

Nº 5. Junio. 2020

Revista IES JUAN DE LANUZA (BORJA)



# Aldragueando

FRONTERA

# ÍNDICE

---

03

---

*Somos  
frontera*

04

---

*Bullying, hay  
un límite*

05

---

*Las fronteras  
imaginarias*

06

---

*Entrevista a  
Luis Javier  
López*

08

---

*Manifiesto 30  
de septiembre*

09

---

*Tenemos un  
plan*

10

---

*Comunidades  
de aprendizaje*

13

---

*Comisión de  
Convivencia  
del IES Juan  
de Lanuza*

14

---

*El Sistema  
inmune*

18

---

*Mi diario de  
cuarentena*

20

---

*Cerveza fría*

21

---

*Bacteriófagos,  
virus que  
pueden  
curarnos*

22

---

*Fin de etapa  
en la distancia*

24

---

*El papel de las  
antenas  
informativas e  
n el IES Juan  
de Lanuza*

25

---

*Carta para  
paciente de  
coronavirus*

26

---

*¿Qué está  
pasando?  
Realidad*

27

---

*Fronteras  
Tiempos de  
Coronavirus*

28

---

*Repostería  
para el  
confinamiento*

29

---

*Tablón de  
anuncios*

## Somos frontera

---

Como Escuela pública que somos, tenemos la obligación de ser Frontera. Frontera contra la infelicidad, la ignorancia, el desamparo y la intolerancia. Tenemos la obligación social de crear ciudadanos sanos que puedan trazar un cortafuegos contra los discursos de odio y que puedan elaborar pensamientos críticos que les permitan alcanzar la felicidad.

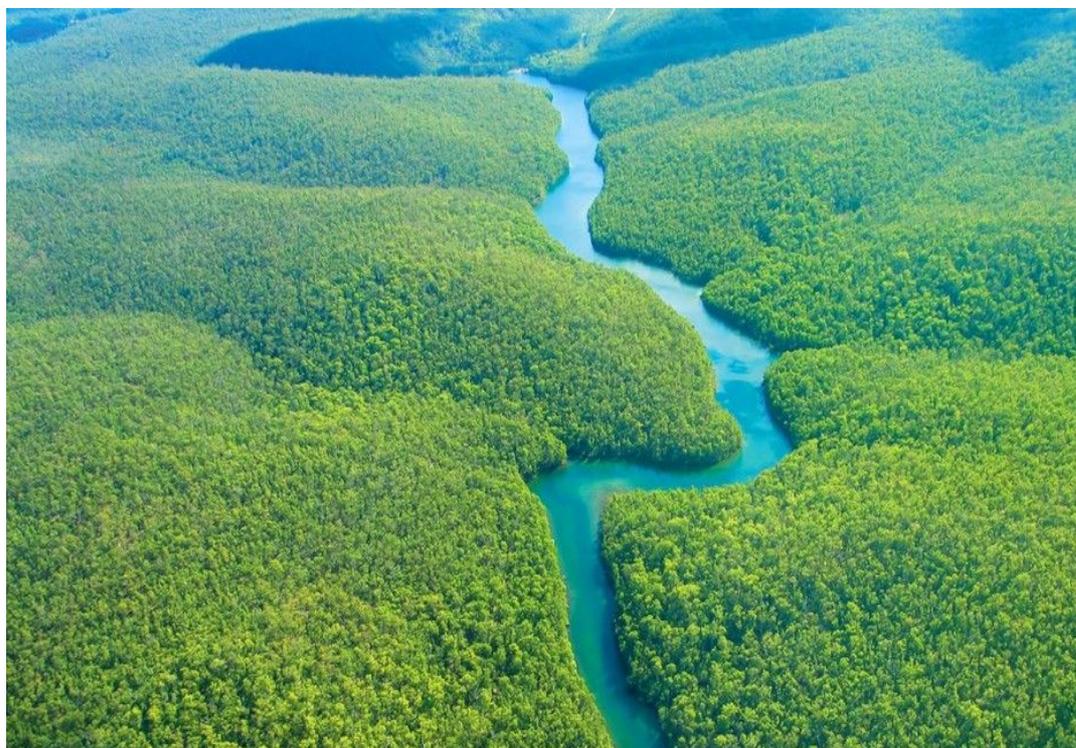
Somos frontera contra la infelicidad, la desdicha, la ignorancia, la intolerancia, el rechazo, el abandono...

Pero también la frontera es un espacio en donde se desdibuja la tierra mezclándose con otra, y esa frontera en donde convive lo de uno y otro lado, esa frontera en donde lo de allá, lo del otro lado, se juntan con lo de acá, esa frontera es también la Escuela pública. Un espacio de encuentro y diversidad.

En este tiempo de tercer trimestre nos ha tocado convivir en la frontera, habitarla, hacerla confortable y hogar... porque la vida en la frontera es lucha, y no siempre es cómoda. De esta manera, hemos montado escuelas de campaña provisionales en cada una de las casas, y nos hemos colado, sin haberlo previsto, en los salones y en los comedores.

Esta número de la revista empezó a escribirse (incluida la elección del tema) antes de sufrir una pandemia mundial. Podréis encontrar artículos que reflejan cómo hemos vivido este tiempo confinados.

Esperamos que todas/os estéis bien y deseamos veros pronto.



### INFORMACIÓN:

IES Juan de Lanuza  
C/ CAPUCHINOS 1  
50540 BORJA  
Tel. 976867368

E-mail: [iesjuandelanuza.es](mailto:iesjuandelanuza.es)  
<http://iesjuandelanuza.catedu.es/>

*Aldragueando*

Revista del IES Juan de Lanuza de  
Borja de la provincia de Zaragoza  
Nº 5. mayo 2020  
Ejemplar gratuito.

Todas las colaboraciones para ser  
publicadas en el siguiente  
número de *Aldragueando* pueden  
ser enviadas a  
[jefaturajdl@gmail.com](mailto:jefaturajdl@gmail.com)

## Bullying, hay un límite

Eva Gabás, 2º ESO C

Un límite es nuestra capacidad para aguantar, para controlar, para querer ...Todo se basa en un límite. Para nosotros un límite es una manera de decir no.

En el mundo hay fronteras y límites que provocan sentimientos negativos como: tristeza, miedo y marginación... Siempre ha habido y habrá, pero hay que intentar evitarlo.

El maltrato físico o psicológico tiene efectos negativos en la salud física, emocional y en el rendimiento académico de los niños. Durante la infancia, las burlas, apodosos y chistes malintencionados tienen como consecuencia graves problemas que los niños están forzados a enfrentar sin saber cómo hacerlo. Como resultado a veces hay secuelas que duran toda la vida.

### ¿Por qué se produce el acoso?

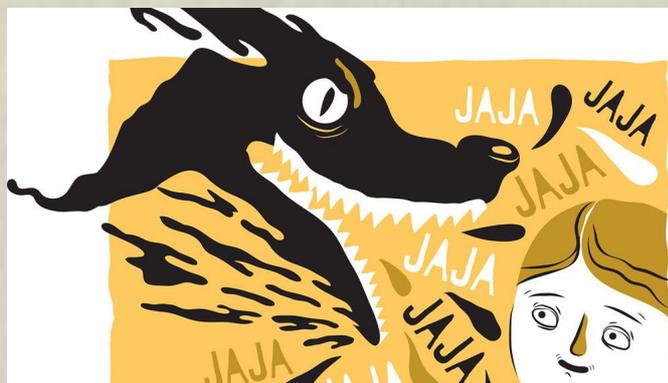
Los niños manifiestan falta de madurez, lo que les impide empatizar con los demás, y por ello suelen aprovechar los "defectos" de sus compañeros, sean reales o imaginarios, para ridiculizarlos y así convertirse en protagonistas, o sentirse mejores y más fuertes a los ojos de los demás.

### ¿Sabías que en todo el mundo hay 200 mil casos de suicidios entre jóvenes de 14 y 28 años por culpa del bullying?

Pues sí así lo han reflejado en el informe realizado por la Organización Mundial de la Salud junto a Naciones Unidas.

En la Unión Europea hay hasta 24 millones de jóvenes que son víctimas de acoso y maltrato.

**Si una persona lo está pasando mal hay que ayudarla, hay que tener empatía hacia los demás. ¿Qué harías tú si fueras esa persona?**



## Las fronteras imaginarias

Sergio de Castro

Los poderosos, desde siempre y no por casualidad, han sido íntimos amigos de las fronteras. Primero, porque por mucho que nos digan han sido ellos, según sus propios intereses, los que han grabado a fuego en nuestros territorios y en nuestros cuerpos los límites de lo que es la vida y la identidad. Segundo, porque el espacio cerrado es siempre un espacio de control en el que el espejismo de la libertad es construido bajo la seguridad de que esta nunca osará poner en duda las fronteras imaginarias impuestas por ese mismo poder. No me refiero, claro, solo a las fronteras geográficas.

