para que no se te acumulen y te abrumen. Utiliza agendas, calendarios, listas de tareas, etc.*
- *Pide ayuda si la necesitas: Si tienes dudas o no entiendes algo, no dudes en preguntar a tus profesores o compañeros. También puedes acudir a un tutor o a un profesor particular si necesitas más ayuda.*
- *Participa activamente en clase: Presta atención en clase y participa activamente en las discusiones y actividades. Esto te ayudará a comprender mejor los temas y a retener la información con mayor facilidad.*
- *Practica la disciplina y la constancia: Estudiar requiere disciplina y constancia. Dedicar tiempo a estudiar regularmente y no esperes hasta el último momento para hacerlo.*

CÓMO ESTUDIAR

1 PREPARA TUS CLASES

Lee los textos ANTES de la clase



¿eres evaluación del libro en clase? → si es necesario crea inmediatamente una GUÍA DE ESTUDIO

¿el texto es la fuente principal de materia? →

2 EN CLASES

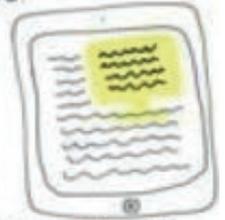
Toma APUNTES de TODO LO QUE SE DIGA EN CLASES

→ SOBRETUDO: EJEMPLOS, TEORÍAS DEL PROFE, POSIBLES PREGUNTAS DE PRUEBA, TEMAS QUE EL PROFE ENFATIZA, ETC.

→ Pon ATENCIÓN!



→ HAS PREGUNTAS



SI YA TIENES LA GUÍA DE ESTUDIO, SOLO ESCRIBE COMENTARIOS SOBRE ELLA

3 DESPUÉS DE CLASES

I CREA UNA GUÍA DE ESTUDIO

→ CON TUS APUNTES Y LA MATERIA DEL TEXTO

1 HORA (mínimo)

→ O, COMPLEMENTA LA QUE YA HICISTE CON LOS COMENTARIOS QUE ANOTASTE EN CLASES

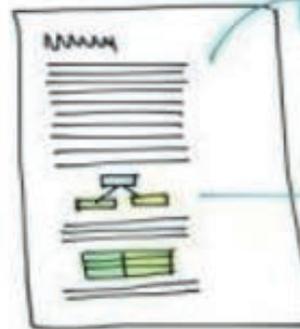
DENTRO DE LAS 24 hrs SIGUIENTES A LA CLASE



1 hora (mínimo)

→ ANOTA MÁS DE 1 TEORÍA DE ESTUDIO (una y máximas?)

II ESTUDIA LA GUÍA DE ESTUDIO



→ EXPLICA LA MATERIA CON TUS PALABRAS (IMAGINA QUE LA ESTÁS EXPLICANDO A ALGUIEN MÁS, HAZLO DE FORMA SIMPLE Y RESUMIDA)

→ TRANSFORMA EL CONTENIDO (crea DIAGRAMAS, TABLAS, "BULLET POINTS", etc.)

DEJA UN GRAN MARGEN A LA DERECHA



4 { REPASO }

EL FIN DE SEMANA DEDICA 30 MINUTOS A REPASAR LA MATERIA VISTA EN LA SEMANA

5 PREPARA TUS PRUEBAS

"STUDY PLAN"

FIXA LA FECHA DE LA PRUEBA, Y DISTRIBUYE EL CONTENIDO EN VARIOS DÍAS/SEMANAS. DECIDE QUÉ VAS A ESTUDIAR, QUÉ DÍA, Y USANDO QUÉ MÉTODOS DE ESTUDIO.

¿CÓMO SABER QUÉ ES IMPORTANTE?

PIENSA → ¿NECESITO SABER ÉSTO?
→ ¿PUEDE PREGUNTÁRMELO EN LA PRUEBA?

Si siguiendo estas pautas, podrás desarrollar hábitos de estudio efectivos y aumentar tus posibilidades de éxito en la ESO. Recuerda que el éxito académico no es algo que suceda de la noche a la mañana, sino que requiere trabajo constante y dedicación a largo plazo.

ORIENTACIÓN ACADÉMICA

VUELVE LA ESCUELA DE FAMILIAS AL IESO PUENTE DE DOMINGO FLÓREZ



Tras el parón obligatorio de la pandemia, **la Escuela de Familias ha vuelto** al IESO Puente de Domingo Flórez en este curso 2022/2023

escuela
de
familias

En una sociedad en constante evolución, resulta necesario contar con herramientas eficaces que permitan a los padres involucrarse activamente en la educación de sus hijos. Y es justo ahí donde cobra importancia una escuela de familias.

