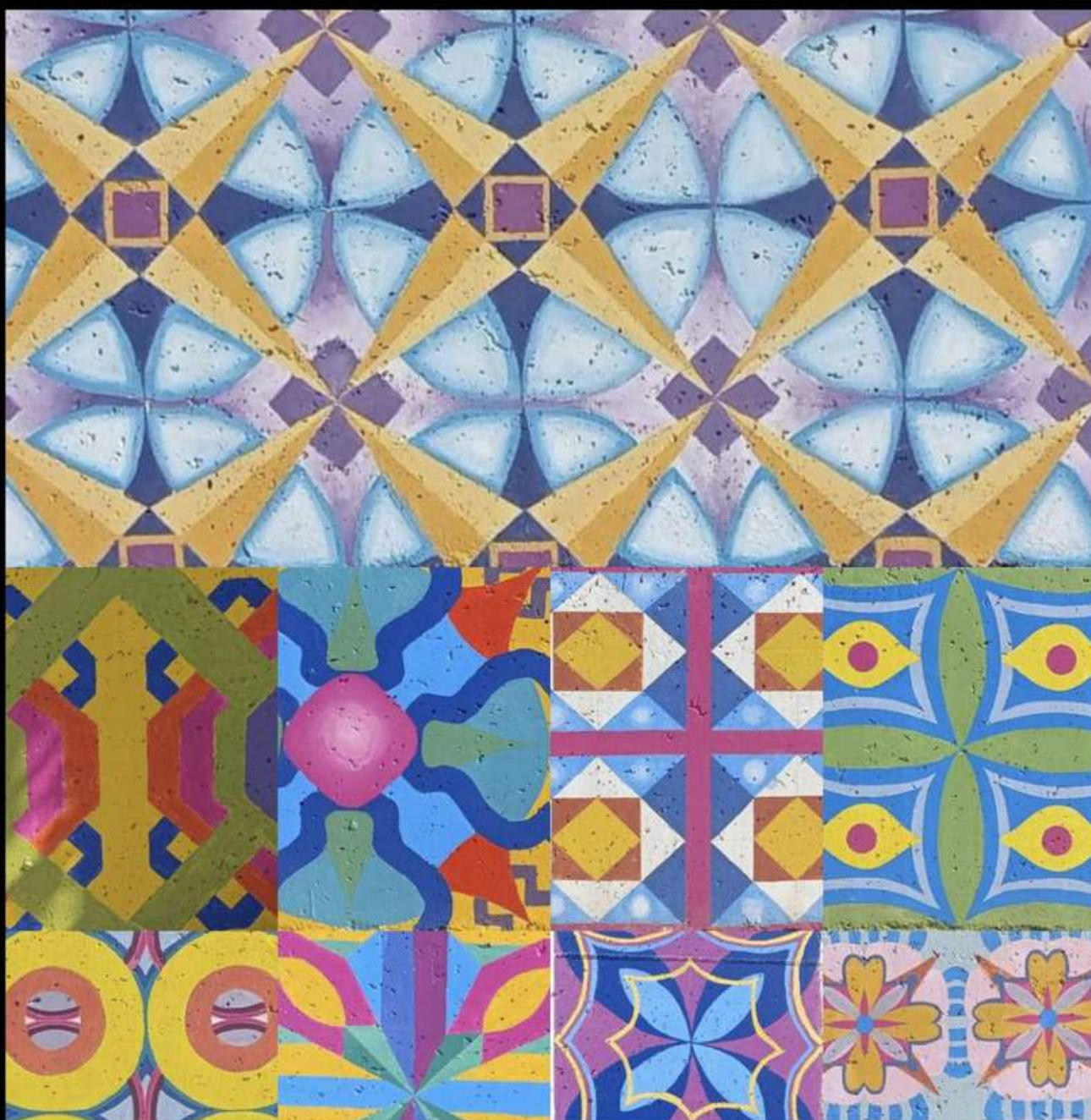


JULIO 25

Nº 2



INFOMENA

LO QUE PASA DURANTE
EL AÑO Y MÁS

ÍNDICE



Construyendo momentos juntos	04
Siete reglas para el buen estudiante	05
Entrevista a Alberto León	07
Murales Cultura Clásica	09
Vamos a contar historias	11
El rincón del lector	13
Atrévete a opinar	18
Días emblemáticos	22
Día Mundial del Alzheimer	23
Día de Todos los Santos	24
Día contra el Acoso Escolar	25
Día Internacional de la Mujer y la Niña en la Ciencia	26
Día de la Paz	27
Día De San Valentín	28
Día de la Mujer	29
Día del Libro	33
AMPA en el día a día	34
IV Jornadas de Economía y Empresa	42
Tutorías activas	45
Salir y Aprender	65
Proyectos	84
Encuentro lector	117
Graduaciones	124
Agradecimientos	131

CONSTRUYENDO MOMENTOS JUNTOS

Llegar al final de curso es un momento especial. Ha sido un año lleno de aprendizajes que no siempre aparecen en los libros, pero que dejan huella en cada uno de nosotros. Hemos aprendido a escucharnos, a respetar ideas diferentes y a argumentar las propias, a trabajar en equipo, a pedir ayuda cuando la hemos necesitado y a tender la mano a quien la haya requerido.

Cada página de esta revista es un reflejo de todo eso: del esfuerzo compartido, de los retos superados, de los errores convertidos en oportunidades y, sobre todo, de la ilusión que nos mueve a seguir aprendiendo.

Gracias a cada persona que forma parte de esta comunidad: profesores, familias, AMPA, personal administrativo y de limpieza y, por supuesto, a los verdaderos protagonistas, nuestros alumnos. Éstos, con su curiosidad y sus ganas de mejorar, nos enseñan cada día que el instituto es mucho más que un edificio: es un lugar donde crecemos juntos.

Que estas páginas nos recuerden todo lo que hemos logrado y nos inspiren a seguir soñando, aprendiendo y construyendo, curso tras curso, el futuro que imaginamos.

SIETE REGLAS PARA EL BUEN ESTUDIANTE



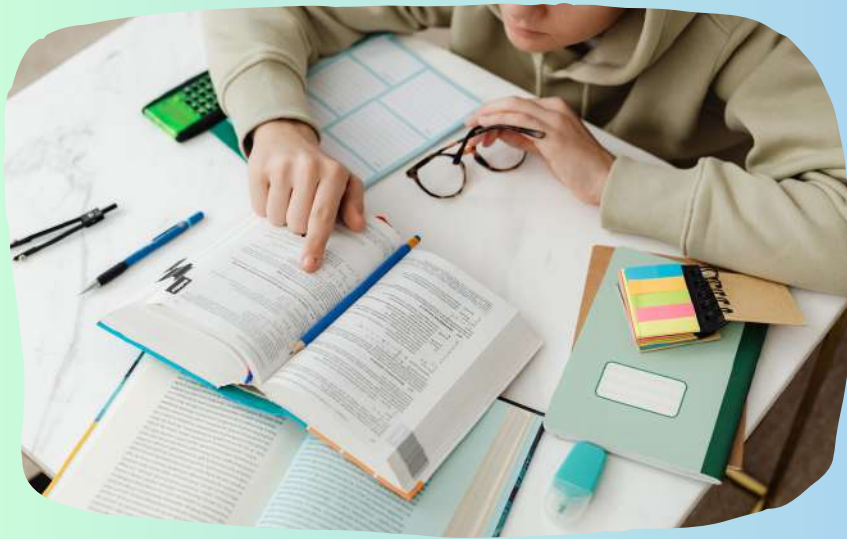
Todo buen estudiante debería de seguir un método concreto para avanzar convenientemente en sus estudios. Ser disciplinado, saber organizarse con el material de clase, tomar un hábito de estudio o llevar una vida saludable pueden ser algunas recomendaciones para ese fin.

Hace siete siglos vivió San Bernardino de Siena (Mare Marittima, 1380 – L'Aquila 1444) que fue un docto franciscano entregado a la predicación y a la educación. Dejó numerosas obras en latín y en romance. En 1427 propuso a los estudiantes de la Universidad de Siena siete reglas para ayudarles a hacerse hombres de provecho. Siete reglas que también pueden servir para el buen estudiante de otros niveles educativos.

Primera regla: el aprecio. No se llega a estudiar en serio si primero no se aprecia el estudio. Este hecho nos lleva además a apreciar los libros, la conversación, el trabajo en grupo y la cultura. Favorecen la atención respetuosa hacia nuestros semejantes.

Segunda regla: la separación. Es necesario separarse (apartar) ciertas costumbres si se quiere estudiar con garantías. Por ejemplo, dejar a un lado los malos hábitos o compañías poco convenientes.

Tercera regla: la tranquilidad. Si se quiere aprender, profundizar y recordar determinados conocimientos, hay que tranquilizar la mente y dejarla reposar. ¿Cómo estudiar estando pendientes del móvil, escuchando música o viendo la televisión? La mente del estudiante requiere un vacío del cuerpo como en las del espíritu. A modo de ejemplo, comer y dormir se debe hacer con medida, con un término medio.

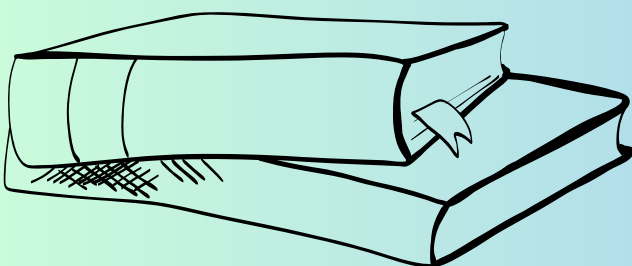


Cuarta regla: el orden y el equilibrio. Se deben tener tanto en las cosas del cuerpo como en las del espíritu. A modo de ejemplo, comer y dormir se debe hacer con mesura, con un término medio.

Quinta regla: la perseverancia. Hay que ser constante en el esfuerzo. No basta con decir: "¡Ya me esforzado, aquí tienes mi trabajo!". Se debe perseverar a lo largo de la vida estudiantil, cosa que servirá para el resto de la vida. No basta desear, hace falta querer, seguir queriendo, y levantarse en las caídas y en los fallos para llegar a conseguir los objetivos. Más consigue un buen estudiante con fuerza de voluntad que con la simple inteligencia o con un gran talento.

Sexta regla: la discreción. Es necesario centrarse en los estudios y no pretender resultados de la noche a la mañana. A su vez, no se debe comenzar demasiadas cosas a la vez. Como dice el refrán: Quien mucho abarca poco aprieta. Y si alterno con otras actividades que pueden ser buenas, pero que perjudican a mis estudios, mejor dejarlas para otra ocasión.