Porque a pesar de ejércitos y concertinas, algunas de las fronteras más inexpugnables son construidas, a nuestras espaldas, dentro de nosotros. Lo que debe ser un hombre y una mujer —el hecho mismo de que solo podamos ser hombre o mujer—; lo que debe ser la familia; lo que debe ser el amor; lo que debe ser el sexo; lo que debe ser "ser español"... Todo ello es definido sobre el supuesto de que para ser algo, hay que construir fronteras defensivas que dejen fuera la mayor parte de lo que existe: solo en la medida en que negamos que algo pertenece a nuestro ser podremos, por tanto, decir que tenemos identidad. Cuanto más tajante sea esa negación de los demás —

generalmente los y las más vulnerables— más seguro estaré de lo que soy, piensan algunos. Para hacer del odio fundamento fronterizo de lo que somos, solo hay que dar un pequeño paso más.

Esta forma de construir nuestra identidad supone, para quienes así la entienden, negar la evidencia de que han sido derrotados por la exuberancia de una vida que, paralizados ante el pavor de lo que no comprenden, solo saben encerrar entre las ridículas fronteras de su limitado entendimiento. Supone dejar de mirar el horizonte solo como el inicio del camino; supone negarse a dar un paso hacia él por los peligros que algunos imaginan agazapados en unas tierras, inexploradas, en las que no es posible evitar el vértigo de tener que replantearse constantemente qué son realmente las cosas. La lógica de las fronteras es la lógica de los cobardes. La lógica de quienes, en su pequeñez, hablan de una vida de encierro voluntario como una vida de libertad.

Se hace necesario romper con las fronteras y abrirnos a un ser construido no sobre los países, sino sobre los prados, los bosques, los ríos y los océanos aún sin nombre. Se hace necesario pensarnos a nosotros mismos no a partir de lo que creemos una amenaza a lo que somos, sino de todo el infinito que podríamos llegar a ser. Se hace necesaria una vida abierta, no enclaustrada en los límites cincelados sobre la sangre reseca y olvidada de los que dieron su vida por nada. Debemos despejar el horizonte de fronteras imaginarias y salir al encuentro del otro como parte esencial de lo que somos, no como nuestro límite.

Desterrando, eso sí, a quienes insisten en hacer del odio pétreo e inexpugnable una forma de autoconvencernos de que nuestras vidas tienen cierta importancia.



## Entrevista a Luis Javier López

**Alumnas y alumnos  
1º ESO PAI**

Los alumnos y alumnas que pertenecemos a 1º de ESO PAI estamos comprometidos con la naturaleza. Por ello, hemos querido hacerle una entrevista a Luis Javier López, concejal de Energías Renovables, Agricultura, Ganadería y Caza en el ayuntamiento de Borja. Queremos saber más acerca de su trabajo.

**1. Se acerca la Navidad y muchas ciudades y pueblos se van a iluminar. ¿La ciudad de Borja va a utilizar luces respetuosas con el medio ambiente?**

Sí, la ciudad de Borja utiliza tecnología LED en todo su alumbrado navideño. Esta tecnología aparte de caracterizarse por un bajo consumo energético no genera impacto medioambiental al no generar residuos.

**2. Tenemos curiosidad por saber cuánto dinero aproximadamente va a gastar el ayuntamiento en las luces de Navidad.**

Debido a que hace unos cuatro años el ayuntamiento hizo una inversión en las luces de alumbrado navideño, para este año solo se ha realizado una pequeña inversión para ampliar la iluminación navideña en zona comercial, que ha supuesto 4.397 euros.

**3. Hemos estudiado en clase que las fuentes de energías renovables son fundamentales para frenar el cambio climático. ¿Va a favorecer el ayuntamiento la instalación de más parques eólicos?**

Sí, precisamente para el año 2020 se construirán dos nuevos parques eólicos en Borja y se situarán en las intermediciones de la Estanca. Se llamarán Parque Eólico de Puylobo y Parque Eólico San Francisco de Borja.

**4. ¿Crees que en el futuro habrá huertos solares en nuestra comarca?**

Sí, me consta que hay empresas trabajando en futuros proyectos de huertos solares en nuestra comarca, por lo que creo que a corto plazo habrá alguno de ellos instalado.



**5. ¿Qué planes tiene el ayuntamiento en relación a la utilización de fuentes de energía renovables?**

Unos de nuestros proyectos, en el área de sostenibilidad, es la instalación de una huerta solar. Con ella se pretende generar la energía suficiente para cubrir las necesidades eléctricas de todos los servicios municipales.

**6. En el instituto hemos empezado a reducir los residuos que generamos con la iniciativa de *Cero Residuos en los Recreos*. ¿Tenéis algún plan en el ayuntamiento para generar menos residuos?**

Sí, os comento a continuación alguno de ellos. Actualmente, uno de los proyectos en los que se está trabajando es el cambio del alumbrado público instalando tecnología LED. Con este cambio se conseguirá un ahorro de un 50% en consumo de energía y, también, se eliminarán las lámparas de vapor de sodio, las cuales no son respetuosas con el medio ambiente. Otra iniciativa, está relacionada con la próxima instalación de una electrolinera, con la cual se pretende fomentar el uso de vehículos eléctricos. Por otro lado, en un futuro se prevé renovar el actual parque móvil municipal por vehículos eléctricos. Así también, el ayuntamiento recicla todos sus residuos.

**7. Nos gustaría que se celebrasen en Borja unas jornadas medioambientales con charlas y venta de productos respetuosos con el medioambiente y económicos. ¿Crees que sería posible?**

Sí, las iniciativas medioambientales serán impulsadas por el ayuntamiento de Borja.

Queremos agradecer a Javier que haya colaborado con nosotros y nosotras. Nos ha gustado mucho saber cuáles son los planes del ayuntamiento en materia de medioambiente.



## Manifiesto 30 de septiembre

**María Felipe**

Como todos y todas sabéis, la semana del 23 de septiembre culminó con la huelga mundial por el clima. Millones de personas en todo el mundo, muchos de ellos jóvenes comprometidos con el planeta, se manifestaron de nuevo para reclamar medidas reales contra el cambio climático. Desde el I.E.S. Juan de Lanuza quisimos mostrar nuestro apoyo a las asociaciones que convocaron la manifestación por el clima del pasado 27 de septiembre.

En la comunidad científica hay evidencias sólidas del cambio climático antrópico, es decir, causado por el ser humano. Los datos no dejan lugar a dudas. Este julio ha sido el más cálido en el mundo desde que empezaron los registros hace casi 150 años. En muchos países de Europa se registraron récords nacionales de temperatura. También estamos siendo espectadores de otros sucesos meteorológicos extremos como tormentas y huracanes. Además, informes recientes sobre biodiversidad alertan de que cerca de un millón de especies de seres vivos se encuentran al borde de la extinción como consecuencia de las actividades humanas. Los aumentos del nivel del mar proyectados tampoco son nada alentadores.

Creemos firmemente que los centros educativos no deben estar ajenos a esta crisis climática, que no solo tiene una perspectiva ambiental, sino también económica, política y social. Por ello, nos comprometemos a promover acciones de mejora de nuestro entorno para enfrentar la crisis ecológica actual, con el objetivo de cumplir con los Objetivos de Desarrollo Sostenible presentes en la Agenda 2030 de las Naciones Unidas.

Para ello, fomentaremos el acercamiento a nuestro entorno próximo, incorporaremos el huerto escolar a la vida del instituto y promoveremos una gestión más sostenible de nuestro centro, entre otras medidas.

El Panel Intergubernamental para el Cambio Climático, cree, que una de las razones principales del calentamiento global es el aumento del CO<sub>2</sub> en la atmósfera. La concentración media diaria de CO<sub>2</sub> en la atmósfera alcanzó en abril un nivel récord de 415 partes por millón. Este dato confirma la tendencia ascendente en la atmósfera de la concentración de CO<sub>2</sub>, ya que en la década de los 60 del siglo pasado, la concentración de este gas se situaba en torno a las 315 partes por millón.

Por ello, el 30 de septiembre, después de leer este manifiesto, todos los alumnos/as y profesores/as del centro nos concentramos en el patio para realizar cuatro minutos y 15 segundos de silencio. Nuestro propósito es que reflexionemos acerca de la concentración de este gas que nuestra atmósfera ha registrado como consecuencia de nuestras acciones.



## TENEMOS UN PLAN

### Grupo de Igualdad

¡¡¡¡¡Con cuántas ganas hemos empezado y cuántas ganas tenemos de seguir!!!!