La ESO es una etapa crucial en la educación de los jóvenes, donde se les prepara para enfrentar nuevos desafíos y adquirir habilidades necesarias para su desarrollo personal y académico. En este sentido, la escuela de familias en la ESO se convierte en una herramienta valiosa para los padres, ya que les permite colaborar activamente en el aprendizaje de sus hijos y fomentar su interés por la escuela y los estudios.

La escuela de familias no solo implica un espacio para la comunicación entre los padres y los docentes, sino que también ofrece charlas y actividades que fortalecen la relación entre la familia y la escuela. De esta manera, se logra la colaboración entre ambos agentes educativos, permitiendo que el alumno reciba un apoyo más completo y enriquecedor.

En este sentido se creó dicha actividad en nuestro centro en el curso 2018/2019 y tras la pandemia hemos vuelto con la idea de seguir trabajando de forma conjunta en la formación de familias de nuestro Centro.

La escuela de familias en la ESO supone un espacio donde los padres pueden informarse sobre cuestiones relativas a la educación de sus hijos, desde temas pedagógicos hasta cuestiones relativas a la convivencia escolar. Asimismo, resulta una oportunidad para compartir experiencias y preocupaciones en un ambiente de confianza y colaboración.

En conclusión, nuestra escuela de familias tiene el objetivo de trabajar para la formación y desarrollo de vuestros hijos. Generar espacios de encuentro, aprendizaje y colaboración entre la familia y la escuela fortalecer la relación entre ambas partes así como beneficiar al alumno en su proceso formativo.

Además, permite crear un enfoque integral en la educación de los hijos, donde el esfuerzo, el compromiso y la dedicación son valores que se fomentan desde todas las instancias educativas. Por ello os invitamos a todos a seguir participando de ella.



M.^a Inés Alonso del Rey
Orientadora

JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS DE LA FORMACIÓN PROFESIONAL EN PONFERRADA

La Formación Profesional es esencial en la actualidad, ya que se requieren habilidades y competencias específicas para trabajar en muchos campos y permite adquirir conocimientos y habilidades prácticas que permiten desarrollar una carrera exitosa en un campo de interés.

El pasado 19 de abril, los alumnos/as de 4º ESO acudimos a la Jornada de Puertas Abiertas de la Formación Profesional de Ponferrada. En este caso hemos podido visitar el IES Fuentes nuevas y el Centro Integrado de Formación Profesional. Con todo ello queremos hacer una reflexión sobre el valor y la importancia de la formación profesional tanto en nuestros estudios como en el acceso a un puesto de trabajo de calidad en el futuro.

POR QUÉ ESTUDIAR FORMACIÓN PROFESIONAL



Por eso os presentamos aquí los que, desde nuestro punto de vista son aspectos importantes a tener en cuenta si estáis dudando entre hacer un bachillerato o una FP más adelante:

► En primer lugar, la formación profesional es importante porque **proporciona la capacitación necesaria para trabajar en campos específicos**, como la tecnología de la información, la mecánica, la construcción y la salud, entre otros. Estos campos requieren habilidades y conocimientos técnicos específicos, que sólo se pueden adquirir a través de la formación profesional.

► Además, la formación profesional puede proporcionar una **ventaja competitiva en el mercado laboral**. Los empleadores buscan a menudo a los candidatos que tienen habilidades y experiencia específicas, y la formación profesional puede ayudarnos a desarrollar estas habilidades y a demostrar su conocimiento a los empleadores.

► La formación profesional también puede ser una forma de **asegurar un trabajo bien remunerado y seguro**. Muchos empleos en campos técnicos y especializados ofrecen salarios y beneficios competitivos, y la formación profesional puede ser una inversión a largo plazo para una carrera exitosa y estable.

► Por último, la formación profesional también puede ser una **herramienta valiosa para los trabajadores que buscan cambiar de carrera o avanzar en su campo actual**. La formación profesional puede proporcionar a los trabajadores las habilidades y conocimientos necesarios para hacer una transición exitosa a una nueva carrera o para avanzar en su carrera actual.

En resumen, la formación profesional es importante porque proporciona habilidades y conocimientos específicos necesarios para trabajar en campos técnicos y especializados, te da una ventaja competitiva en el mercado laboral, y te puede asegurar un trabajo bien remunerado y seguro.

Leire y Leo
Alumnos de 4º ESO



SEMANA CULTURAL

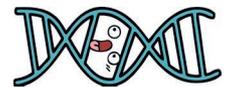
LA BIOLOGÍA EN LA SEMANA CULTURAL

Durante este curso hemos retomado la Semana Cultural y, desde la asignatura de Biología y Geología, hemos querido reivindicar la cultura científica como parte imprescindible del conocimiento.