Séptima regla: la delectación. Estudiar con gusto, vamos. El gusto al estudio se va cogiendo poco a poco. Y, ¡cuidado con la pereza! que nos desvía hacia ocupaciones agradables que nos atraen más y entorpece el esfuerzo para superar la dificultad de la materia en cuestión. El gusto llega más tarde, como un premio al esfuerzo realizado. Hoy día existe una corriente educativa que se basa en una pedagogía que deja atrás los fundamentos históricos y tradicionales del estudio tratando de implementar unas estructuras educativas con pies de barro, dejando en el ostracismo valores como la disciplina, el esfuerzo, la constancia, la paciencia, etc. Más nos valdría dejarnos aconsejar por el bueno de San Bernardino de Siena.



Alberto León

ENTREVISTA



1. ¿Qué te motivó a ser docente?

Siempre me ha gustado compartir conocimientos y ayudar a los demás, pero fue al finalizar el máster en Asesoría Jurídica de Empresas y Tributación cuando realmente descubrí mi vocación por la docencia. En mi trabajo, tuve la oportunidad de ayudar a alumnos de grado en prácticas y, al explicarles distintos conceptos y conocimientos, me di cuenta de lo mucho que disfrutaba enseñando. Fue entonces cuando decidí orientar mi carrera hacia la educación.

2. ¿Qué has estudiado para llegar a este punto?

Estudí el Bachillerato de Ciencias Sociales y Humanidades en el IES Fernando de Mena. Luego, cursé el Grado en Administración y Dirección de Empresas en la Facultad de Albacete, finalizándolo en 2021. Posteriormente, hice el Doble Máster en Asesoría Jurídica de Empresas y Tributación en el Centro de Estudios Financieros de Madrid. Finalmente, ahora estoy cursando el Máster Universitario en Profesor de Educación Secundaria Obligatoria para formarme como docente.

3. ¿Cómo valoras tu experiencia en el instituto en el periodo de prácticas?

Está siendo una experiencia enriquecedora. Me ha permitido ver cómo es la enseñanza desde dentro, viendo situaciones reales en el aula y conociendo diferentes metodologías utilizadas por Ramón y María José, adaptadas al tipo de curso en el que impartían clase.

4. ¿Hay algo que te haya sorprendido o no te esperabas de este oficio?

Me ha sorprendido la cantidad de tareas y planificación que requiere esta profesión. No es solo dar clase, sino también preparar materiales, corregir trabajos, exámenes y gestionar el aula. También me ha sorprendido la cantidad de trabajo que tiene el director del centro, ya que, además de las tareas mencionadas, debe encargarse de trámites burocráticos, coordinar reuniones con colegios e instituciones, gestionar el profesorado, resolver incidencias del día a día y velar por el correcto funcionamiento del centro.

5. ¿Sientes que los alumnos ponen interés por aprender y entender lo que les transmiten los profesores?

Depende del grupo y del nivel educativo. Hay alumnos muy motivados, como son los alumnos de los grados de administración y finanzas y los alumnos de 2º de bachillerato. En cambio otros necesitan un mayor esfuerzo por parte del docente para captar su interés, como es en los primeros cursos de la ESO.

6. ¿Implementarías técnicas que no hayas visto en la clase para que la clase sea mejor?

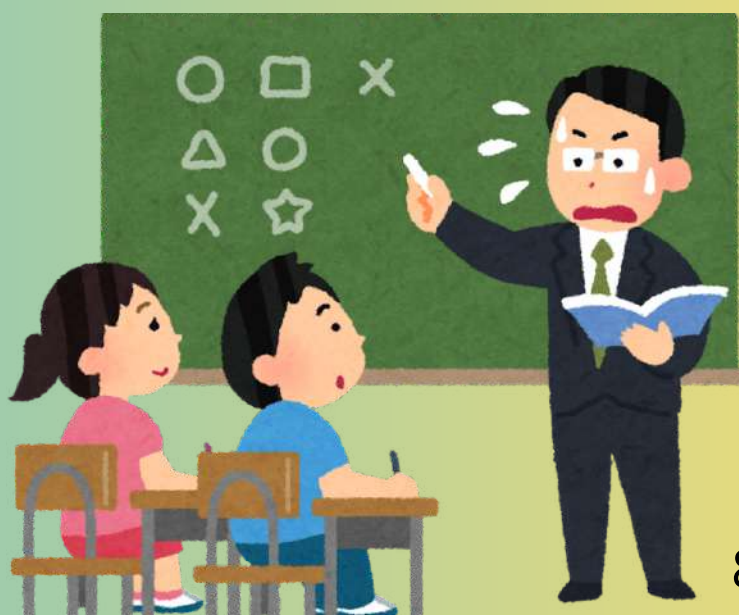
No, considero que Ramón y María José utilizan buenas técnicas de enseñanza. Aplican metodologías adecuadas a cada grupo de alumnos, combinando explicaciones teóricas con ejemplos prácticos y casos reales, lo que fomenta el interés y la participación en el aula. Su forma de enseñar me parece efectiva y bien estructurada, por lo que no veo necesario implementar otras técnicas.

7. ¿Cambiarías algo del instituto o de la forma de impartir el grado?

Todos los institutos tienen sus fortalezas y aspectos a mejorar, pero en general, considero que todo está bien. A nivel de centro, no cambiaría nada, aunque sí haría modificaciones en el sistema educativo. Creo que se debería reforzar la educación financiera, contable y económica en la Educación Secundaria Obligatoria, ya que son conocimientos esenciales que les serán de gran utilidad en su futuro.

8. ¿Sientes que los profesores a los que acompañas te están enseñando cosas vitales y que te son de gran ayuda?

Sí, estoy aprendiendo mucho en esta experiencia sobre cómo trabajan y gestionan el aula. Me han dado muchos consejos útiles que me ayudarán a ser mejor profesor. Sin duda, es una formación práctica imprescindible.



MURALES CULTURA CLÁSICA

ARTE Y MITOLOGÍA

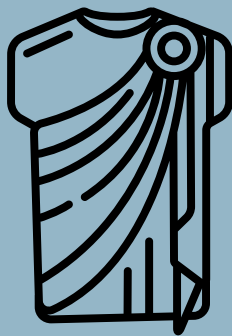
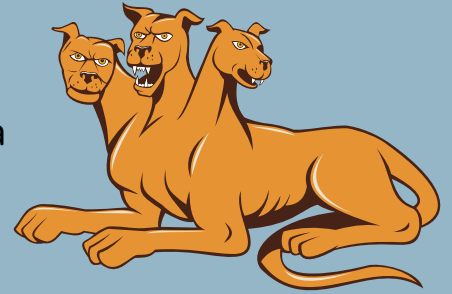
En la materia de Cultura Clásica se ha realizado una exposición de murales confeccionados por los alumnos que cursan dicha materia. La temática es LA INFLUENCIA DE LA MITOLOGÍA CLÁSICA EN EL ARTE, concretamente en la pintura. En estos murales se han mostrado cuadros de diferentes autores, como Rubens, Velázquez o Goya, junto con la explicación del mito reflejado en la obra.



CURIOSIDADES

¿Sabías qué...?

CANCERBERO: Si eres aficionado al fútbol, sabrás que el jugador que ocupa la portería se llama “portero”; no obstante, hay otro vocablo que tiene su origen en la mitología: “cancerbero”. Con esta palabra se hace referencia al PERRO mitológico de tres cabezas, que se encontraba a la entrada del INFRAMUNDO e impedía la salida de los muertos y la entrada a los vivos.



CANDIDATO: Esta palabra procede del adjetivo latino “CANDIDUS” = “BLANCO”, porque este era el color de la toga que vestía durante la campaña electoral el que se presentaba a elecciones en la antigua Roma.

ODISEA: Empresa que se lleva a cabo con muchas dificultades. Hace referencia a ODISEO (Ulises), héroe griego que SE PERDIÓ al acabar la guerra de Troya y anduvo errante por el mar durante muchos años sin poder regresar a su patria.



VAMOS A CONTAR HISTORIAS



¿Tienes una historia rondando en la cabeza? ¿Te gustaría inventar mundos, crear personajes, escribir lo que sientes o contar lo que otros no se atreven? ¡Este es tu momento! ¡Escribe lo que tu mente quiera contar



No hace falta ser un genio de la literatura ni sacar un 10 en Lengua. Sólo necesitar ganas de escribir y dejar que tu voz encuentre su lugar.

Porque cada historia cuenta y la tuya, también.



UNA HISTORIA DEL FUTURO

Sintió un pellizco en el trasero, nada más sentarse frente al volante de la «Berlingo». Como consecuencia del salto, se golpeó la frente con el parasol, que estaba medio bajado, volviendo a recibir lo que parecía un picotazo, esta vez entre los dos cachetes. Ayudándose de las manos, apoyadas en el salpicadero, salió de la furgoneta para darse de bruces con el suelo de la nave. Al dar media vuelta, pudo ver un centollo en el asiento con las pinzas hacia arriba. Dueño y señor del habitáculo, el crustáceo cerró la puerta y tomó los mandos, girando la llave del contacto y metiendo marcha atrás para salir pitando.

Al no alcanzar a mirar el espejo retrovisor, el animal no acertó a esquivar el «John Deere» que estaba atravesado en la puerta, estrellando el cajón de la Berlingo con los arados. Se hizo el silencio. El olor de las cebollas, recolectadas días antes, se mezclaba con el humo del diésel que el vehículo había emanado en su intento de fuga. El centollo, mareado, intentó salir por la puerta del acompañante y así lo hizo, cuando una red cayó sobre él.

Despertó en la cazuela, junto con un espécimen, muerto, de ocho tentáculos. Lo que parecía ser un baño caliente, pronto se convertiría en un infierno, por lo que debía abandonar aquel lugar. Ayudado de sus pinzas y de las patas, intentó volcar la olla, balanceándola, con la esperanza de salir vivo. Logró provocar unas pequeñas olas que, a cada movimiento, fueron creciendo en altura hasta que alcanzó la tapa y, de una patada, pudo liberarse cayendo desde el hornillo al suelo de la cocina. Consiguió girarse en el aire para aterrizar de pie. La fortuna quiso que su cuerpo quedara encarado hacia la puerta que daba a la nave.