Es un plan en ebullición, elaborado día a día que crece despacio, pero crece. Durante este curso hemos abierto la puerta a la IGUALDAD, literalmente.



Tanto el profesorado como el alumnado nos han recibido de maravilla y las actividades propuestas han tenido una gran acogida.

Hemos celebrado, con diferentes actividades, fechas señaladas como:

- 25 de noviembre (Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer)
- 11 de febrero (Día de la Mujer y la Niña en la Ciencia)
- 8 de marzo (Día Internacional de la Mujer)

Hemos ido al teatro a ver la obra “No solo duelen los golpes” con 4º E.S.O. y con los alumnos y alumnas de 3º E.S.O nos desplazamos a Madrid para asistir al musical “Billy Eliot” y también realizar un itinerario didáctico por el Museo del Prado para conocer a las mujeres más relevantes de nuestra historia “Las mujeres y el poder en el Museo del Prado”.

Cada asesinato por violencia de género nos ha hecho parar. Un minuto de silencio en el aula mostraba nuestro duelo y nuestra repulsa.

Pero esto es solo el principio, nos queda mucho por hacer y tenemos un plan, un **Plan de Igualdad** que está despegando, que poco a poco ve la luz y desde el grupo de Igualdad queremos agradecer vuestro apoyo y os animamos a participar en nuestras actividades el próximo curso.

¡¡¡¡¡MUCHAS GRACIAS A TODAS!!!!!!

# Comunidades de Aprendizaje

**Carmen Pomar**

Tras nuestra participación el curso pasado en el programa "Mira y Actúa" decidimos ponernos manos a la obra y "actuar", es decir, poner en marcha alguna de las metodologías que con tantas ganas fuimos a "mirar". Dicho y hecho....apoyos no nos han faltado. El empuje del equipo directivo, la buena disposición del profesorado participante, las ganas de "algo nuevo" por parte del alumnado y la increíble respuesta de las familias y personas cercanas a la comunidad educativa que no han dudado de nuestro proyecto y se han prestado a participar, mostrando mucho interés y muchas ganas. Así que, con todo a favor, hemos puesto en marcha este proyecto y se han superado todas nuestras expectativas. Las Comunidades de Aprendizaje han venido para quedarse, los voluntarios y voluntarias han estado impecables, nuestros alumnos y alumnas, aunque tímidos al principio, se han adaptado de maravilla y han superado con nota esta experiencia y los profesores y profesoras participantes ya nos estamos preparando para el próximo curso, que será, sin duda, una versión mejorada de éste.

Uno de los trabajos que hicimos juntos fue la elaboración de estos carteles para conmemorar el Día de la Mujer y la Niña en la Ciencia.

### CLEOPATRA LA ALQUIMISTA

**BIOGRAFÍA:**  
Nació y murió en Egipto durante el siglo III y IV. Fue una de las cuatro mujeres alquimistas de la época.



**¿QUÉ HIZO?**  
Creó el alambique que sirve para la destilación de líquidos mediante un proceso de evaporación.



ARANCHA ARCEGA, Mara Andía, Yolanda Zalaya, Amaya Sanchez, Alberto Clavel, Daniela Vela e Irene Tudela

### SOPHIA BRAJFE

1556 - 1643

**Astronomía:**  
Empezó a ayudar a Tycho (su hermano) en sus observaciones astronómicas. Los dos hermanos redactaron un amplio catálogo de movimientos y posiciones planetarias que sería utilizado por algunos de los astrónomos más famosos de la historia.



**Química:**  
También comenzó a trabajar en química (entonces alquimia) creando medicamentos espagíricos (producción de medicinas a partir de plantas utilizando procedimientos alquímicos) que comercializaba entre la clase alta escandinava.



Javier Cotanes con Guillermo Pardo, Guillermo Pascual, Alvaro Celimendiz, Clara Rivarés y Miguel Sánchez

### ELISABETH HEVELIUS

Eli Ballester  
Daniela Andía  
Diego Nana  
Elena Jiménez  
Mario Latorre




## LOGROS

COMPLETÓ Y PUBLICÓ PRODRGOMUS ASTRONOMIAE(1690) EN EL QUE REALIZABA UNA RECOPIACIÓN DE 1564 ESTRELLAS Y SUS POSICIONES SIN USAR NINGÚN TELESCOPIO

**BIOGRAFÍA**

NACIÓ: EL 17 DE ENERO DE 1647 EN GDANSK (POLONIA)  
MURIÓ: EL 22 DE DICIEMBRE DE 1693

**FUE UNA DE LAS PRIMERAS ASTRÓNOMAS**

### DATOS

Laura Maria Catharina Bassi, científica, poeta y filósofa, nació en Bolonia el 29 de noviembre de 1711 y murió el 20 de febrero de 1778.

**¿QUE HIZO?**  
En la década de 1740 Bassi comenzó a realizar experimentos con Volta sobre posibles aplicaciones medicinales de la electricidad, pero no publicó ningún documento sobre el tema. Fue nombrada para la cátedra de Física experimental en la Universidad de Bolonia en 1770, con Volta nombrándola como su asistente.




**ESTUDIOS**

EN 1732 SE GRADUÓ EN FILOSOFÍA A LA EDAD DE 21 AÑOS, OBTUVO ASÍ UN PUESTO DE PROFESORA DE FILOSOFÍA EN LA UNIVERSIDAD DE BOLOGNA Y SE CONVIRTIÓ EN MIEMBRO DE LA ACADEMIA DE CIENCIAS DE BOLOGNA

**LAURA BASSI (1711 - 1778)**

PROFESORA, CATEDRÁTICA POR DELANTE DE SU MARIDO Y MIEMBRO DE LA ACADEMIA DE CIENCIAS DE BOLOGNA

¿Quién ha hecho este trabajo?  
Susana, Alba, Oscar, Adriana, Iker y Rubén

## Susana Gil, Elisabeth Ballester y Rosa Santas

Estas son las experiencias vividas por los participantes en este gratificante proyecto

Un buen día abrí mi correo de trabajo, como un día más, y me encontré un correo que ponía textualmente COMUNIDADES DE APRENDIZAJE y su remitente era el IES Juan de Lanuza. Después de leerlo no me quedó nada claro qué era eso, qué había que hacer y qué querían de nosotros. Tras una reunión informativa ya me fue quedando más claro y después de la reunión en la que ya nos habían adjudicado los grupos pensé “¿Dónde me he metido?”, me había tocado en la clase de matemáticaaaaassss (nunca se me dieron bien), por supuesto, no me fui corriendo (en tan buena hora) porque disfruté de cada una de esas sesiones, porque regresé por un momento a mi época de instituto (yo también estudié en ese instituto y también estuve en esa clase) y porqué vi que el IES Juan de Lanuza apuesta por proyectos de transformación, que creen en una igualdad educativa, mediante el aprendizaje en grupos interactivos, dialogando, no sólo con sus iguales, sino con gente que procede de otros entornos (en mi caso entré como técnico de juventud), con el objetivo de intentar superar el fracaso escolar y poder eliminar conflictos entre iguales.

Para mí fue una experiencia enriquecedora, esperaba esas sesiones “como agua de mayo”, ya que era un chute de energía y una manera de refrescarme laboralmente. Sólo espero que para los chavales también fuéramos esa “agua de mayo” y podamos volver a retomar esta iniciativa, que desgraciadamente nos vimos obligados a interrumpir.

Susana Gil Espligares (Técnico de juventud de la Comarca del Campo de Borja)

Mi nombre es Elisabeth Ballester soy madre de un alumno de 2ª de la E.S.O. en el instituto Juan de Lanuza.

Este curso salió un proyecto nuevo “Comunidades de Aprendizaje” en el que pedían

ayuda a las familias para asistir a las aulas en alguna de sus asignaturas y poder ayudarles con los trabajos en grupo del alumnado, decidí apuntarme y pese a que, por

mi trabajo, no pude acudir a todas las citas, los días que asistí me gustó mucho la experiencia , ¡¡¡quizá aprendí más que ayudé, jajaja!!!

Como madre de un alumno de 2ª sé que esas clases a las que acudíamos les gustaban mucho, estaban esperando con ganas a esos martes que nos tocaba ir.

Les ayudó a ellos para aprender a trabajar en equipo y nos hacían sentir un miembro más de ellos, éramos parte de su equipo.

Agradecer al centro y a los alumnos y alumnas el trato recibido y os animo al centro a

seguir el próximo curso con este proyecto.

También animar a los padres y madres a participar, a volver a las aulas, a pertenecer a un grupo de alumnos, a mí me recordaba mis años de instituto.

Gracias a todas las personas que habéis hecho posible esta Comunidad de Aprendizaje.

Elisabeth Ballester

## Valeria Danalache 2º B y Rosa Santas

Me gustaría contaros una actividad que realizamos los alumnos de 2º B en el aula antes de que todo se paralizase.