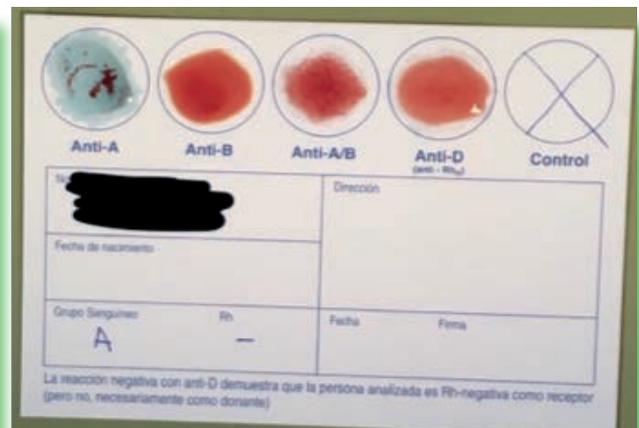
Los alumnos y alumnas de 1º de E.S.O. realizaron una **extracción de ADN de kiwi** para constatar que los vegetales, como seres vivos que son, también tienen material genético. Fue una práctica bastante pingosa y divertida en la que obtuvimos lo siguiente:



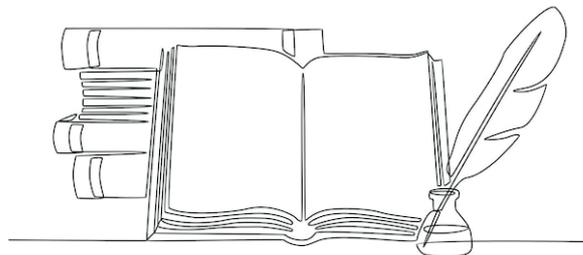
¿Puedes verlo?



Para el siguiente taller fue necesaria una pizca de valentía y una gota de sangre. Después, profesores y alumnos de todos los cursos ayudaron a realizar la reacción química en la que los anticuerpos se unen a los antígenos de los glóbulos rojos para decirnos cuál es **nuestro grupo sanguíneo**. ¡Nuestros alumnos se volvieron auténticos expertos a la hora de interpretar el test! Al fin y al cabo, no viene mal saber qué compañero o compañera te puede donar sangre en caso de necesidad...



ENCUENTROS LITERARIOS CON AUTORES



Las actividades complementarias y extraescolares son a la docencia en el aula lo que Watson a Holmes, Milú a Tintín, Sam a Frodo o Sancho a Don Quijote: un contrapunto perfecto. Tras casi tres años de involuntaria abstinencia, parafraseando el clásico de Aute **Al Alba**, podría decirse que este año la actividad formativa fuera del aula venía “con hambre atrasada”. Entre las numerosas actividades llevadas a cabo por el centro a lo largo del presente curso, la celebración de la Semana Cultural merece un capítulo aparte. Tuvo lugar entre el 22 y el 24 de febrero, recién enterrado Don Carnal, y fue la primera vez desde 2019 que pudimos disfrutar de ella.

Si hay una actividad que merece la pena fomentar dentro y fuera del aula, es la lectura, y más aún en tiempos en los que esta no goza de las más altas cotas de popularidad entre los adolescentes. Por tal motivo decidimos participar en el Programa de Actividades Literarias en Institutos de Enseñanza Secundaria 2023, en su modalidad Encuentros literarios con autores. Solicitamos la visita de dos autores para enriquecer nuestra Semana Cultural: **Sergio Castro** en el género de ensayo o literatura no ficción y **Noemí Sabugal** en narrativa. Aunque el Ministerio de Cultura y Deporte sólo designó a Noemí, Sergio se brindó a dar la charla igualmente, en un gesto que merece toda nuestra gratitud.



SERGIO CASTRO PROFESOR 10 DE MATE

El miércoles 22 de febrero nos visitó **Sergio Castro**, más conocido en las redes como **@profesor10demates**.

Este ponferradino, ingeniero de formación, “**niño en los 80 y profesor del siglo XXI**”, como a él le gusta presentarse, cuenta con más de 500.000 suscriptores en su canal de Youtube, y sus videos suman más de 160 millones de reproducciones: ¡ahí es nada! Semejantes cifras podrían llevarnos a pensar que su apelativo en redes responde a algún tipo de vanidad, pero nada más lejos: “El nombre no es por mí; es por la nota que espero que saquen mis alumnos en Matemáticas”.

A menudo el verdadero talento se esconde detrás de la humildad, y aunque bien podría presumir de las cotas alcanzadas, Sergio únicamente muestra su orgullo por tener la posibilidad de dedicarse a la profesión que más le gusta y que le ha permitido conocer a personas excepcionales y entablar amistad con otras a las que siempre había admirado. Una de esas personas fue **Ernesto García Camarero**, un genio de las matemáticas y la computación, un adelantado a su tiempo, responsable de la informatización de la Biblioteca Nacional, entre otros muchos méritos. Sergio lamentó el fallecimiento en 2022 de su buen amigo, un “sabio en zapatillas” que se marchó sin el debido reconocimiento.