Habían desenganchado la «Berlingo» de los arados. Aquellos seres estaban distraídos y hablaban de los posibles daños en el tractor, sin advertir que el motor estaba encendido. Cuando escucharon el sonido de la portezuela cerrarse, ya era demasiado tarde. El centollo escapaba del almacén de cebollas como alma que lleva el diablo. En esta ocasión, se impulsó sobre sus patas para ver la carretera. Conocía el camino y no se detuvo hasta llegar a destino.

Tecleó el código de acceso y subió a la nave nodriza. Otros centollos, preocupados por su desaparición, preparaban el procedimiento para regresar al futuro. Se sintieron aliviados al verlo. Tres mil años más tarde, relataron a sus congéneres la experiencia vivida. En el pasado, los humanos vivían sobre dos patas, sin caparazón aparente y aún no habían desarrollado las pinzas. Eran extremadamente altos y dependían de máquinas para conseguir sustento diario. Los viajes en el tiempo quedaron suspendidos al haberse logrado el objetivo, descubrir que los centollos del pasado se habían convertido en los hombres del futuro.

Ramón Castro Pérez, profesor de Economía en el IES Fernando de Mena, escribe relatos en su blog «[Marlentina](#)». Este fue escrito el 16 de febrero de 2025.



EL RINCÓN DEL LECTOR

LEER PARA VIVIR MÁS

En un mundo donde todo
avanza a golpe de clic.

Donde todo parece
urgente y fugaz, la lectura
sigue siendo un acto de
resistencia. Leer es, en
esencia, detener el tiempo.

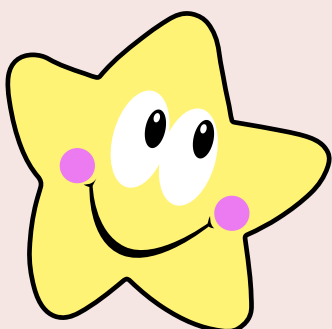


Es permitirnos escuchar otras voces,
viajar sin movernos y mirar la vida
desde ojos ajenos. Cada libro que
abrimos nos presta una nueva
perspectiva, una nueva forma de
entender el mundo y de entendernos
a nosotros mismos.

La lectura no sólo amplia nuestro vocabulario, amplía nuestra mirada. Nos ayuda a desarrollar el pensamiento crítico, a detectar matices, a formular preguntas. También se puede convertir en refugio en los momentos difíciles. Hay libros que nos sostienen, que nos despiertan, que nos enseñan a nombrar lo que sentimos.



Te animamos a que te atrevas a leer alguna de las historias que ofrecemos.



Leer nos conecta con otras épocas, otras culturas, otras formas de amar, de luchar, de soñar...Paradójicamente, cuantas más vidas leemos, más clara se vuelve la nuestra. Por eso, leer no es una tarea ni una obligación escolar: es una oportunidad. Una oportunidad de crecer, de descubrir y de empatizar. ¡Ojalá, poco a poco, cada lector que se forma en estas aulas encuentre ese libro que le cambie la vida, o al menos, la forma de mirarla!

PERCY JACKSON I: EL LADRÓN DEL RAYO

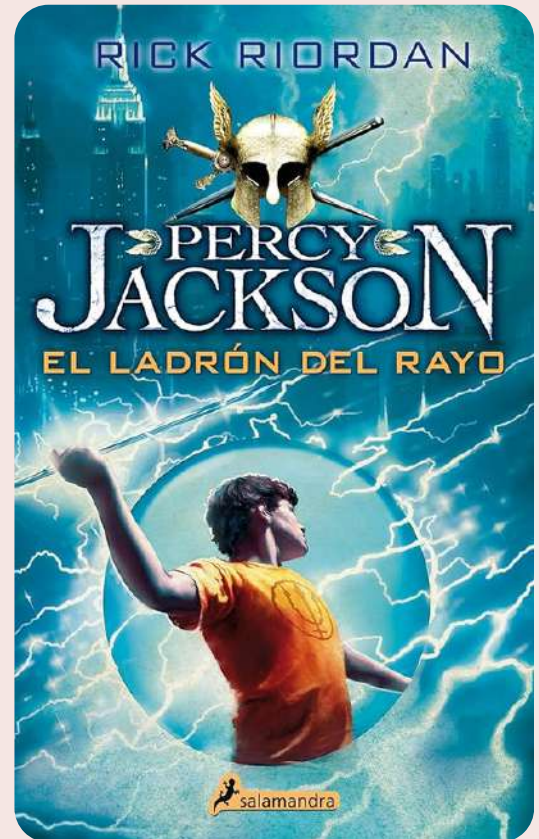
¿Qué pasaría si los dioses griegos existieran, y...tú fueras hijo de alguno de ellos?

Esta es la situación en la que se ve atrapado Percy Jackson en el primer libro de su saga: "El ladrón del rayo".

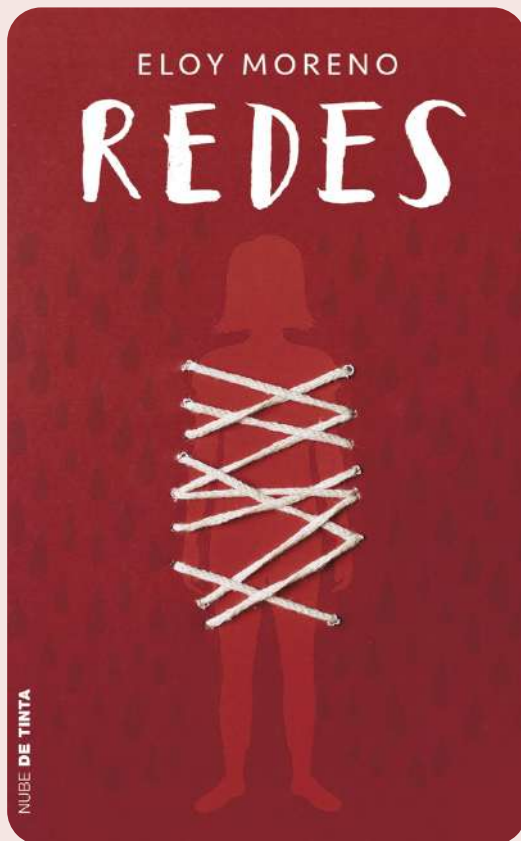
La historia se centra en Percy, un chico con problemas para adaptarse y que ha cambiado de colegio varias veces debido a ello. Él descubre que es hijo de un dios. Además, la mitología griega es cierta y está camuflada en el mundo real. Tras desaparecer el rayo de Zeus, Percy tendrá que cumplir con una misión antes de que los dioses inicien una guerra. Con este descubrimiento, Percy conocerá a más chicos como él e irá haciendo amigos y enemigos por el camino.

Este libro es una aventura muy entretenida tanto para preadolescentes como adolescentes que disfruten este tipo de historias. También, es la primera parte de una larga saga, por lo que tendrás muchísimo más si ésta te sabe a poco. Cada libro toma un tono más maduro y profundo con los personajes. Además, la narración en primera persona permite conocer mejor a Percy y empatizar con él como protagonista. Sus amigos y enemigos son personajes profundos; seguramente te identifiques con alguno o varios de ellos. Por otro lado, incluye explicaciones sobre los dioses y mitos relacionados a los sucesos de la historia, siendo una interpretación didáctica y entretenida de la mitología. Ha sido adaptada en series y películas. En mi opinión, estas últimas no son muy fieles al libro original. Recomendando totalmente leer la novela, ya que son experiencias distintas

En conclusión, una historia divertida y que seguramente te enganche desde el principio si te gustan las aventuras y la mitología. **¿Te atreves a entrar al universo de Percy Jackson?**



Ángela Zarco Muñoz
4ºESO



REDES (Invisible 2)

¿Alguna vez has sentido que tu móvil “escucha” lo que dices? ¿Te ha salido un anuncio justo después de haber hablado algo con un amigo? ¿Qué tanto compartes en el internet sin pensarlo dos veces?

Acabo de terminar “Redes” y necesito hablar de este libro, es una montaña rusa de emociones.

La historia sigue a diferentes personas que descubren que hay algo raro en esa red social que todos usan. Al principio, todo parece normal, pero poco a poco empiezan a pasar cosas extrañas. Mensajes que aparecen solos, secretos que nadie debería saber y un algoritmo que parece conocerlos mejor que ellos mismos.

Me encanta cómo el libro te hace pensar en cuánto compartimos en internet sin darnos cuenta. Además, los personajes se sienten muy reales y es bastante fácil identificarse con ellos.

Si te gustan las historias de suspense con un toque de tecnología y misterio, “Redes” es perfecto para ti. Solo digo que...después de leerlo, probablemente revises dos veces tu configuración de privacidad.



Anónimo 3ºESO

REDES:
LA ESPERADA
CONTINUACIÓN DE
INVISIBLE



HEARTLESS

¿Alguna vez te has preguntado por qué la reina de corazones de “Alicia en el país de las maravillas” era tan cruel?

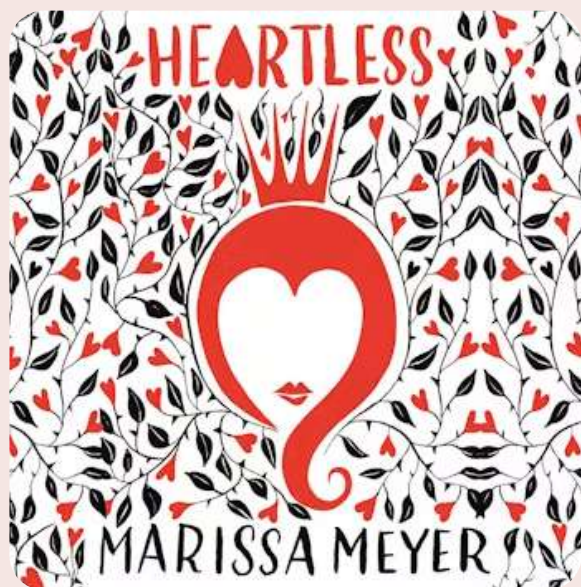
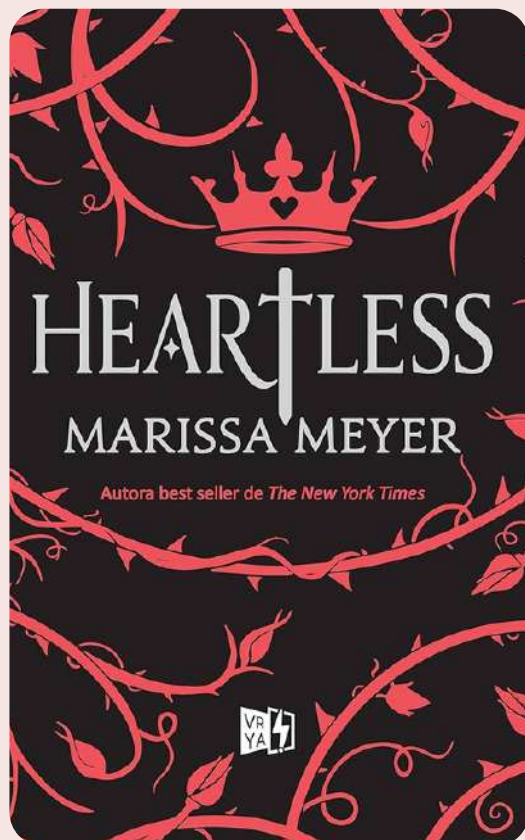
Este libro nos revela la respuesta.