En la clase de Historia se nos propuso una actividad semanal en grupos, grupos que, además de nosotros, iban a contar con caras nuevas: eran, como nos molaba llamarlos, 'LOS ADULTOS'.

Los adultos eran, en realidad, padres de otros alumnos del instituto que se apuntaron a esta actividad, llamada Comunidades de Aprendizaje, para ver nuestra forma de trabajar y ayudarnos en todo lo que pudieran.

Cuando nos explicaron la actividad nos pusimos muy felices porque pensábamos que no haríamos clase normal. Pero tampoco os emocionéis, si os preguntáis qué tipos de tareas hacíamos, lo cierto es que eran fichas de Historia, aunque en el grupo lo pasábamos bien, sobre todo cuando se acercaba el profesor para ver si trabajábamos y nos pillaba en medio de las risas.

Lo mejor de estas actividades que realizábamos una vez cada quince días fueron dos cosas. Una es que hasta los alumnos que no trabajaban mucho de normal, aportaban cosas y realizaban la tarea, y la otra es que conocimos a los cinco adultos, que seguro que estáis deseando saber quiénes vinieron a nuestra clase, pues fueron Ana Isabel, Úrsula, Carlos, Silvia y Beatriz.

Recuerdo la primera vez que vinieron, que no sabíamos quién nos iba a tocar en el grupo, y estábamos charlando sobre si nos iba a tocar este o el otro. Al final, como fueron rotando, fuimos conociendo a los cinco, y cada martes que venían nos lo pasábamos muy bien.

Por eso termino agradeciéndoles su participación y también la paciencia que tuvieron con nosotros.

Espero que disfrutaran tanto como nosotros de esta experiencia tan chula, que, ojalá, pueda repetirse en los años siguientes.

Valeria Danalache 2º B

Cuando recibí el correo pidiendo voluntarios mi primera idea fue ¡me apunto! Luego empezaron a surgirme dudas: ¿qué es lo que quieren hacer? ¿qué pensarán los chicos de esto? ¿sabré hacer lo que me piden...?

Llegó el día de la reunión y cuando empezamos a hablar me di cuenta de que todos los que allí había estaban tan perdidos e ilusionados como yo, así que dije: ¡adelante con ello!

La primera vez que entramos en la clase estaba nerviosa, había mucha algarabía. Nos organizamos por grupos y cuando empezamos me di cuenta de que realmente sí que podía hacer algo allí.

Todos los días fueron geniales, yo intenté ayudarles a organizarse y darles mi punto de vista. Ellos consiguieron que recordara cosas olvidadas y me hicieron reír con sus ocurrencias.

LOS CHICOS ME APORTARON MUCHÍSIMO. Una experiencia que espero poder repetir.

Rosa Santas Lafuente

## Comisión de Convivencia del IES Juan de Lanuza

Óscar Aldunate

La comisión de convivencia es una parte muy pequeña de un todo que engloba toda la vida social de los que formamos parte de este instituto. Nuestra tarea y labor es la de conocer la realidad social del mismo y lograr que aquello que llamamos convivencia se convierta no una palabra vacía de significado, sino que tenga un poder transformador de las personas que nos vemos forzados a compartir un tiempo y un espacio. Una transformación para bien, para mejor. El tiempo es el que es... El timbre, las prisas, los agobios, los baños, los recreos... También lo que ocurre en nuestras casas, porque sin quererlo, a través de las redes sociales, también estamos conectados con el instituto. Y el espacio..., aulas en las que reverbera el sonido, pasillos estrechos que impiden una distancia amable entre las personas... Ni la organización del tiempo y del espacio nos facilitan las situaciones en las que nos encontramos con los demás. Tampoco los exámenes, las normas del instituto, no poder ir al baño cuando uno lo desea, no poder ni chistar en clase mientras explica el profesor, porque sino, se desconcentra y tiene un brote de cabreo. Pero..., a pesar de ello, convivimos. ¿Qué significa? Algo tan hermoso como estar juntos compartiendo una vida. Y para que la vida, nuestra vida, sea la mejor posible, desde un punto meramente egoísta, tenemos que aprender a vivir bien con nosotros mismos y con los demás. Saber disculpar nuestros errores y los ajenos. Pero claro..., para disculpar nuestros errores tenemos que tener la suficiente autocrítica y humildad de saberlos reconocer... Evitar envidias, comparaciones. También burlas y ofensas gratuitas hacia aquéllos que comparten vida con nosotros. Lograr y conseguir que todos nos sintamos mejor.

Humildemente, de todo ello nos encargamos desde la Comisión de Convivencia, la cual, de manera discreta, valora y detecta cualquier conflicto que pudiera existir dentro de la comunidad educativa. Para la labor de detección y también de ayuda e intervención se encuentran los alumnos ayudantes. Son ellos los que en cierta forma tienen la suficiente empatía para preocuparse de alumnos y alumnas que no puedan estar pasando por una situación fácil y no tengan el atrevimiento y la confianza suficiente de comunicárselo a un profesor o profesora. Ellos también forman parte de esa labor. Son el eslabón de confianza entre el mundo de proyectos e ilusiones vuestro y el de los adultos. Nos acordamos especialmente de los talleres teatralizados para expresar emociones de Isabel, que durante un breve tiempo, fue nuestra Jefa de Estudios.

Y, como en el mundo escolar gran parte de los aprendizajes se realizan a través de actividades, desde esta Comisión también se propusieron nuevas formas de encuentro intergeneracional entre vosotros como la de "Hermanos mayores" o, un proyecto fallido, como la posibilidad de acoger durante una mañana a los alumnos de Mallén que el curso que viene estarán con y junto a nosotros.

Que el próximo curso se mantenga vivo el espíritu de la importancia que es vivir bien y compartir una vida junto a aquéllos que sin quererlo ni desearlo están a nuestro lado. Porque a veces, a esas personas a las que tanto llegamos a querer, se nos cruzan en nuestra vida sin habérselo pensado ni propuesto.

Ara Mairal 3ºA



**immune**

Ahora los organismos microscópicos son nuestros enemigos más peligrosos. Son de distintas clases y producen distintos síntomas o enfermedades según el tipo que sean y dónde se instalan.

TOXINAS  
BACTERIAS  
VIRUS  
VENENOS

Para hacerles frente se necesitan los leucocitos, de los que participan diferentes tipos como linfocitos B y T, los polinucleares y los macrófagos.

LINFOCITOS B  
LINFOCITOS T  
MACRÓFAGOS  
POLINUCLEARES

En nuestro cuerpo hay una gran cantidad de células blancas, alrededor de 140.000.000.000 y nos protegen de todo lo que sea extraño o perjudicial, la mayoría se encuentran en la médula ósea.

Todos los días 15.000 millones de glóbulos blancos se ponen en marcha en nuestro cuerpo formándose en el timo, que es el órgano donde se forman las defensas. Los linfocitos actúan destruyendo a nuestros "enemigos". Ahora explicaremos con más detalle a los enemigos de nuestro cuerpo. más importantes.

TIMO

Ahora explicaremos los virus de varias clases. Los virus necesitan las células de nuestro cuerpo para reproducirse así que las invaden y destruyen. Los virus producen enfermedades como la gripe, el sarampión, las paperas, el polio.

A veces con la vacunación se pueden erradicar completamente los virus y enfermedades producidas por estos, pero a veces no. La viruela si se pudo erradicar, por ejemplo.

Ahora hablaremos sobre las bacterias en nuestro cuerpo. Las bacterias se instalan en lugares de nuestro cuerpo que les sean favorables para proliferar, producen, entre otras tosferna, disenteria, tuberculosis y meningitis. Hay bacterias que se han hecho resistentes a bastantes medicamentos, como los estafilococos.

No sólo hay bacterias malas o perjudiciales también hay bacterias beneficiosas que ayudan a la digestión o fabricación de vitaminas.

PERJUDICIALES  
Bacilos de Shigella  
BENEFICIOSAS  
Lactobacilos

Toca cambiar de tema, ahora aprenderemos sobre los linfocitos. Los linfocitos son muy maleables ya que a veces tienen que pasar a los vasos sanguíneos. En el plasma estos están con las proteínas, los lípidos, las sales minerales, las vitaminas...

Que juntos representan más de la mitad de la sangre y la otra mitad es el oxígeno. El cuerpo necesita constante combustible. Las plaquetas, que también se encuentran en el plasma también protegen a nuestro organismo, por ejemplo cerrando las heridas.