Con su estilo desenfadado y cercano (ya llamaba “máquinas” a sus seguidores cuando Bisbal aún solo les saludaba por bulerías), Sergio aclaró que él es el 50% del proyecto: “Somos dos. Yo soy la cara visible, pero el alma del proyecto es Carmen, mi mujer”. Nos contó que, allá por 2012, fue Carmen quien alumbró la idea de crear un canal con vídeos sobre Matemáticas, Física y Química, “desde nivel cero al infinito y más allá”, como apuntó jocosamente, para ayudar a los estudiantes de todos los niveles y también a quienes, ya fuera del sistema educativo, intentaban reciclarse o promocionarse en sus puestos de trabajo, pero encontraban en estas materias un techo de cristal.

Además de sus colaboraciones con otros autores, Sergio Castro y **Carmen Rodríguez** -escritora y lectora apasionada, también conocida como “**la Señora Parker**”- han publicado cuatro libros de distinta índole. *Historia de las Matemáticas. Del cero al infinito* (The Galobart Books, 2019), es un libro que nos presenta las matemáticas de una manera accesible y con espíritu divulgativo. El objetivo es acercar las matemáticas a los menos iniciados y desterrar la idea de que estas no pueden ser divertidas. Con humor y frescura cuenta la relación de las matemáticas con la humanidad a través de 100 hitos y curiosidades, desde la prehistoria hasta hoy. Un libro divertido y visual, apto para todos los públicos.

Continuó su presentación con *La Olimpiada de los enigmas* (Harper Kids, 2020), un libro con 101 retos y enigmas matemáticos que el lector debe descifrar. Los retos están conectados entre sí por una entretenida historia de detectives. “En la famosa ciudad de los Tres Puentes y las Dos Torres se encuentra el castillo de la Encina, sede de la MXXI Olimpiada Mate-detectivesca”, se lee en la sinopsis del libro, a lo que Sergio añade: “Con esta descripción no es difícil averiguar de qué ciudad estamos hablando, ¿verdad?” En ella se celebra un torneo y quien descifre más rápidamente los enigmas podrá acceder al interior del críptex y conocer sus secretos. Un libro original y adictivo, sumamente interesante para utilizarlo en el aula o leerlo en familia.

La siguiente obra supone un importante cambio de rumbo respecto a las anteriores: *Ausencia, el cáncer y yo*. (Next Door Publishers, 2020). Se trata de una novela autobiográfica que cuenta la historia de una niña a la que le diagnostican un cáncer, y de su madre Ausencia. Con su mirada infantil, curiosa y gamberra, nos cuenta cómo el cáncer le afectó a ella y a su familia; nos habla del brusco cambio de universo que supuso su viaje de Ponferrada a Madrid para seguir el tratamiento, la intensa relación con su madre, de la pérdida. No faltarán las sombrías referencias a los desalmados que tratan de sacar provecho ofreciendo fraudulentos métodos de curación. Pero esto no le hará perder la luminosidad: se aferra a la esperanza, a los lazos familiares y a la amistad verdadera. Una novela escrita con una voz asombrosamente espontánea y fresca, una obra inspiradora y conmovedora que transmite una intensa pasión por la vida, fiel reflejo de la que contagia su autora.



Finalmente, Sergio se detuvo en *Cuaderno de experimentos abracadabrantés de Hugo Comas*. (Comodín, 2020), una obra para lectores “entre nueve y ciento nueve años” que pretende romper las barreras clásicas entre las ciencias y las letras, porque “ciencia y literatura no son compartimentos estancos”, como apunta Sergio. Una aventura fantástica en la que los protagonistas deben completar un misterioso cuaderno de experimentos para volver con sus familias. A través de códigos QR el lector puede acceder a vídeos con la explicación científica de esos experimentos “abracadabrantés”.

Sergio es un auténtico fenómeno en la divulgación de las matemáticas, el lenguaje universal: “Platón creía que las matemáticas eran la llave para desentrañar los secretos del universo, idea que muchos comparten en la actualidad”, afirmó.

Durante su charla en nuestra biblioteca, alumnos y profesores disfrutamos como niños con sus sorprendentes experimentos y sus explicaciones, gracias en buena medida a la naturalidad y el sentido del humor de este gran comunicador de la ciencia.

¡Gracias, máquina!