Esta novela narra la historia de Catherine. Ella, en lugar de aceptar el destino que todos tienen para ella, sueña con tener una vida donde pueda ser libre y tomar sus propias decisiones. Además, desea ser repostera junto a su mejor amiga.

Lo que más me ha gustado es cómo la autora muestra la evolución de Catherine. Al principio, se enseña como una chica llena de ilusiones y esperanza, que cree en el poder de los sueños y elegir su propio destino; pero a medida que avanza la historia, sus difíciles decisiones la transforman en la cruel villana que todos recordamos.

Además, el libro trata temas como el amor. Catherine vive momentos bonitos y dolorosos que muestran que el amor no es perfecto. En ocasiones aparece como algo poderoso que puede dar esperanza en momentos complicados, pero también algo que te lleva a tomar decisiones difíciles que pueden cambiar tu vida. Es increíble como cada pequeño paso y gesto de amor pueden transformarse en algo que nunca hubieras imaginado.

En definitiva, es una historia preciosa y muy sentimental. Te invita a reflexionar sobre cómo nuestras decisiones y sentimientos, especialmente amorosos, pueden cambiarlo todo. Si buscas una lectura que te transporte a otro mundo y te inspire a luchar por tus sueños, te recomiendo muchísimo que lo leas.



Noemí Carolina Condori Orozco
3º ESO

ATRÉVETE A OPINAR

Atrévete a opinar sobre aquellas pelis o series que te hicieron reír o llorar; sobre las que te sorprendieron, emocionaron o aterrorizaron; de las que aprendiste y te impulsaron a ser mejor persona. Desarrolla tu capacidad de análisis, reflexión y espíritu crítico ante tu realidad. En definitiva, **“Atrévete a opinar”**.

SOBRE PELIS

CÓNCLAVE

El 20 de diciembre de 2024, meses antes del fallecimiento del Papa Francisco, se estrena esta película. Este ha sido un factor muy importante para despertar la curiosidad de un gran número de personas, creyentes y no creyentes.

Cómo se elige un nuevo pontífice es todo un misterio y esta película nos brinda la oportunidad de descubrir cómo se lleva a cabo.

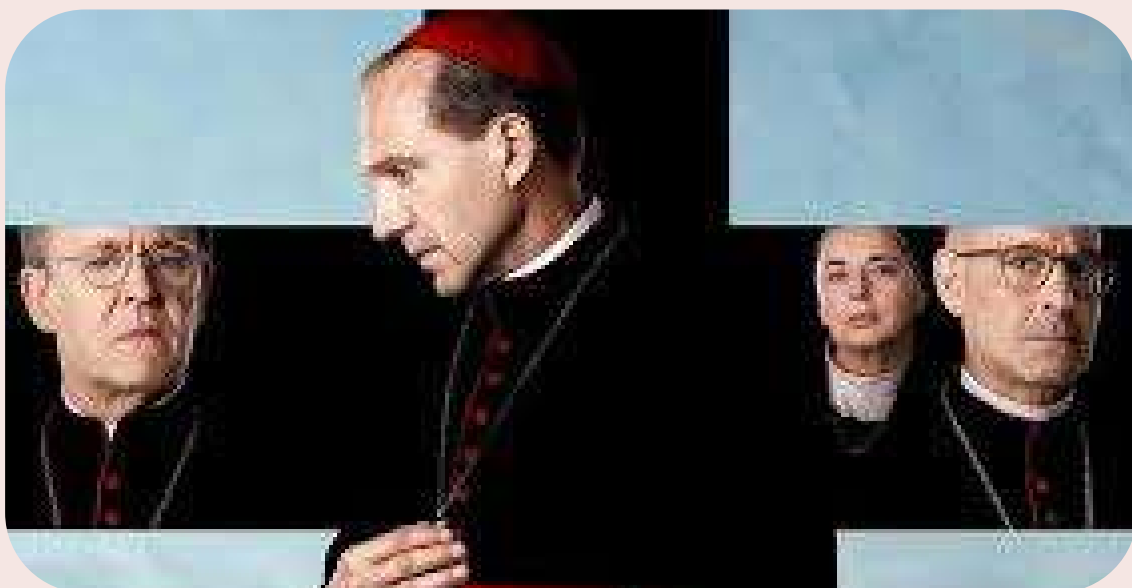


La trama nos adentra en el enigmático mundo del cónclave, donde no faltan alianzas y conspiraciones. Muestra la dificultad de elegir un Papa, es decir, los recovecos terrenales y espirituales antes de alcanzar la fumata blanca.



Hablar de religión, y más de la iglesia como institución, es un tema polémico, pero ha sido tratado inteligentemente.

Se podría decir que es un thriller eclesiástico. Se desata una lucha de poderes, egos y ambiciones. Se rebelan las dos corrientes que imperan en el Vaticano: la tradicionalista, con ideas más conservadoras y arcaicas, y la progresista y más liberal.



Mucha atención al papel protagonizado por Isabella Rossellini, mujer relevante en un espacio en que los hombres tienen el poder de decisión.

El suspense funciona de manera ejemplar, con un final sorprendente e inesperado, con el que la crítica “está servida”.

SOBRE SERIES

THE LAST OF US



“The last of us” es una serie dramática y postapocalíptica producida por HBO y basada en el videojuego homónimo de 2013.

La historia se desarrolla en un mundo devastado debido a una pandemia causada por el hongo “Cordyceps”. Este infecta a las personas convirtiéndolas en criaturas violentas y caníbales, que atacan a los sanos con el fin de propagarse. Joel (Pedro Pascal), con un pasado doloroso, es contratado para escoltar a Ellie (Bella Ramsey). Esta joven es clave para encontrar una cura. Juntos emprenderán un viaje lleno de peligros basado en la lucha por la supervivencia.

Me parece una serie entretenida, conmovedora y emocionante. Te engancha desde el primer momento. Las escenas, los diálogos y el ambiente en sí hacen que sientas empatía por las situaciones y pasados trágicos de los personajes, encariñándote con ellos. También, el no haber jugado el videojuego no te impide disfrutar de esta historia

Esta producción consta de dos temporadas y ha sido bastante exitosa desde su lanzamiento. Además, se ha confirmado una tercera temporada. **¿Logrará la humanidad superar estas circunstancias extremas? ¿Se hallará una cura para esta infección?**

Teresa Carrión López
3ºESO



HILDA

Hilda es una serie de animación original de Netflix. La historia sigue a Hilda, protagonista que da nombre a la serie. Esta niña habita en el bosque con su madre, donde vive aventuras junto a criaturas fantásticas. Una noche, entabla amistad con un gigante, el cual provoca un accidente que obliga a Hilda y a su madre a mudarse a la gran ciudad de Trolberg. Nueva en un ambiente urbano, Hilda intentará adaptarse y encontrar aventuras en un lugar aparentemente aburrido.

La serie consta de tres temporadas cortas y una película que se interpone entre la segunda y la tercera, finalizando la serie con esta última. Está basada en varias novelas gráficas del mismo nombre escritas por Luke Pearson.

Personalmente, es de mis series favoritas. Además, la vi con mi madre, por lo que es apta y disfrutable tanto por jóvenes como adultos. Me encanta la ambientación, manteniendo una paleta de colores constante y agradable de ver. También, es muy interesante el universo que propone la serie y todas las criaturas fantásticas que presenta. Estas están basadas, en su mayoría, en el folclore nórdico; incluyendo troles, elfos, nisse, etc. Se mezcla el misterio con aventura y magia, obteniendo como resultado episodios entretenidos y emocionantes. Cada uno diferente y complementándose mutuamente para construir una trama. Por otro lado, varios capítulos tienen moralejas y enseñanzas escondidas con metáforas, que probablemente te hagan reflexionar. Hay una gran cantidad de personajes, cada uno con sus características, con los que seguramente te identifiques. Además, estos son bastante distintos entre sí, lo que les da una personalidad más definida que se sale de lo cliché. Es una serie algo distinta, pero en eso está su encanto.

En resumen, es una serie bastante entretenida, con un toque fantástico y amena para todos los públicos. Sin duda, es genial.



Ángela Zarco Muñoz
4ºESO



DÍAS EMBLEMÁTICOS

LIBRO

PAZ

SAN VALENTÍN

MUJER

ALZHEIMER

ACOSO ESCOLAR

DE TODOS LOS SANTOS

DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER



Coincidiendo con la celebración el día 21 de septiembre del Día Mundial del Alzheimer, las alumnas del ciclo de Atención a Personas en Situación de Dependencia han llevado a cabo una iniciativa para sensibilizar sobre la realidad que viven las personas afectadas de esta enfermedad. Para ello han creado el Banco de Recuerdos del I.E.S. Fernando de Mena, bajo el lema "Contra el olvido...regala un recuerdo", para que todo aquel que lo desee pueda donar de manera simbólica un recuerdo, que pueden escribir en los murales habilitados físicamente en el hall del Instituto, o bien a través de redes sociales, con el hashtag #bancoderecuerdosiesfernandodemena



DÍA DE TODOS LOS SANTOS

Para celebrar el Día de Todos los Santos, el departamento de Lengua Castellana y Literatura ha convocado el concurso de Tumbas literarias.

Éstas se dedican a una obra literaria de terror y se incluye una cita de la misma. Se ha conseguido aunar tradición y literatura. Los alumnos han dado rienda suelta a su creatividad como lo muestran las imágenes.



¡GANADORES!