GLÓBULOS ROJOS  
PLAQUETAS  
VITAMINAS  
LÍPIDOS  
PROTEÍNAS  
SALES MINERALES  
GLÓBULOS BLANCOS

Los diferentes tipos de Linfocitos que protegen a nuestro cuerpo son:

LOS LINFOCITOS B- Combaten al enemigo con anticuerpos solo en un tipo de enemigo, Virus gripe C, pero disponen de defensas en todos los campos, si hay muchos enemigos se produce la amitosis o desdoblamiento, para poder tener más defensores que enemigos.



7

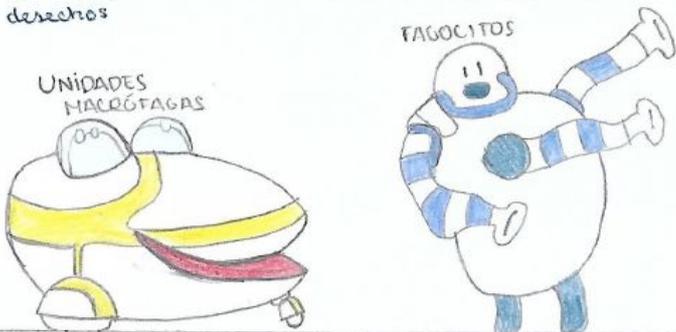
LOS LINFOCITOS T: Combaten al enemigo muy de cerca, los más abundantes son los polinucleares que combaten directamente y fagocitan



8

Hay más leucocitos como...

Las unidades fagocitarias y los macrófagos que limpian la suciedad y las toxinas, también los desechos



9

LOS Interferóns

Los interferones actúan para no dejar pasar los virus y los detectan cuando invaden una célula. Las células de nuestro cuerpo son HLA, por lo tanto si detectan algún organismo que no sea así dará la alarma y vigilarán las células en transformación.



10

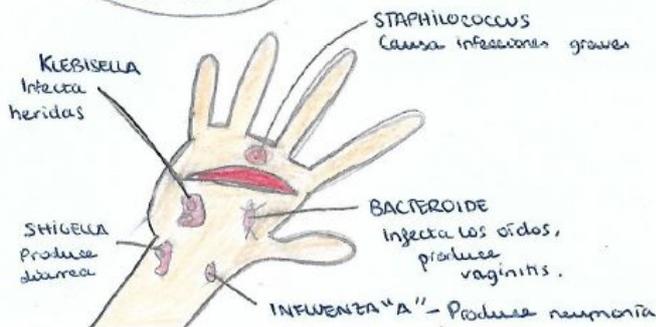
Espero que hayáis entendido todo, ahora empezaremos con el tema y la explicación de la vacunación. Las vacunas hay que tener en cuenta que son pequeñas dosis de la enfermedad contra la que nos queremos proteger, pero es el virus atenuado o debilitado para que nuestro cuerpo genere anticuerpos con los que poder vencer al virus si lo contraemos. Las vacunas así siempre son efectivas si nos las colocan correctamente.



11

Cuando hay una herida abierta pueden entrar muchos microorganismos a nuestro cuerpo y pueden ser peligrosos, estos al alimentarse producen toxinas.

Cientos de bacterias podrían infectar nuestra herida abierta.



12

No todas son  
igual de peligro-  
sas, pero debemos  
vacunarnos contra  
los virus y bacte-  
rias serios.

Al estar vacunados tenemos  
todos los anticuerpos necesarios para  
hacer frente a la infección específica  
por la que nos hemos vacunado, ya  
que nuestros anticuerpos están preparados para  
hacer frente a la agresión.



13

¿Y qué pasa  
si no nos  
vacunamos?

Si los anticuerpos no conocen a los  
"intrusos" el virus se sigue extendiendo  
y podríamos estar en un grave peligro  
ya que podríamos enfermarnos o incluso (si  
infección es muy seria) morirnos.

Además la vacunación también es un acto de responsabilidad  
y respeto a la sociedad, ya que si una enfermedad es  
muy infecciosa y no nos vacunamos y la contraemos  
podríamos infectar a los demás, por lo tanto contribuimos  
a la expansión de la enfermedad.

14

¿Qué pasa  
si la enferme-  
dad no se eli-  
mina al comple-  
to?

Hay que tener cuidado y hay que  
revacunarse si es necesario, ya que  
si no se elimina el virus o la bacteria  
perjudicial al completo, estas podrían  
multiplicarse para crear una nueva infección.

Por eso es tan importante seguir las instrucciones  
de los médicos y vacunarse.



15

kin



16

## Mi diario de cuarentena

Daniel López (2ºB)

### PRIMERA SEMANA

#### LUNES, 16

Diario de una cuarentena aburrida:

-Salida de la habitación a las 8:30 después de una partida online al móvil

-Desayuno y vuelta de reconocimiento a las paredes de casa. Están como ayer.

-Siguiendo las recomendaciones de mi madre, ducha y rutina. Ella sigue en la cama, algo no me cuadra.

-Me pongo a ordenar la habitación. La pelusa de la esquina comenzaba a dar miedo.

-11:00 Repaso de las tareas a realizar durante el día. Me pongo al día con los estudios. ¡Viva la cuarentena!

-13:30 comida en el salón frente a la tele. Comentan por encima algo de un virus o nosequé. Creo que afecta a los reyes o algo. Comentan cosas de la corona.

14:00 Después de recoger la mesa con mi madre calmo mis ganas de lanzarme por la ventana con una partida a la play.

15:00 Repaso de las tareas, hoy ha tocado Inglés.

18:00 Abro el ordenador y veremos cómo acaba este día. Lo mismo me voy a tomar algo a la plaza y abrazo a gente.

#### MARTES, 17

Segundo día de la cuarentena aburrida.

8:00 Ha sonado el despertador. No me he levantado.

8:30 Ha sonado el grito de mi madre. Sí me he levantado.

Desayuno y veo un poco la tele.

9:20 Me estoy haciendo un jaleo alucinante con el Classroom, el correo, el Aramoodle y la vida 2.0.

MI DIARIO  
DE  
CUARENTENA

#YOESTUDIOENCASA

#### JUEVES, 19

9:00 Me ha despertado mi madre y he recordado que estaba soñando con ir al instituto, que teníamos examen. ¡Madre mía, qué susto!

Me he puesto con las tareas después de desayunar y he comprobado cómo los profesores NO están de vacaciones.

A las 14:30 hemos comido. Aún tenemos comida de la compra que hicieron mis padres antes de la cuarentena. Imagino que quedará comida para 6 meses y 30 años de papel higiénico.

He visto unos vídeos en youtube después de comer y he vuelto a los deberes.

Sigo con ellos a las 18:30. Casi hubiera sido mejor el examen.

Me va a venir muy bien esto de la cuarentena para manejar mejor el ordenador porque parezco un abuelo. Solo me falta decir "interneté".

Estoy tirando la basura unas cuatro veces al día para ver si me da un poco el aire.

## Mi diario de cuarentena

Mario Latorre (2ºA)

### LUNES, 16

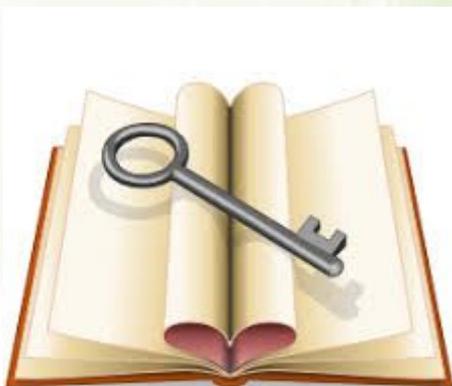
Comienza la cuarentena. Todos mis objetivos, metas, sueños, pensamientos, todo se ha visto reducido a uno: sobrevivir. Todo lo que quería hacer y había planeado hacer hoy para sobrevivir se ha venido abajo nada más levantarme y descubrir que no había luz.

Preso del pánico, me dispongo a bajar las escaleras en dirección a la caja de fusibles. No funciona, me quedo atónito. Desesperadamente intento que funcione apagándolo y encendiéndolo, pero es inútil, me siento destruido, como cuando mojas una galleta en el café y se hunde.

Un rato después ha vuelto la luz. Me he sentido en lo alto al ver encenderse las luces LED del techo, el reloj del microondas marcar las 0:00 esperando a ser configurado, al ver el televisor encenderse con su exclusiva y llamativa animación.

### MARTES, 17

Hoy mis esperanzas y planes otra vez se han visto sumergidos en un océano de vacío al ver inundada la bodega. Al ver las baldosas de fría piedra en torno al sofá sumergidas en un océano de agua de lluvia con una profundidad en torno al centímetro. Si quiero sacar y socorrer mis esperanzas, debería caminar sobre dicho océano de vacío y sacar de allí el televisor. Y así he hecho: he sumergido mis pies en aquel océano de vacío en dirección al televisor. Un rato después he logrado escapar de todo ese vacío con el gran y antiguo televisor en mis manos. Cansado, he llevado el televisor en dirección a mi cuarto.