Francisco J. Arbide
Director



La segunda cita literaria de la semana vino de la mano de **Noemí Sabugal**, una excelente escritora que ha logrado hacerse un nombre entre las firmas más relevantes del panorama literario nacional. Natural de Santa Lucía de Gordón, en la Montaña Central leonesa, en plena cuenca minera, cursó sus estudios de Periodismo en la Universidad Complutense de Madrid y posteriormente recaló en Ponferrada, donde reside actualmente. Durante varios años ha alternado su faceta de escritora, colaborando en los medios y escribiendo sus libros, con el ejercicio de la docencia como profesora de Lengua y Literatura en Educación Secundaria, una profesión que le aporta tranquilidad y el placer de trabajar con personas, según ella misma reconoce. Hoy sus numerosos compromisos literarios le exigen una dedicación a tiempo completo, por lo que ha decidido soltar amarras definitivamente, dejando atrás el puerto de refugio de la docencia para enfilar la proa profesional hacia su Ítaca: la escritura.

A pesar del prestigio que atesora, Noemí se puso a nuestra disposición para dar a la charla el enfoque que más pudiera interesarnos, es decir, que no vino “a hablar de su libro”, o del último de ellos, sino que, tal como le propusimos, nos ofreció un recorrido por toda su obra centrándose en el proceso creativo, en sus referentes, en las diferencias entre los géneros literarios de sus obras o más bien en la fragilidad de las fronteras entre ellos.

Noemí Sabugal es una escritora muy versátil, con un amplio espectro de registros, géneros y temáticas. Quizá el pegamento que una toda su obra sea su mirada, muy sensible ante la injusticia social. Su faceta de periodista rezuma en muchas de sus obras, ya sea por el lenguaje, los personajes o por el rigor con el que se documenta. Ella define su proceso de creación como “de digestión lenta”, en parte por esa pulcritud a la hora de ambientar sus libros y también por su propio estilo, pulido hasta la médula, afilado, preciso y precioso, muy sugerente.

Nos explicó que comenzó colaborando con diferentes medios de comunicación como El Mundo, La Crónica de León, Interviú o la Cadena Ser, escribiendo columnas o participando en tertulias. Publicó su primera novela en 2010, *El asesinato de Sócrates* (Alianza Editorial), con la que entró por la puerta grande, pues quedó finalista del Premio de Novela Fernando Quiñones y representó a nuestro país en el Festival Europeo de Primera Novela. Se puede enmarcar dentro de la novela negra, un género que le apasiona y que, como ella dice, “siempre tiene una carga de denuncia”. La historia comienza con la muerte en extrañas circunstancias de un conocido escritor y periodista apodado Sócrates y de una investigación policial que se va complicando a medida que transcurre la novela.

El poder y la corrupción, los bajos fondos, la inmigración, la especulación urbanística... Un complejo entramado en el escenario de una pequeña ciudad de provincias (San Martín), que Noemí define como “un trasunto de León”.

“Soy una autora de personajes”, reconoció. “Los personajes van surgiendo de manera intuitiva. Deben ser complejos y tener autenticidad, porque ellos son el hilo conductor de la trama. A veces los quiero y los odio al mismo tiempo.” Esto es exactamente lo que le ocurre en *Al acecho* (Algaida, 2013), cuyo protagonista, Julián Fierro, puede llegar a ser “un auténtico canalla, alguien con quien jamás me tomaría un café”. En esta ocasión la acción transcurre con el Madrid de la 2ª República como telón de fondo. “Hay muchas novelas sobre la Guerra Civil y la Posguerra, pero muy pocas sobre la República”, apostilla la autora. Para documentarse buceó en los periódicos de 1936, porque la prensa ofrece una fotografía instantánea muy precisa, y se complementa perfectamente con los libros de historia y las crónicas. Es una novela que plantea dilemas morales y muchas preguntas: ¿qué hubiera hecho yo en aquella situación? ¿Hubiera tenido la tentación de esconderme y mirar para otro lado como el inspector Fierro? Todos sabemos que la República terminó con un golpe de estado cuyas consecuencias marcaron nuestra historia durante 40 años,



y el azar quiso que reflexionáramos sobre todo esto precisamente en un 23F, el aniversario de otro golpe de estado, en este caso felizmente fallido.



“Los mejores besos se los di a una armónica”. Esta estremecedora frase pertenece a la cantante de blues Willie Mae “Big Mama” Thornton, la protagonista de *Una chica sin suerte* (Ediciones del Viento, 2018). En ella se recrea la historia de esta cantante de blues, de su gira por Europa en 1965, y según su autora “tiene una doble vertiente: la musical y la histórica, con la lucha de los derechos de los afroamericanos y la de las mujeres”. El blues era la música que cantaban los esclavos en los campos de algodón, y también un mundo muy machista. Una obra nuevamente llena de autenticidad y de crudeza, contada con una prosa sobria y directa que acentúa sus aristas.