DÍA CONTRA EL ACOSO ESCOLAR

El día 7 de noviembre, con motivo de la celebración del día contra el Acoso Escolar, tuvo lugar un acto en el patio del instituto. Los alumnos de Plástica elaboraron unos carteles que sirvieron para mostrar su “NO” a las situaciones de acoso.

Se procedió a una suelta de globos que resultó emotiva y simbólica. Dos miembros del AMPA anunciaron los ganadores del concurso de lemas contra el Acoso Escolar.



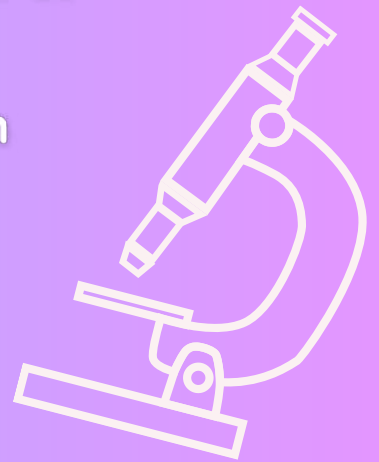
Para concluir el acto, la banda del instituto interpretó Hey Jude.

Al acto asistieron la alcaldesa, la concejala de Educación Cultura y Deportes, un Agente Tutor y el Jefe de Policía.



Día internacional de la niña y la mujer en la ciencia

Alumnos de Biología de 2º de Bachillerato han participado en el Encuentro Digital LIVING SCIENCE que organiza la AECC. Tres investigadoras han explicado su carrera profesional y sus avances en la lucha contra el cáncer. Ha sido una experiencia muy interesante que seguramente despertará en algunos alumnos y alumnas su vocación científica.



DÍA DE LA PAZ

Con motivo del Día Escolar contra la No Violencia y por la Paz, los departamentos de Música y Plástica se han unido para celebrarlo.

La banda de alumnos y profesores del Fernando de Mena ha interpretado durante el recreo, en el pasillo de entrada, dos canciones emblemáticas: Imagine, de Jhon Lennon y Wing of Change, de Scorpions. Como siempre, hemos disfrutado de la preciosa voz de Ana.



Los alumnos han contribuido a la realización del acto con su presencia como público y con la realización de palomas que han servido de escenario al concierto. Os dejamos una muestra de ellas. Gracias a todos por vuestra colaboración.



SAN VALENTÍN

Con motivo de la celebración del día de los enamorados (14 de febrero), los alumnos de 1º de ESO elaboraron unos bonitos marcapáginas con frases que celebran el AMOR.

También se pegaron gran cantidad de pósits con forma de corazón que incluían mensajes de amor en inglés.



DÍA DE LA MUJER

El día 6 de marzo, en conmemoración del Día de la Mujer, se celebraron distintas charlas. Una de ellas fue a cargo de doña Esther Arenas Alonso, directora del Complejo Residencial Ntra. Sra. del Carmen.



Con la asistencia de los grupos de 4º ESO y 1º Bachillerato de Biología y Geología, 1º y 2º curso de APSD y 2º Grado Medio de Gestión Administrativa, la charla comenzó con la aproximación, por parte de la profesora doña Ana Gloria Fernández, al currículum vitae de doña Esther, la cual fue alumna de nuestro instituto. Habló sobre la organización y funcionamiento de su institución, y el papel doña Esther que desarrolla en el día a día.



Algunos alumnos le hicieron preguntas y se levantó un animado debate. También nos dio su opinión sobre el papel de la mujer en el sector asistencial.

Le damos las gracias por su colaboración.

Elena García Zalve compartió su experiencia como mujer en el gobierno regional.



Con la intervención de la junta directiva del AMPA concluyeron las actividades con motivo del Día Internacional de la Mujer. Tras un emotivo reconocimiento a su labor, se presentaron como mujeres trabajadoras que se preocupan por los alumnos.



Paqui, la Presidenta, es taxista. Está inmersa en un “mundo de hombres” en el que se ha abierto paso y demuestra su capacidad de trabajo y su lucha constante. Cuenta emocionada cómo decidió formar parte de la Asociación de Madres y Padres de Alumnos. Tras haber sufrido su hijo acoso en el colegio y no haber recibido apoyo, se plantea dar visibilidad a este tema para erradicarlo y prestar ayuda, utilizando todos los medios posibles, a todos aquellos que lo lleguen a experimentar.

Mari Ángeles, la Vicepresidenta, es Auxiliar Administrativa. Además, está estudiando Derecho. Pasó a formar parte de la asociación como madre preocupada ante la entrada de su hijo al instituto.

Piedad, la Tesorera, la cara menos visible para el alumnado, trabaja como Administrativa en el sector público. Su motivación para pertenecer al AMPA se debe a su deseo de que el clima de convivencia sea agradable y se combata el acoso escolar.

Todas estas mujeres señalan que no siempre es fácil compaginar la vida personal y la laboral. Sin embargo, “sacan tiempo de donde no hay”, aunque este no sea un cargo remunerado. Explican que existe una colaboración estrecha y directa con la Dirección del instituto, lo que favorece y hace más fácil su labor.



La banda del IES amenizó la jornada con dos interpretaciones musicales.



Se agradece la colaboración de todas las personas que han hecho posible la realización de las actividades para conmemorar el Día Internacional de la Mujer.

DÍA DEL LIBRO



El 23 de abril, para conmemorar el Día del Libro, el AMPA, en colaboración con el departamento de Lengua Castellana y Literatura, había convocado un concurso de relatos sobre la adolescencia. Fueron muchos los alumnos que participaron. En el recreo, en el patio de entrada, se extrajeron aleatoriamente veinte relatos y se realizó la entrega de los premios, vales para canjear por un desayuno en la cantina.

El objetivo del AMPA ha sido fomentar la participación, que cualquier alumno o alumna pudiera obtener el premio, independientemente de la mayor o menor perfección en la redacción. Poco a poco, los alumnos van perdiendo el miedo a escribir y se sienten valorados e integrados.



DIA DEL LIBRO

23 de abril



AMPA EN EL DÍA A DÍA DEL IES

SOLIDARIDAD COMO LEMA

La Asociación de Padres y Madres de nuestro instituto mostró su solidaridad con Valencia, tras los efectos de la Dana. Se recogieron alimentos y productos de limpieza, que se entregaron a Protección Civil, para que llegaran a los afectados. La entrega se realizó el día 9 de noviembre.

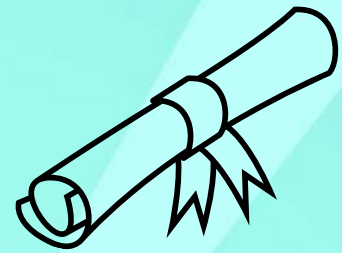


IMPLICACIÓN CON ALUMNOS

Han continuado los juegos populares durante los recreos de los lunes. Se han entregado 6 premios a la constancia. Estos han consistido en un diploma como reconocimiento a su participación, semana tras semana, y un desayuno saludable para canjear en la cantina.



RECONOCIMIENTOS



Además, han colaborado con la biblioteca los miércoles. Con su presencia, han ayudado a que los alumnos hayan podido permanecer en ella realizando sus tareas, en un clima de respeto y silencio.



Un curso más, con la llegada de las vacaciones de Navidad, el 19 de diciembre nos invitaron a un succulento bocadillo, preparado con mimo y cuidado por miembros de la asociación.



I JORNADA CONTRA EL ACOSO ESCOLAR

El día 24 de febrero se celebra la primera jornada contra el acoso escolar, impulsada por el AMPA.

Rosa Sánchez da la bienvenida a los asistentes y explica cuál es el objetivo de la celebración de estas jornadas.

Paqui Toribio comparte su experiencia como madre y su deseo de que cambien las cosas, de que el sistema no falle y que se dé respuesta a todas las familias que sufren este problema.

La intervención del Agente-Tutor resulta muy instructiva e interesante. Explica en qué consiste su labor y informa de la ayuda que se presta a los padres y madres de alumnos que sufren acoso.



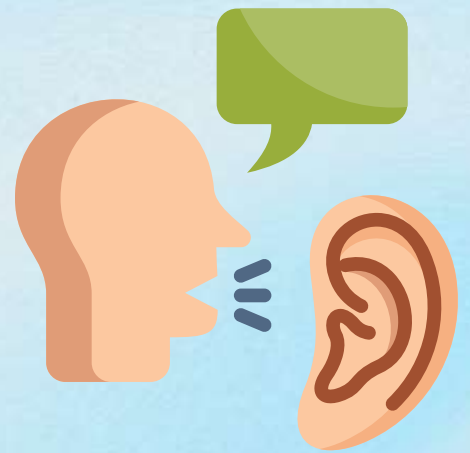
Sandra Alcolea comenta qué son las Prácticas Restaurativas. Proceden del ámbito judicial. Estudian cómo fortalecer las relaciones sociales entre las personas. Se basan en resolver conflictos mediante la recuperación del daño causado, por encima de la necesidad de culpar o castigar, aunque no incompatible.



Damián Alcolea cuenta su experiencia en primera persona. Expresa “a corazón abierto” cómo el acoso escolar ha impactado en su vida adulta. Explica cuál es la situación en la que se encuentra España actualmente con respecto a este tipo de agresiones. Éstas marcan y producen un impacto que deja una huella duradera en las personas que lo sufren.



Considera fundamental crear espacios de comunidad, de apoyo, de conversación y de coescucha, como el que se ha creado en esta jornada. Es importantísimo que se generen estos espacios en los centros educativos para ayudar a educar y a sanar heridas.



Rosa Sánchez agradece su colaboración a todos los participantes y despide las Jornadas.



IV JORNADAS DE ECONOMÍA Y EMPRESA



El pasado 7 de abril comenzaron las IV Jornadas de Economía y Empresa del IES Fernando de Mena, la cuales se prolongaron hasta el 8 de abril. Cuatro ediciones han sido suficientes para consolidar esta actividad dentro de la programación anual del centro, brindando, así, a toda la comunidad educativa, la posibilidad de abordar contenidos y conceptos económicos desde un punto de vista distinto, proporcionado por diversos ponentes que, una vez más, aportaron frescura y profesionalidad en un campo tan árido como es la economía. Las jornadas de economía y empresa actuaron, nuevamente, como sistema generador de situaciones de aprendizaje en las que nuestro alumnado pudo contrastar lo aprendido en las aulas de secundaria con la realidad, además de formar expectativas y contribuir a tomar decisiones en su itinerario académico.