### MIÉRCOLES, 18

Esta mañana me he despertado con la esperanza de que fuera un buen día, pero mi esperanza se ha visto estrangulada con mis padres, que una vez acabada la tarea, han otorgado el trofeo de la videoconsola a mi hermana. Me he sentido furioso. Instantáneamente he asaltado el salón y salido de allí con la videoconsola entre manos. Me he sentido poderoso, me sentía como un soldado de guerra escapando del enemigo entre mil balas tras haber robado un archivo de brutal importancia. He llevado el trofeo de la videoconsola y lo he puesto sobre la mesa, con gesto de gloria.

### JUEVES, 19

Hoy la casa se ha sentido como una guerra. Las habitaciones representando naciones, las discusiones representando batallas y la ignorancia representando victorias. Por ello he tratado de evitar al máximo las discusiones para evitar batallas y mantener mi habitación neutral ante las segundas invasiones procedentes de mis padres y hermana, pero mis esfuerzos han sido inútiles ya que ellos iban con cabezas nucleares llamadas castigos, que se han encargado de arruinar mi día.

### VIERNES, 20

Hoy ha estallado la gran bomba nuclear llamada notas. Mis padres instantáneamente me han declarado la guerra y yo he tenido que iniciar una defensa antiaérea frente al bombardeo inminente de castigos que se me venía encima. Por suerte, a pesar de que algunas bombas han logrado impactar he sobrevivido a esta pesadilla, con graves heridas, he de decir. El resto del día ha transcurrido con normalidad, con mi supervivencia como principal objetivo.

## Cerveza fría

Ana Colominas 2º BACH

Y de repente, se para.  
 El tiempo transcurre aunque las manecillas no avanzan.  
 Se calan, sorprenden, asustan.  
 La prisa es sustituida por la incertidumbre,  
 el tiempo ya no es una excusa.

Toca cambiar, toca adaptarse.  
 Toca, toca, toca... Pero no me toques.  
 Si me quieres, no te acerques.  
 No me beses, no vengas a verme.  
 No, no, no... ¿No es surrealista?  
 Hace nada te creías muy lista.  
 Inteligente,  
 como toda la gente que solo piensa en lo que ella siente.

Pero eres vulnerable.  
 La más fuerte es esa chica afable  
 que trabaja todo el día  
 y que la sociedad, de manera repentina,  
 convierte en heroína,  
 aunque luego no quieras que sea tu vecina,  
 no te vaya a contagiar.  
 ¿Hasta este punto teníamos que llegar?

No imaginabas lo que esto podía demostrar.  
 A cuánta gente iba a desenmascarar...  
 Pero también todo lo que te iba a enseñar,  
 lo que ibas a aprender a valorar.  
 Que te ibas a adaptar.

Y aunque sabías que un día volverías,  
 muy lejano lo veías.  
 Pero ahora sabe mejor esta cerveza fría.  
 Y aún mejor que la cerveza  
 sabe la certeza de que lo único contagioso es la risa.  
 Y aunque volvamos a tener prisa,  
 llegues o no puntual,  
 abrazar ha dejado de ser ilegal.

## Bacteriófagos, virus que pueden curarnos

Katrina Gil, 2ºBACH

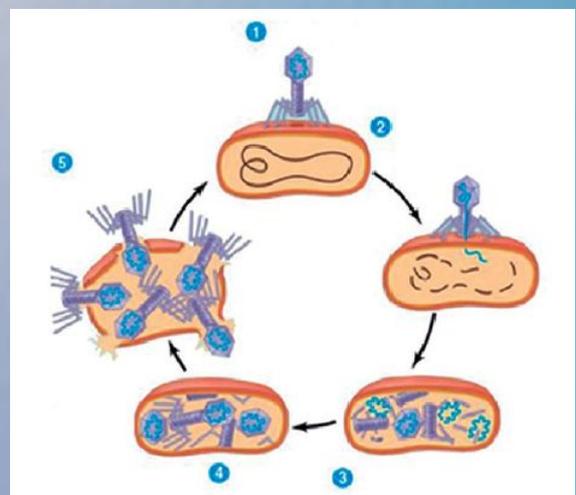
En un momento en el que casi medio mundo está sufriendo las consecuencias de una pandemia, que se saldará con miles de muertos, grandes consecuencias económicas y un impacto en las vidas de todos nosotros. Ahora, que todos tenemos un enemigo común, el coronavirus, el que a todos, en cierta manera, nos ha cambiado la vida, quien nos iba a decir que también hay virus "buenos" o mejor dicho, que los virus también pueden jugar a nuestro favor. En los últimos años, el uso y abuso de los antibióticos ha aumentado y con ello muchas bacterias se han vuelto resistentes a estos; esto sucede ya que cuando ciertas bacterias se exponen a un antibiótico, las más sensibles mueren, quedando solo las resistentes, que a su vez pueden transmitir esa resistencia a su descendencia. Así pues, este hecho puede ocasionar que muchas enfermedades infecciosas puedan volverse incontrolables. Actualmente se calcula que 700.000 personas mueren cada año en el mundo por infecciones resistentes a los antibióticos. Este hecho ha creado la necesidad de buscar una alternativa a los tratamientos convencionales de antibióticos, de donde surge la **fagoterapia**, una terapia que utiliza los bacteriófagos, un tipo de virus que infecta a las bacterias, para tratar infecciones bacterianas patógenas.

**Los bacteriófagos**, al igual que otros virus, infectan a la célula inyectando su material genético en ella, que será utilizado para fabricar muchas más copias de tal virus en el interior de esta, finalmente todos los nuevos virus generados en la célula huésped serán expulsados y con ello se producirá la muerte de esta, además los nuevos virus generados infectan a células próximas, lo que podría suponer la muerte de una población bacteriana completa. Este fenómeno conocido como **ciclo lítico**, que finaliza con la muerte celular, es utilizado por la fagoterapia para acabar con la población bacteriana patógena

La fagoterapia además nos otorga grandes beneficios respecto a los antibióticos, ya que los bacteriófagos son capaces de degradar el biofilm, ecosistema de las bacterias patógenas, que es difícil de combatir por los antibióticos e incluso por nuestro propio sistema inmune. Además la principal ventaja que nos presenta esta técnica es la especificidad de los bacteriófagos, que permiten garantizar que solo serán dañadas las bacterias patógenas, a diferencia de lo que sucede con muchos antibióticos que pueden dañar a nuestra microbiota intestinal. Por último destacar que los bacteriófagos, al ser virus con un genoma tan sencillo, podríamos modificarlos para nuestro beneficio, a través de ingeniería genética.

Actualmente los bacteriófagos son utilizados para tratar infecciones bacterianas que no responden a los antibióticos convencionales, en Rusia y Georgia. También, desde 2005 existe una unidad de terapia de bacteriófagos en Breslavia, Polonia.

Así pues, como podemos ver, no hay **frontera** para estos pequeños parásitos imprevisibles que constituyen, además, la entidad biológica más abundante del planeta y que tan pronto provocan una pandemia global, como nos ayudan a salvar vidas.



## Fin de etapa en la distancia

Daniel Baya y Carlota Zaro 2º BACH

A pocos días del que hubiera sido uno de los días más importantes de nuestra vida vemos esta semana con nostalgia. Nuestra graduación, sí nuestra graduación... Un día en el que juntos al igual que como lo empezamos los alumnos de segundo de bachiller íbamos a cerrar una etapa de nuestra vida. Meses de preparación, nervios y sobre todo ganas de que llegara el día, ese 15 de mayo que nos parecía tan lejano hace apenas 2 meses. Pero bueno, nosotros aquí seguimos en nuestros últimos días de bachillerato, un final de evaluación distinto a cualquier otro vividos anteriormente, trabajando desde casa como máquinas a todo tren.

Es raro ver cómo nuestro día a día ha cambiado en tan poco tiempo, de pasar de estar con nuestros compañeros y amigos, a tener como compañía una pantalla que solo nos deja ver a unos pocos que siguen poniendo la cámara a las 8 de la mañana... Claro que nadie pensábamos acabar así nuestros últimos días en esas aulas del tercer piso, ahora vacías. Pero eso sí no deja de ser un final, un final diferente, pero un final, de donde nos llevamos grandes amistades, momentos que no olvidaremos, ataques de risa, lloros, obras de teatro, profesores únicos, viajes, cenas de clase, fiestas del instituto... Solo nos queda decir ¡Gracias! , gracias IES Juan de Lanuza por todos estos años inolvidables, esperaremos pacientes para una despedida como se merece.