Posteriormente nos presentó *Hijos del carbón* (Alfaguara, 2020), un ensayo literario con tintes autobiográficos, una memoria, una crónica, un reportaje... Noemí es hija y nieta de mineros, y “sentía la necesidad de contar la historia de un mundo que se acaba”. Lo cuenta desde lo personal, pero documentándose en muchas otras cuencas españolas. “A la clausura de la mina le ha seguido la nada”, dice refiriéndose a la dilapidación de los fondos Miner, a una no diversificación económica que ha conducido a la despoblación. “Si hay algo que un niño aprende rápido es el lenguaje de los silencios”, nos dijo: silencios de miedo tiznados por el mineral. La desgarradora historia de un epílogo, los estertores de un mundo en vías de extinción.

Aún tuvo tiempo para presentarnos sus dos obras más recientes. *Atrapados en Looh* (Eolas & Menoslobos, 2022) es su primera incursión en la novela dirigida a un público infantil. Una obra rebosante de imaginación y fantasía, pero no exenta de una reflexión crítica sobre el abuso de poder. *Flores prensadas* (Sílex, 2022), contiene una selección de columnas periodísticas, que ella define como “flores prensadas entre las páginas de un libro, cuyo destino es marchitarse pronto”.

La calidad literaria y humana de la autora, su cercanía y sus dotes como comunicadora mantuvieron a toda la audiencia en vilo. Nos desveló sus referentes literarios, las fuentes en las que conscientemente bebe, y algunos de los libros con los que los suyos “dialogan”: obras de Galdós, Clarín, Chandler, Cervantes, Muñoz Molina, Roald Dahl, Stevenson y un largo etcétera.

El timbre que anunciaba el recreo nos devolvió a la realidad rompiendo la magia: se nos había hecho muy corto. Con ese sonido estridente se cerraba la sección literaria de la Semana Cultural. Las visitas de Sergio y Noemí nos dejaron un regusto excelente. A pesar de estar inmersos en proyectos de gran calado y de moverse en foros de máximo prestigio, se acercaron a nuestro pequeño centro con la abrumadora sencillez que solo exhiben los verdaderamente grandes, y nos contagiaron de su pasión por la enseñanza y la literatura.

Poder contar con personas de esta categoría profesional y humana supone un lujo y un privilegio impagables.

¡Muchas gracias!

Francisco J. Arbide
Director

VIDA EN EL CENTRO

CONVIVENCIA ESCOLAR

LAS MEDIADORAS DEL IESO

Los alumnos mediadores en la ESO son estudiantes que se encargan de fomentar la convivencia pacífica y la resolución de conflictos en su centro escolar, ya que se ha demostrado que la participación de los alumnos en la gestión de los conflictos puede mejorar el clima escolar y reducir el acoso escolar. Los alumnos mediadores son seleccionados por sus propios compañeros y reciben una formación específica para desempeñar su labor. Esta formación incluye conocimientos teóricos sobre la resolución de conflictos, habilidades comunicativas y de escucha activa, así como la práctica de técnicas y estrategias para mediar en situaciones de conflicto.

En este sentido, el pasado 14 de marzo las alumnas mediadoras del Centro tuvimos la suerte de participar en una jornada de mediación que se llevó a cabo con otros alumnos de otros institutos de Ponferrada en Fuentes nuevas. Para ello la psicóloga Vanesa Psicóloga y coordinadora General de REA (Asociación castellano y leonesa para la defensa de la infancia y la juventud). nos explicó de una forma muy practica diferentes técnicas y pautas que después pusimos en práctica entre todos.



Con todo esto, hemos aprendido que una vez formados, los alumnos mediadores se ha de trabajar en colaboración con el Departamento de Orientación para intervenir en situaciones de conflicto entre compañeros. Para ello, nos hemos de reunir con los implicados y les hemos de ayudar a identificar el problema y a encontrar soluciones que satisfagan a ambas partes. Además, también se pueden organizar actividades y talleres para fomentar la convivencia y la resolución pacífica de conflictos.

En definitiva, la figura del alumno mediador en la ESO es una práctica muy valiosa para mejorar el clima escolar y promover una cultura de respeto y tolerancia entre los estudiantes.

Alejandra, María y Sara
Alumnas mediadoras del Centro

EL HUERTO TE LLEVAMOS AL HUERTO

Cultivar tus propios alimentos es la actividad más revolucionaria que existe.



Desde la asignatura de medidas educativas en 1º y 3º de ESO y valores éticos en 2º y 4º, los alumnos del instituto hemos empezado este curso a construir nuestro huerto escolar.

Los huertos escolares son un recurso educativo valioso que nos está permitiendo aprender sobre la agricultura, la alimentación saludable y la sostenibilidad ambiental. A través de la creación y el mantenimiento de nuestro huerto, tenemos la oportunidad de aprender habilidades prácticas, como la siembra, el riego y la cosecha de hortalizas, mientras que también desarrollamos un conocimiento más profundo sobre los procesos agrícolas y las relaciones ecológicas. Además, este huerto nos permite crear un espacio para promover valores importantes, como la colaboración, el trabajo en equipo y la responsabilidad además de ser una herramienta útil para la enseñanza de diversas disciplinas, como la biología, la química, la física, la matemática, la historia y la literatura.