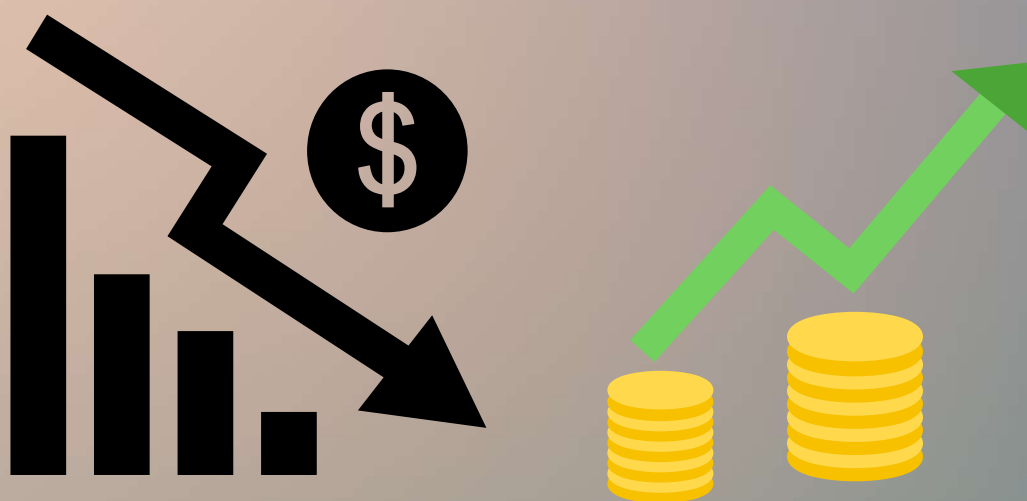




Durante las IV Jornadas de Economía y Empresa, hemos disfrutado de ponencias relacionadas con la banca, de la mano de nuestros amigos, Jesús Pérez y Pedro Chacón, de Globalcaja. También nos hemos asomado al mundo académico al contar con la presencia de José Antonio Herce San Miguel y experimentado una montaña rusa de sensaciones, predicciones económicas, alertas y consejos empresariales de la mano de José Carlos Díez, tertuliano habitual en la Brújula de Onda Cero. Nuestro entorno empresarial más inmediato se ha visto, también, representado al comprender, mucho mejor, las herramientas de financiación con las que cuenta una empresa, de la mano de Blas Buendía, empresario y gran divulgador. No olvidamos la esfera del marketing, que tan bien trajo nuestro alumnado del ciclo formativo de grado superior, quien nos presentó un proyecto empresarial, relacionado con la cultura del vino.



En resumen, este tipo de jornadas son siempre positivas y ponen en valor la educación que se imparte en las aulas. Desde el equipo directivo, agradecemos a todos los participantes y voluntarios su entrega, así como el trabajo realizado y animamos al resto de departamentos a poner en marcha este tipo de experiencias de las que, siempre, salen ganando los más importantes, nuestros alumnos.



TUTORÍAS ACTIVAS

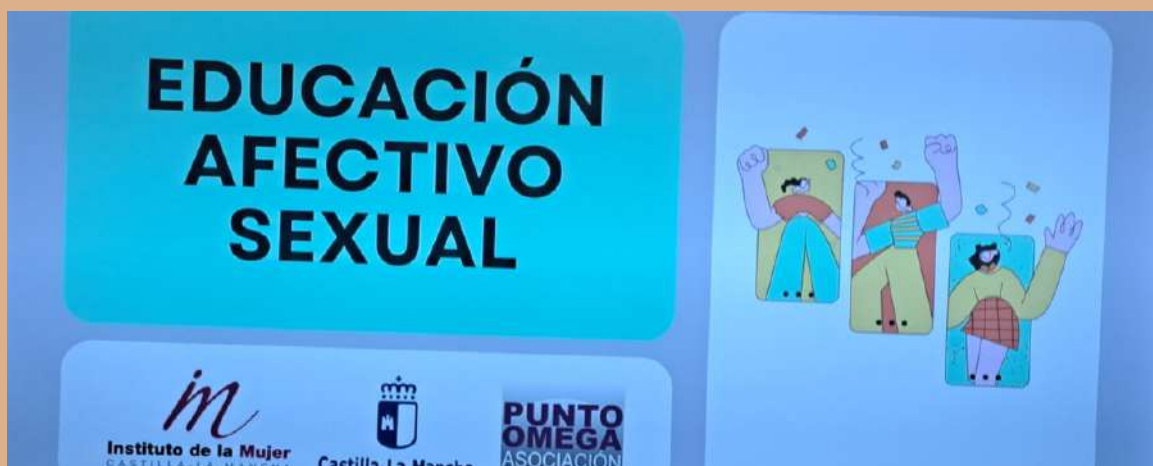
La Tutoría desempeña un papel esencial en los centros de enseñanza. Sirve para proporcionar apoyo y orientación en el desarrollo académico y personal de los alumnos.

En este curso hay que destacar especialmente las actividades llevadas a cabo para el crecimiento personal y para la toma de decisiones.

ACTIVIDADES PREVENTIVAS Y DE CARÁCTER SOCIAL

En las clases de tutoría se crea el clima adecuado para tratar temas sociales de actualidad como la educación afectivo-sexual, acoso, conductas autolíticas, peligros de las redes sociales...

Los alumnos de **3º y 4º de ESO** recibieron una charla muy interesante sobre Educación Afectivo-Sexual. Con toda naturalidad y espontaneidad, los estudiantes se mostraron muy participativos.



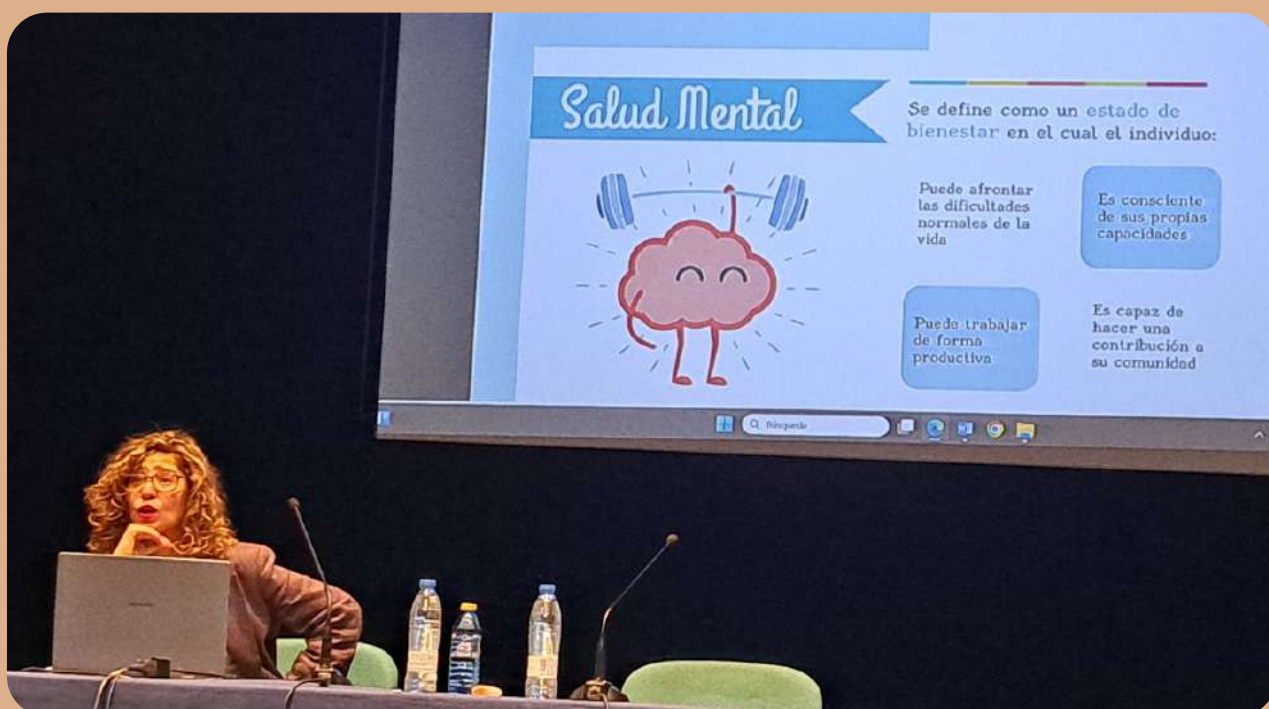
La Concejalía de Salud en coordinación con el Consejo Escolar de la localidad ha organizado una charla informativa sobre la **Prevención de Conductas Suicidas en Adolescentes.**

Durante este curso se ha producido un aumento del número de alumnos que se autolesionan o tienen pensamientos suicidas, sobre todo en **4º de ESO.** Por este motivo, los alumnos de 4º asistieron el 9 de mayo a una charla sobre **Conductas Autolíticas** en el Auditorio Reina Sofía.



Los tutores de todos los grupos acompañaron al alumnado que se desplazó hasta allí al comienzo del recreo.

A las 12:00 la Concejala de Salud María José Beteta Arenas presentó a la ponente y puso en valor la necesidad de dar visibilidad a la Salud Mental.



María Teresa Martínez Prado, Psicóloga Sanitaria, se mostró bastante cercana a los adolescentes. A partir de unas preguntas que planteó a los chicos/as acerca de los seguidores que tenían en Instagram, les hizo reflexionar sobre lo poco que se habla de todo lo relacionado con la Salud Mental, a pesar de nuestra participación en redes y de estar conectados constantemente.



Asimismo, aludió al refranero popular que recoge expresiones cuyo objetivo es silenciar temas incómodos de los que no gusta hablar. Trajo a la mente de los presentes algunos. Como ejemplo, se puede citar el siguiente: “hay que lavar los trapos sucios en casa”.

La vulnerabilidad y el miedo
emergen cuando se hace referencia
a temas relacionados con las
emociones o el equilibrio mental.

Lo que no se
 nombra no
 existe;
 y hablar de
 suicidio es
 hacer ruido.

LO QUE CALLAMOS Y PORQUE LO
CALLAMOS



Es por ello que todas las personas,
especialmente los jóvenes, deciden
guardar silencio.

EL SUICIDIO

la dirección de correo electrónico marypelch02@hotmail.com. Confirma tu dirección de correo electrónico aquí o actualiza tu correo electrónico.

Más de un pro El duro testimonio de un joven, sobre las autolesiones: "Lo sabía mi entorno y quien me mirase los brazos"

Unicef pres indica que último año Los datos de los últimos años muestran que aumenta el número de jóvenes que se autolesionan. Actualmente un 15%, uno de cada 6 se provoca un daño intencionado. Muchos no lo cuentan.