Daniel Baya

Quién nos iba a decir a nosotros que el 12 de Marzo de 2020 iba a ser nuestro último examen en el IES Juan de Lanuza, y menos aún que el viernes 13 de Marzo iba a ser nuestra última mañana juntos. Sí, el CORONAVIRUS había llegado y no nos iba a dejar acabar de forma normal. Puede sonar raro e increíble pero podemos decir que en nuestro 2º bachiller hemos acabado escuchando más la palabra Coronavirus que la palabra Selectividad. Esta situación nos ha pillado a todos nosotros desprevenidos y ha cambiado todos nuestros planes. Nos ha tocado en el peor año que nos podía haber tocado pero con esfuerzo todo es posible. Hemos estado 2 meses en casa sin salir, estudiando vía online y esto supone doble esfuerzo tanto para los profesores como para nosotros pero aquí estamos, ha llegado el día de poner punto y final, no es como todos esperábamos ni tampoco como nos lo merecíamos pero estoy segura de que nuestra celebración llegará.

No vamos a tener graduación (de momento), tampoco el esperadísimo verano más largo de nuestra vida que todos esperábamos con ansias, ni fiestas de los pueblos, ni nuestro viaje a Salou, que ha sido nuestra única motivación desde el minuto uno que empezábamos este año. Nos ha tocado a nosotros y aunque bastantes días se nos ha hecho cuesta arriba, lo hemos conseguido!!!!!!!!!!!!

Ahora solo nos queda la Selectividad, es el último empujón ahora de verdad, pero estoy segura que nos va a ir genial, porque cosas peores hemos tenido que hacer este curso, así que a por todas!!!!!!

Este año lo vamos a recordar siempre y a pesar de todo podremos celebrar aquello que no hemos podido, no se cuando, pero lo haremos.

Carlota Zaro

**Andrea Lorente y Reda Hamzaoui 2º BACH****Otro más**

Y así ponemos fin a otro año en el instituto. Otro año de nuevas experiencias que podemos sumar como nuevos recuerdos. Recuerdos de esos que nos hacen regresar al instante en el que estábamos y volver a disfrutar.

Para algunos ha sido el primer año, y estoy segura de que lo acogieron con ilusión como hicimos todos en su día. Los de tercero ya han dudado un poco en qué asignaturas cursar al año que viene. Y los de cuarto acaban de decidir qué bachillerato les va mejor. Qué pena que para algunos sea el último, pues para que esta cadena siga, debe haber un grupo que se tiene que marchar. Y así es, nosotros nos vamos para que otros vengan.

Y este año las circunstancias no nos han acompañado a la hora de seguir por el camino normal. Y es verdad que a algunos nos ha afectado más que a otros, ya que no nos ha dejado acabar el curso como ya teníamos previsto.

Aun así, sólo puedo decir que el tiempo corre y que todos los que pasamos por el instituto deberíamos aprovecharlo de verdad. Porque en realidad, todo el tiempo ahí dentro, nos hace más grandes. Y, a pesar de las circunstancias, poniendo fin a otro año en el instituto, hemos vuelto a crecer un poquito más.

Andrea Lorente Ballesta

De entre todo lo que ha provocado el coronavirus en nuestra sociedad una de las cosas que más han afectado a los estudiantes ha sido el hecho de no poder acudir a las clases físicamente, en lugar de eso se han programado clases online a través de diversas plataformas y aunque esto nos permita preguntar dudas y seguir avanzando con el temario de clase no se puede comparar ni de lejos con el poder estar en una clase con tus compañeros y el profesor, hacer clases online supone que en el momento en el que un alumno sufre algún problema de conexión ya no pueda asistir a la clase lo que hace que sea más difícil estar al día con todo.

Está claro que el coronavirus ha causado estragos en prácticamente todos los países del mundo y por desgracia hay países que lo han sufrido de una manera devastadora como es el caso de España que es donde yo vivo, a mi no me ha afectado mucho en el aspecto de no poder salir de casa puesto que siempre he sido una persona a la que no le gusta salir a la calle si no es para ir a correr, sin embargo donde si me ha afectado bastante ha sido en el ámbito escolar porque siempre se me ha dado mal esto de usar el móvil, el ordenador y este tipo de cosas así que me ha costado bastante poder ponerme al día en algunas asignaturas, sin embargo ahora que estamos en la fase 1 de la cuarentena y se puede salir con una relativa libertad puedo ir a hacer ejercicio al exterior con tranquilidad.

Al parecer todo el tema de la cuarentena está evolucionando correctamente y ya solo podemos esperar a que todo esto finalice de una vez por todas para poder volver a ir a la piscina ahora que llega el verano, salir a cenar a los bares y en conclusión poder volver a hacer una vida normal sin tener que preocuparnos de la pandemia que nos ha puesto en esta situación tan delicada

Reda Hamzaoui

## El papel de las antenas informativas en el IES Juan de Lanuza

Susana Gil Espligares

La Comarca del Campo de Borja, junto con el grupo de acción local "ASOMO" formamos parte de un proyecto llamado JÓVENES DINAMIZADORES RURALES (JDR). JDR es una red de jóvenes inquietos y emprendedores, capaces de dinamizar y transformar su entorno promoviendo la participación entre sus iguales. JDR apuesta por la permanencia del medio rural aragonés, basándose en el valor más escaso pero también más potente que tienen nuestros pueblos: los jóvenes.

En la base de Jóvenes Dinamizadores Rurales están las Antenas Informativas: Un grupo estable y activo de jóvenes de 13 a 18 años que informa a otros jóvenes en el territorio, liderando proyectos y difundiendo actividades de interés para promover la participación entre sus iguales.

En la captación y trabajo con las Antenas informativas es fundamental el papel de l@s técnicos de juventud. Son ellos los que les dan las herramientas para realizar actividades y los acompañan en toda su andadura.

El servicio comarcal de juventud del campo de Borja lleva participando en este proyecto desde el año 2016, contactábamos con los jóvenes a través de los centros juveniles de la Comarca, pero siendo conscientes de que no llegábamos ni siquiera al 50% de la población comprendida entre los 12 y 18 años, expusimos nuestro proyecto a los centros de secundaria y les pedimos ayuda para poder trabajar con los chavales desde el IES. Una vez reunidos con el equipo directivo y con el equipo de igualdad del IES Juan de Lanuza, nos pusimos manos a la obra y comenzamos a trabajar en los recreos con las Antenas que ya teníamos y con Antenas nuevas que se nos iban uniendo, ya que les interesaba el proyecto.

Con ellas trabajamos un proyecto de igualdad (tema transversal de este año para trabajar con las antenas en todos los territorios implicados) y micromachismos. Realizamos un photo call para el día 8 de marzo, donde cada alumno tuvo la oportunidad de invitar a una mujer referente en su vida para poder hacerse una foto con ella.

Todo esto sin la ayuda del grupo de igualdad del IES, ¡¡GRACIAS, Carmen Pomar!!, y desde luego sin nuestras Antenas: Patri, Aitana, Marita, Alba S., Lucia, Alejandra, Kira, Alba A., Elia, Ariane, Ruth y Zulema, no hubiese sido posible. Lamentablemente la crisis sanitaria nos obligó a parar pero teníamos un encuentro programado para juntarnos con las antenas de las distintas comarcas y posteriormente un Campo de Trabajo en la Comarca del Matarranya.

Desde aquí quiero hacer un llamamiento: toda aquella gente dinámica y que quiera hacer algo por su municipio y además esté interesado en participar en el proyecto, se ponga en contacto con el Servicio Comarcal de Juventud en el 976852858 o [juventud@campodeborja.es](mailto:juventud@campodeborja.es) o en el IG [@juventudcampodeborja](https://www.instagram.com/juventudcampodeborja).

Por último, quiero, también, mandar un mensaje de ánimo y esperanza a mis chicas y decirles que volveremos con más ganas y más fuerza que nunca e iremos a esos encuentros que les prometí.

Susana Gil (técnico de juventud de la Comarca del Campo de Borja)



## Carta para paciente de coronavirus

Ara Mairal 3ºA

Hola, buenos días, tardes o noches,

Ya sé que usted no me conocerá, ni yo a usted, por eso he decidido usar el trato cordial. Espero que no le moleste.

No sé de su situación, pero espero que se encuentre bien y con fuerzas. Si se encuentra más vulnerable, le hago saber que debe tener una mentalidad positiva. Eso le ayudará. Si todavía no se lo han dicho sus familiares, amigos o sanitarios a su alrededor, quería decirle que usted, que está luchando contra el coronavirus, es un héroe. No importa si el contagio fue por ser imprudente, pues seguro que está cansado y se merece ser curado. Su cuerpo está trabajando mucho con sus anticuerpos para vencer al virus y se merece descansar.

No se olvide de agradecer a los sanitarios de su alrededor por su duro trabajo y de vez en cuando, dedíqueles una sonrisa.