Con la creación de nuestro huerto, estamos aprendiendo a promover la alimentación saludable y la educación nutricional ya que aprendemos sobre los beneficios de una dieta equilibrada y cómo los alimentos cultivados en el huerto pueden proporcionar nutrientes esenciales para la salud.

Alumnos de 1º, 2º, 3º y 4º ESO
Educación en valores

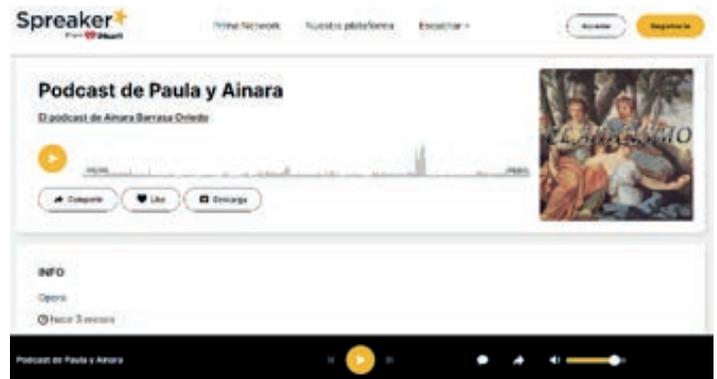
DEPARTAMENTO DE MUSICA

ACTIVIDADES

CURSO 2022-2023



En clase de música hemos elaborado programas de radio para comprender la historia de la música, compuesto un blues y tonos para el móvil, creado danzas y canciones para trabajar todos juntos, musicogramas para entender la música, juegos de ritmo que han desafiado nuestra memoria y capacidad de concentración... ¡y hasta hemos sonorizado diferentes escenas de dibujos animados en tiempo real! También hemos realizado juntos coreografías de percusión corporal y hemos escrito poemas del siglo XIX, entre otras actividades.



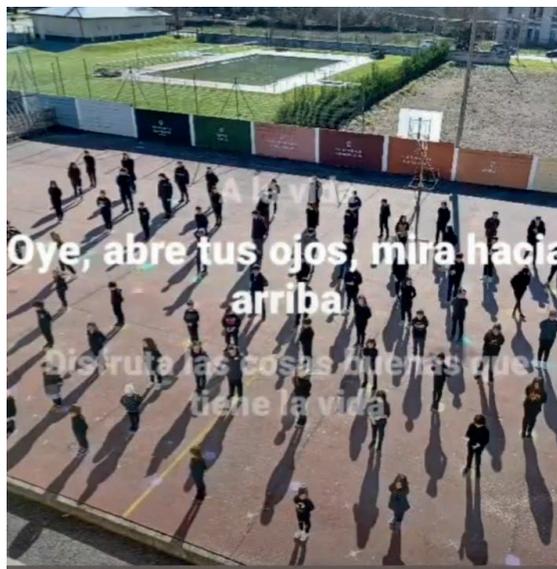
Durante la semana cultural, disfrutamos de un juego de pistas por todo el Puento, donde tuvimos que agudizar nuestro ingenio y trabajar en equipo, ayudados de la colaboración de los vecinos de la localidad. (fotografías en el enlace)

Pero lo mejor está por llegar, ya que a nuestro repertorio hemos sumado una última pieza de "Grease" para terminar por todo lo alto el curso.



DIA DE LA PAZ EN LENGUA DE SIGNOS

Como viene siendo ya una tradición en nuestro Centro, todos los años cada 30 de enero y para conmemorar el Día de la Paz y la No Violencia, realizamos una actividad conjunta con el colegio de Puente que como todos sabéis consiste en la interpretación conjunta de una canción en lengua de signos.



El **día de la paz y la no violencia escolar** es una celebración que se realiza en muchos centros escolares en todo el mundo el **30 de enero**. Esta fecha se eligió para conmemorar el aniversario de la muerte de Mahatma Gandhi, líder pacifista y defensor de los derechos humanos.

La importancia de celebrar este día en los centros escolares radica en que promueve la reflexión y la conciencia sobre la necesidad de fomentar la paz y la no violencia en la sociedad. Así, los estudiantes aprendemos valores como la tolerancia, el respeto, la solidaridad y la empatía, y a buscar soluciones pacíficas a los conflictos. Además, la celebración del día de la paz y la no violencia escolar ayuda a crear un ambiente escolar más seguro y tranquilo, donde todos los miembros de la comunidad educativa se sienten respetados y valorados

En nuestro centro son ya varios los años que unimos esta actividad con un taller de lengua de signos con el objetivo de acercarnos mucho más a esta lengua, ya que esto nos permite conocer la comunicación con las personas sordas o con discapacidad auditiva. La lengua de signos es una forma de comunicación visual y gestual que utiliza las manos, los movimientos del cuerpo y la expresión facial para transmitir información. Las personas sordas o con discapacidad auditiva a menudo se enfrentan a barreras comunicativas en la sociedad, y conocer la lengua de signos es una forma de romper esas barreras y mejorar la inclusión y la accesibilidad para estas personas.