¿Los adolescentes tienen ahora más problemas de salud mental que antes?

Adolescencia

La salud mental en los adolescentes ha sido el tema central del encuentro R-conecta, en el q Salud mental hier

Fact Checked

tes con problemas más tiempo en

británicos public mas y experir e recibir

Las autolesiones en adolescentes se disparan: hasta el 45% admite haberse cortado alguna vez

El suicidio se ha convertido en la primera causa de muerte entre los más jóvenes en España

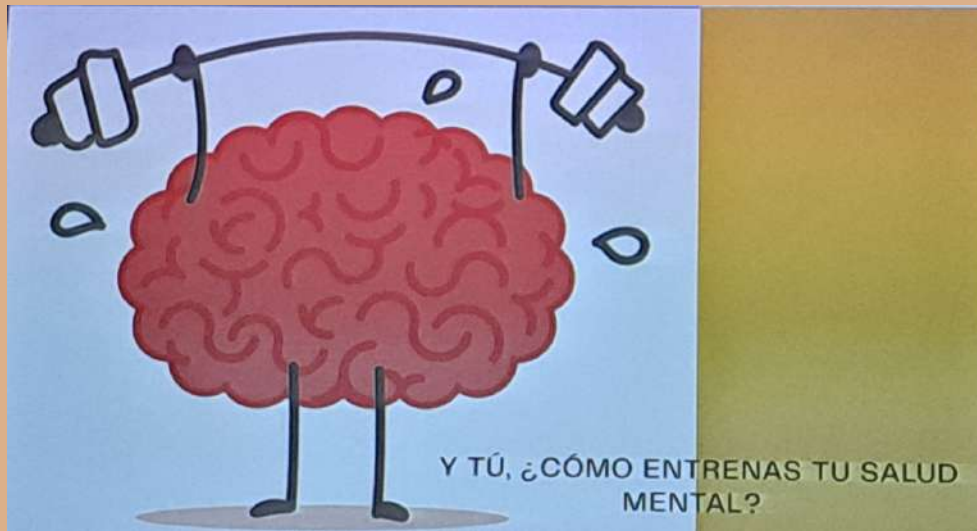
«Mi hijo sufría acoso en el colegio y se suicidó cuando tenía 10 años. No pararé hasta hacer justicia»

Las autolesiones en adolescentes se disparan: hasta el 45% admite

La policía investiga la caída de un niño de un sexto piso en Sevilla

SUS SUPERVIVIENTES

Aunque resulte paradójico, existen los supervivientes al suicidio. ¿Quiénes son?



María reconoce abiertamente y sin tapujos ser una de estas supervivientes. Cuenta su propia historia: su hermana se suicidó y ella ha sobrevivido, como ha podido, a este lamentable suceso. Ha evitado los juicios negativos emitidos por la sociedad aconsejada por su propia madre: “di que tu hermana ha muerto de un infarto”. Tuvo que sufrir en silencio esa pérdida tan grande callando porque no estaba bien visto hablar de ello. Para los que sobreviven al suicidio las llamadas a deshora se convierten en una amenaza, ya que siempre piensan que éstas van a comunicar otro suceso trágico. Las personas que quedan sufren durante toda la vida y se culpabilizan por no haberlo evitado.

Es fundamental la comunicación. Hay que hablar de las emociones. Hay que hablar de Salud Mental.



Hay que saber identificar las emociones y pedir ayuda. Se pidió a los alumnos que anotaran lo que hacen para evitar dejarse llevar por los pensamientos negativos que aparecen de manera recurrente en la mente. Dos de ellos compartieron sus estrategias con el resto.

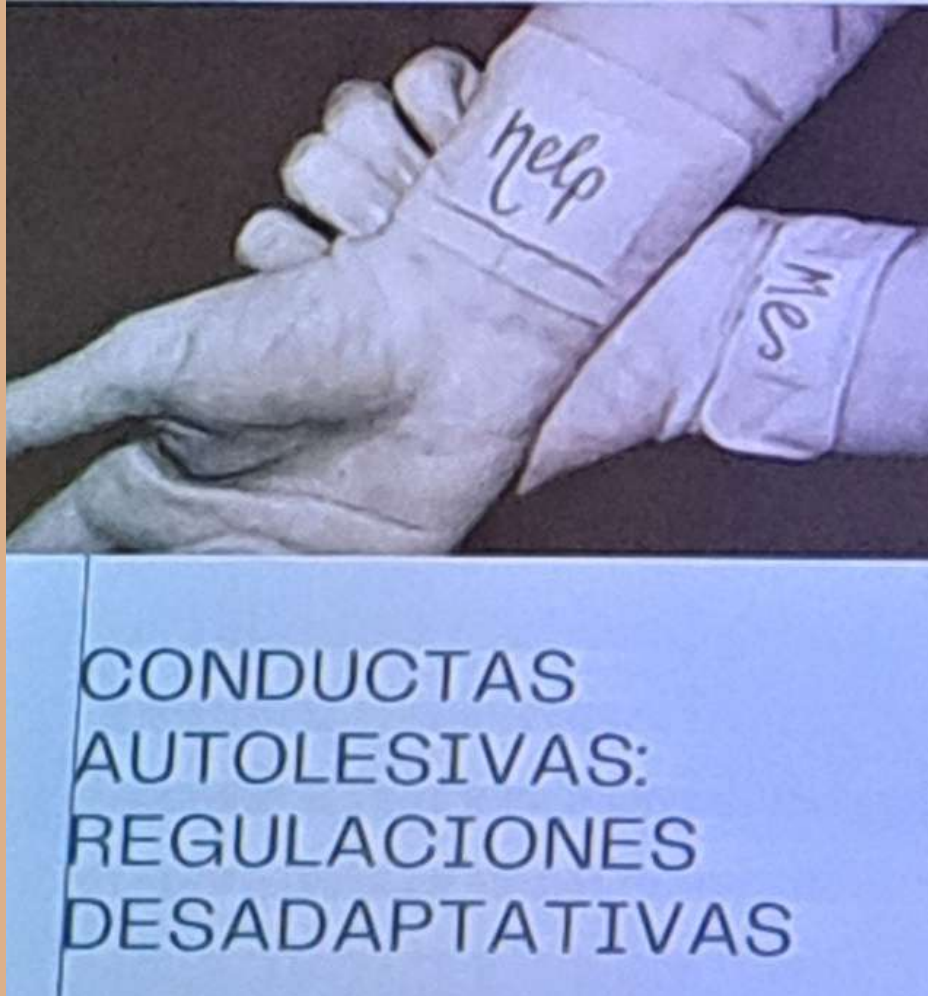


Tal y como se mencionó, muchos famosos como Dani Martin o Aitana manifiestan visitar a los psicólogos.



CONDUCTAS AUTOLESIVAS

Algunas personas deciden autolesionarse. Lo hacen porque quieren comunicar que les está pasando algo y no saben cómo hacerlo. Quieren evitar una emoción negativa. Necesitan sentir un dolor físico, no sólo emocional. La presión de grupo puede ser otra razón. Otra opción es la necesidad de castigarse porque no les está yendo bien en su vida y se sienten culpables de lo que les sucede, de no ser capaces de afrontar.



FACTORES DE RIESGO

DIFICULTADES PARA MANEJAR LAS PROPIAS EMOCIONES

ALTA SENSIBILIDAD EMOCIONAL

REPRESION DE EMOCIONES

FALTA DE MECANISMOS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS

ELEVADA IMPULSIVIDAD

CONDUCTAS DE RIESGO

HISTORIAL DE TRAUMAS Y ABUSOS

INTIMIDACIÓN O VICTIMIZACIÓN

SENTIMIENTOS DE AISLAMIENTO

ABUSO DE ALCOHOL O SUSTANCIAS

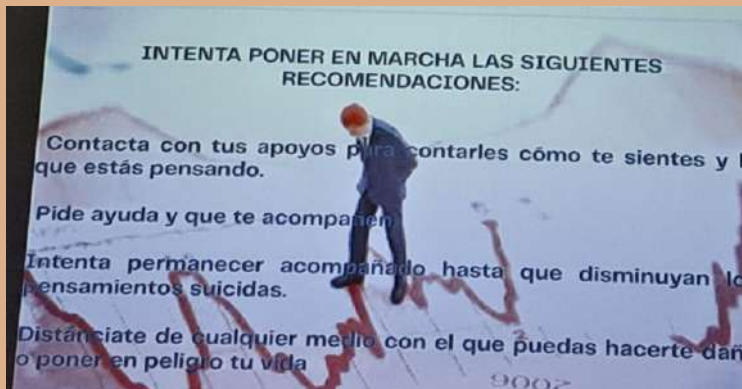
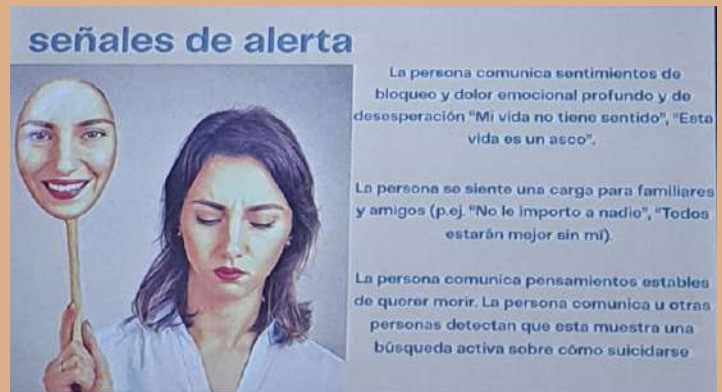
AUTOLESIONES Y PENSAMIENTOS DE SUICIDIO

EXPOSICION SOCIAL AL COMPORTAMIENTO SUICIDA

PRESION DE GRUPO, NO ASUMIR RIESGOS

SEÑALES DE ALERTA

La charla concluyó con unas recomendaciones acerca de las actuaciones que facilitan el control de las emociones y, por tanto, una buena gestión de ellas.



Para finalizar, se recomienda ver el vídeo de la historia de Amanda Todd



PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

En colaboración con el Centro de la mujer, la representante de FADEMUR habla sobre el tema de la igualdad entre hombres y mujeres.



A partir de un pequeño diálogo intenta contextualizar el tema. Se aclaran los conceptos de feminismo y machismo. Se proyectan varios vídeos que reflejan situaciones de violencia y control extremo que generan desigualdad. Se pretende que el alumnado diferencie los efectos tóxicos del verdadero amor y no normalice conductas que no son normales ni correctas.