Estoy segura de que usted puede superar esta enfermedad. No se rinda y siga luchando, sonría si puede y piense en positivo. Lo malo acabará y las nubes se abrirán para dejarle paso al sol, que brillará con más fuerza que nunca, como nunca antes lo había hecho. ¡Cúrese! Se lo deseo de corazón.

Mis mejores deseos.

Una simple chica

## ¿Qué está pasando? Realidad

Marita Pérez 3ºB

La vida a veces nos abofetea de la forma más fuerte que ella puede. Nos deja sin aliento y sin fuerzas para poder seguir caminando por este viaje. Nadie cree que a él o ella le darán un puñetazo, pero justamente cuando estás dando la espalda te empuja del suelo a otro lugar en el que los grises se inundan de ti. No es fácil salir de aquí. Es muy complicado llenar de nuevos y vivos colores aquel peculiar sitio. Solamente si eres capaz de visualizar el fin de este túnel tus colores se apoderarán de ti.

El problema de nuestros grises es que no nos dejan mirar más allá de esa neblina que inunda nuestro pensamiento, nuestra realidad. Todo lo bueno de este mundo se acaba, pero lo malo también lo hace, lo único que nos es más fácil ver una cosa en vez de la otra.

Lo peor que podemos hacer en estos momentos es apagarnos y dejar de luchar por lo que queremos conseguir. Debemos mantener la esperanza y ser responsables de nuestras acciones.

Nunca antes tantas personas se habían quedado atrapadas en este lugar, sin que nadie pueda ir a visitarlas porque ya casi están perdidas. Es difícil mantenerse en pie y durar tanto tiempo en esta posición por lo que ya muchas personas se han agachado para no volver a levantarse.

Con esto no quiero decir que no nos podamos levantar cuando nos agachemos, o simplemente que no nos podamos quedar en pie. Pero, sí que si queremos levantarnos, nos será más fácil si unimos nuestras fuerzas y hacemos una grande y unida para llegar al mismo objetivo.

A veces ingerimos una gran dosis de realidad.



**María del Camino Domínguez y Katrina Gil 2º BACH****¿Fronteras?**

“Línea real o imaginaria que separa y distingue un estado de otro”.

Siendo esta la definición de “frontera”, ¿debemos suponer que existe una línea que separa nítidamente el latín del castellano, la masculinidad de la feminidad?

Debemos asumir entonces, que el mundo está compuesto de cosas heterogéneas, clasificables y expresamente definidas, y por ende, limitadas, invariables, estáticas.

Sin embargo, basta con abrir los ojos para apreciar que cada persona, cada lengua, cada cultura, está sometida a constante cambio, porque eso es lo que le da la vida. Se pierden algunas características, se adquieren otras, se mezclan, se cambian, pierden su forma y adquieren una nueva, e inmediatamente se les cambia la etiqueta y se las encasilla en un cajón distinto. Porque así es cómo funcionamos, andamos locos por tenerlo todo cuadrulado.

Yo no creo en las fronteras. Porque no creo que exista una línea que determine si eres hombre o mujer, más allá de las construcciones sociales que nos han metido con calzador, ni creo que haya una línea en la que el latín dejó de ser latín para ser castellano, ni en la que el indoeuropeo dejó de serlo para pasar a llamarse latín.

Las cosas cambian, crecen, y definir las no es sino una pérdida de tiempo con el único fin de limitarlas.

La humanidad no es limitable. Dejemos de establecer fronteras.

María del Camino Domínguez

**Tiempos de Coronavirus**

Hace dos meses que vivimos un tiempo paralelo a nuestras vidas, una situación que ninguno de nosotros esperaba y, por supuesto, que nos ha provocado algún que otro dolor de cabeza, ya fuese por el futuro de nuestros estudios, por el negocio de nuestros familiares, por cuándo podríamos ver a nuestros amigos o por la salud de nuestros abuelos. A pesar de todo, ha sido sencillo para la mayoría, quedarnos en casa y esperar a que todo vuelva a la normalidad.

Sin embargo, alguien se ha parado a pensar en aquellos que no tienen casa, en aquellos que viven en un campamento junto a cientos de personas donde es imposible mantener un aislamiento seguro o en aquellos que incluso puede que no tengan las condiciones sanitarias necesarias para protegerse del virus.

Y es que la guerra y la desigualdad ha debido de ser lo único que no ha frenado el coronavirus, su única frontera.

Ahora, después de dos meses en nuestras casas encerrados es un buen momento para reflexionar sobre aquellos que no tienen otra alternativa que abandonar sus hogares. Ahora que hemos estado dos meses sin ver a nuestros familiares y amigos es un buen momento para pensar en aquellos que se van y tienen que dejar a sus seres queridos, sin saber siquiera si los volverán a ver, o aquellos a los que les toca despedirse en una lancha en medio del mar.

El coronavirus ha sido una tragedia que ha dejado muertos, crisis económica y un impacto emocional en todos nosotros, por eso creo que es un buen momento para pensar en aquellas situaciones que continuarán, por desgracia, una vez que el coronavirus haya desaparecido.

Katrina Gil 2º Bach

# Repostería para el confinamiento

Tomás Gómez



## TARTA DE ZANAHORIA

### Ingredientes:

- 350 gramos de zanahoria rallada
- 250 gramos de harina de trigo
- 4 huevos
- 120 gramos de azúcar normal
- 150 gramos de azúcar moreno
- 150 ml de aceite de oliva suave
- 1 cucharadita de canela
- Una pizca de sal
- 100gr de nueces
- 2 cucharadas de levadura
- Para la cobertura
- 350 gramos de queso tipo philadelphia
- 80 gramos de azúcar glass

### Preparación:

- Lo primero que haremos será mezclar por una parte la harina, la levadura, la sal y la canela.
- En otro bol mezclamos bien los huevos con los dos tipos de azúcar hasta que doble su volumen.
- Agregamos la mezcla de harina poco a poco hasta que se quede una mezcla homogénea.
- Seguidamente incorporamos las zanahorias. Previamente las habremos pelado y rallado finamente.
- Incorporamos las nueces ligeramente troceadas.
- El aceite será lo último, lo agregamos en forma de hilo poco a poco hasta que se integren todos los ingredientes bien.
- Incorporamos la mezcla sobre los moldes, llenado  $\frac{3}{4}$  partes y la horneamos a  $180^\circ$  durante unos 25 minutos. Para saber si está listo pinchamos con un palillo y cuando salga seco, estará listo.
- Retiramos y dejamos enfriar mientras hacemos la cobertura.
- En un bol mezclamos la crema de queso a temperatura ambiente con el azúcar glass hasta que se integre todo.
- Cuando esté frío el bizcocho lo partimos por la mitad y rellenamos con la cobertura.
- Cubrimos con toda la cobertura de queso la tarta y metemos a la nevera para que se enfríe.

## BROWNIE OREO

### Ingredientes:

- 115 gr de mantequilla
- 180gr de azúcar moreno
- 3 huevos.
- 120 gr de harina
- $\frac{1}{2}$  sobre de levadura
- 140 gr de chocolate negro
- 2 cucharadas de cacao en polvo sin azúcar.
- 10 galletas oreo.

### Elaboración:

- Precalentamos el horno a  $180^\circ$
- Derretimos el chocolate con la mantequilla al baño maría.
- Mezclamos los huevos con el azúcar.
- Añadimos la mezcla del chocolate sobre la mezcla de los huevos con el azúcar.
- Añadimos poco a poco la harina el cacao y la levadura, tamizados con un colador.
- Añadimos las oreo troceadas.
- Vertemos la mezcla sobre un molde apto para horno.
- Horneamos a  $180^\circ$  durante 25 minutos.



# TABLÓN DE ANUNCIOS

- Vecina, ¿me dejas dos rollos de papel higiénico?  
- Tu que te crees, ¿que soy cofidís?



## Fin de Semana

de crucero!

cruzo pa'la cocina,  
cruzo pa' la sala,  
cruzo pal' cuarto

y así...



## CICLOS FORMATIVOS EN EL IES JUAN DE LANUZA



1 CFGM COCINA Y GASTRONOMÍA

2 FPB COCINA Y RESTAURACIÓN

3 CFGM ATENCIÓN A PERSONAS EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA

SOLICITUD DE PLAZA: 19 AL 25 DE JUNIO  
MATRICULA: 16 AL 22 DE JULIO

C/ CAPUCHINOS N°1 BORJA

[HTTP://IESJUANDELANUZA.CATEDU.ES/](http://iesjuandelanuza.catedu.es/)

TLF: 976867307

E-MAIL: IESBORJA@EDUCA.ARAGON.ES

## SÉ UN HÉROE



*Pruebas de acceso a grado medio  
24 de junio*