Ahora ya solo queda seguir construyendo estos caminos de paz y tolerancia y pensar en la canción que signaremos el curso próximo.

FOTOGRAFIANDO EL 25 N



El 25 de noviembre se conmemora el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, y es un día en el que se busca visibilizar y concienciar sobre la violencia machista que sufren las mujeres en todo el mundo.

Desde nuestro instituto hemos hecho diferentes actividades para reflexionar sobre las causas y consecuencias de la violencia machista, así como identificar situaciones en las que esta se puede manifestar.

Pero como novedad este año desde la clase de 4º ESO, en la clase de valores éticos hemos hecho un mural (photocall) en el que todos los alumnos/as y profesores podían hacerse sus fotos y reivindicar el día. Además, queremos agradecer a los alumnos del colegio que también nos visitaron para hacer sus fotos. En definitiva, este fue un día para trabajar la prevención de la violencia de género y fomentar la igualdad entre hombres y mujeres.

La educación es una herramienta fundamental para erradicar la violencia machista, y es responsabilidad de todos y todas contribuir a construir una sociedad libre de violencia hacia las mujeres.

Henrijs, Jesús, Ariadna e Iván
Alumnos de 4º ESO

8M EN SOLIDARIDAD CON TURQUÍA Y SIRIA

El 8 de marzo es el **Día Internacional de la Mujer**, una fecha que se celebra en todo el mundo para honrar los logros de las mujeres y para destacar la lucha continua por la igualdad de género. Este día se ha convertido en una llamada para tomar acción y para exigir cambios en las políticas y en las prácticas que todavía discriminan a las mujeres en muchos ámbitos de la vida.

En este contexto, el Día Internacional de la Mujer se convierte en una llamada urgente para la acción. Las mujeres y sus aliados de todo el mundo están exigiendo políticas y prácticas más justas, equitativas y sostenibles para todos. Esto incluye una mayor igualdad de género en los lugares de trabajo, una representación más justa de las mujeres en la política y en los cargos de liderazgo, y un fin a la violencia de género en todas sus formas.

Este año, el Día Internacional de la Mujer desde nuestro instituto cobró una importancia aún mayor, ya que hemos llevado a cabo una actividad solidaria de ayuda a la gente que lo perdió todo en los terremotos de Turquía y Siria y que ha supuesto una ampliación de las desigualdades existentes. Las mujeres han sufrido desproporcionadamente los efectos económicos y sociales de lo ocurrido, y

muchas han perdido sus empleos o han tenido que dejarlos para intentar sobrevivir.

Por ello, llevamos a cabo una carrera solidaria y bocadillo. Todos podíamos participar y hacer el donativo que considerásemos oportuno para Save the Children. En total hemos recaudado 400€ para dicha asociación.

En resumen, **el Día Internacional de la Mujer es un momento para honrar los logros de las mujeres y para destacar la lucha continua por la igualdad de género**. Este año, nos hemos centrado en la urgencia de esta lucha, y con nuestro acto hemos querido recordar la necesidad de tomar medidas concretas y significativas para lograr un futuro más justo e igualitario para todos.



Ainara, Aarón, Diego, Irene e Iván
Alumnos/as de 3º ESO
Asignatura Valores cívicos y éticos



Tulipanes

Tulipanes en mi jardín
flores de amor y pasión,
pétalos rojos que inspiran
sentimientos de seducción.

Cada vez que te veo
mi corazón se acelera,
pues eres mi tulipán favorito
mi flor más bella y sincera.

Tus pétalos suaves y delicados
son como las caricias de tu piel,
enamorado de tus colores
que me hacen sentir un gran bien.

Tulipanes, símbolo de amor
que me recuerdan a ti,
eres la flor que más amo
y la que siempre tendré aquí.

Así como estas flores crecen
crece mi amor por ti,
te entrego mi corazón y alma
para marte hasta el fin.

Marcela
1º ESO

Poesía

Tocar a despedida

No hay caminos de vuelta
donde exististe
no existirá jamás
y las piedras se habrán pulido
del andar inconsciente de la gente.

Donde estuvimos se han vaciado las paredes
y cuelgan un cartel por la ventana
como el verso más triste
de aquella triste noche,
y en las sábanas tendidas
ahora vive un nido de palomas,
y en mis labios ahora hay grietas
y ahora
creo que empezó a gustarme la cerveza.

Pedro Bermejo Romo
Profesor Lengua y Literatura