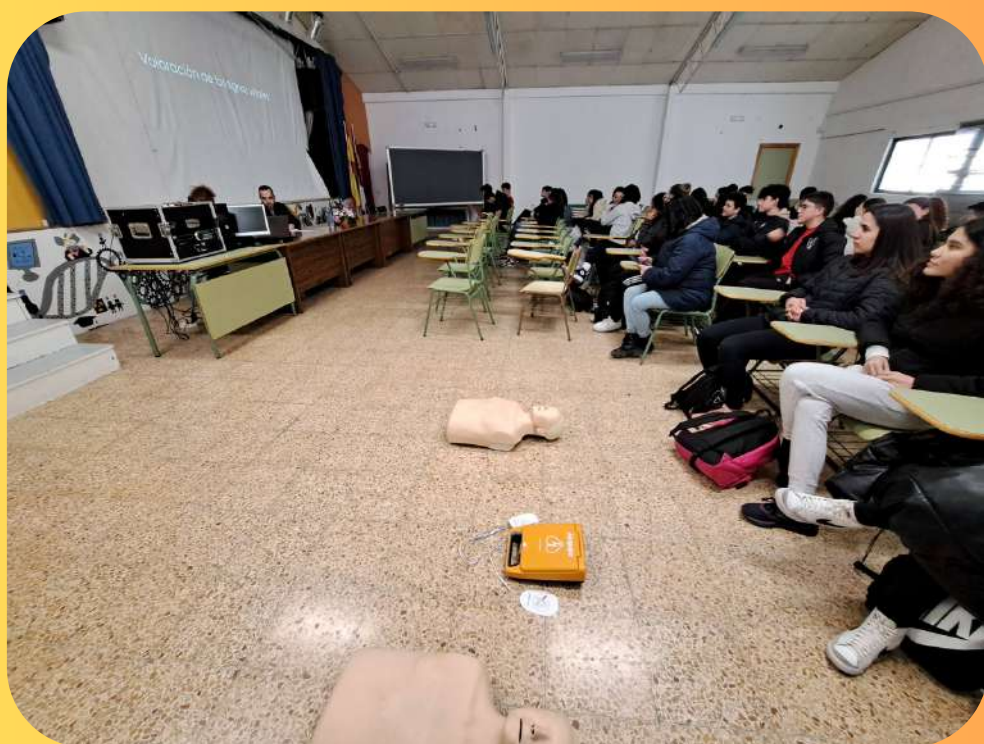


Se reparten en grupos de nueve para sumergirse, por medio de unas gafas virtuales, en una situación de agresividad y desigualdad. Esta actividad les resulta atractiva e innovadora. Por último, realizan un cuestionario.



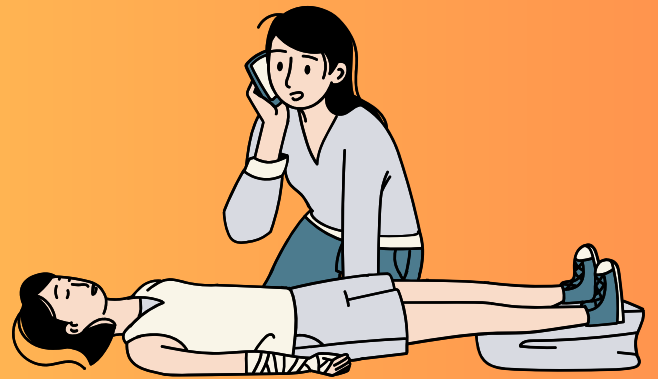
CHARLA PRIMEROS AUXILIOS

Se transmitió a los alumnos la necesidad de tener conocimientos sobre primeros auxilios y así poder actuar de forma adecuada en situaciones de riesgo que se les puedan presentar.

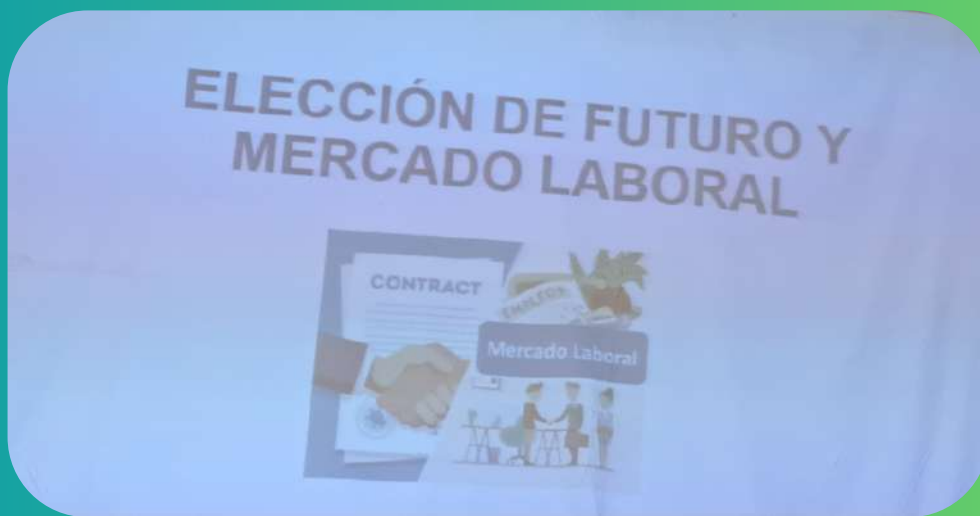


Se combinó la teoría y la práctica. Algunos alumnos se ofrecieron voluntarios y realizaron diferentes maniobras.





ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL



POLICÍA LOCAL COMO SALIDA PROFESIONAL

Con motivo de la celebración de San Isidro Labrador, dos policías locales explican quiénes son y qué funciones realizan.



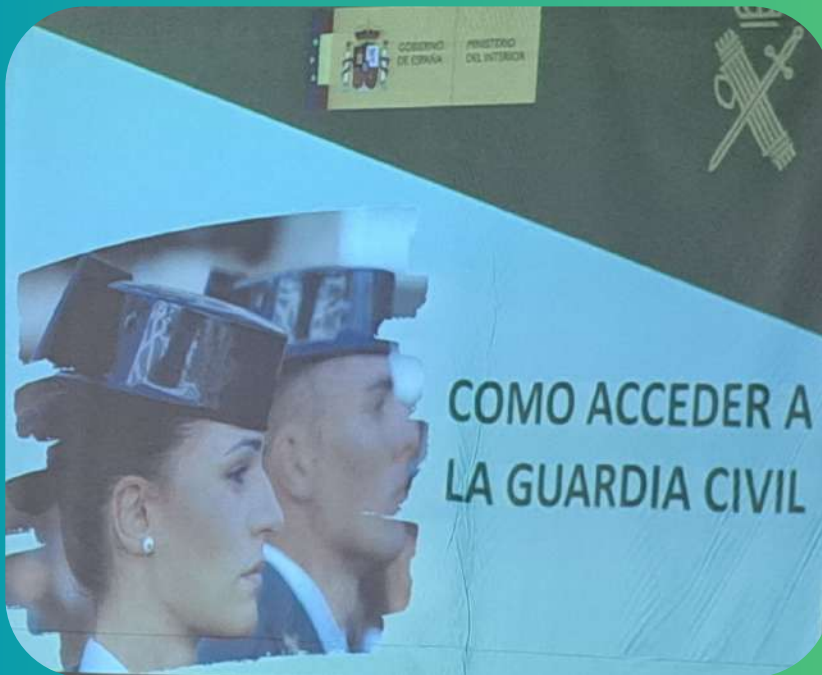
Se proyecta un vídeo que muestra todas las intervenciones llevadas a cabo. Explican los requisitos necesarios para acceder a la policía local de Castilla -La Mancha.

Se abre un tiempo para preguntas. Las dudas planteadas tienen que ver con las pruebas físicas y su renovación.

La charla concluye con unas recomendaciones preventivas sobre el consumo de alcohol, el riesgo y peligro de los desplazamientos en patinete y la responsabilidad de los padres ante las denuncias a menores de edad.



GUARDIA CIVIL



ΕJÉRCITO



SALIR Y APRENDER



Para celebrar la Semana Europea del Deporte, el departamento de Educación Física ha ido con alumnos de **1º y 3º de ESO** a Ruidera.



Han realizado una actividad de kayak por la Laguna del Rey y la Tinaja.





Han practicado
senderismo por la
Quebrada del
Toro.



SIERRA NEVADA

El alumnado de
**3ºESO y 1º de
Bachillerato** ha
viajado a Sierra
Nevada a esquiar
acompañados de
los profesores de
Educación Física.



XANADÚ

Los alumnos de **1º de ESO** han visitado Xanadú para familiarizarse con el deporte de esquí. De esta forma, podrán practicar más adelante esta actividad en la montaña. Es una disciplina ideal para trabajar el equilibrio, la condición física y la coordinación.



VISITA A LA FÁBRICA NACIONAL DE MONEDA Y TIMBRE, Y AL MUSEO NAVAL

El pasado 30 de enero de 2025 profesores y alumnos de los **ciclos formativos de Administración** hicimos una excursión a Madrid para visitar la Fábrica Nacional de Moneda y Timbre (también conocida como la Casa de la Moneda) en horario de mañana, y el Museo Naval en horario de tarde. Partimos de Socuéllamos a las 8:45 horas. Los minutos que pasaron esperando al autobús nos sirvió para espabilarnos debido al frío que acompañaba al amanecer. A las 11:00 horas aproximadamente llegamos a la Calle Dr. Esquerdo de Madrid donde se encuentra la Casa de la Moneda y, antes de acudir a nuestra cita, tomamos un desayuno en un bar cercano para entrar en calor y reponer fuerzas. A las 12:00 horas nos esperaban los guías de la visita al Museo de la Casa de la Moneda. Nos dividieron en dos grupos y fuimos pasando por las distintas secciones divididas según las distintas épocas de la Historia de España. ¡Qué maravilla de museo! Un edificio espectacular cargado de historia. Nos contaron varias curiosidades como que los romanos empleaban la sal para pagar los sueldos, de ahí la palabra salario, o que el Gordo de la Lotería de Navidad se conoce así debido a un personaje del siglo XVIII que publicitaba la Lotería de Navidad, o que allí se fabrica todo tipo de papel oficial (billetes, sellos, décimos de lotería, papel timbrado, etc.). Nuestros ojos pudieron contemplar importantes monedas como el centén de oro o el real de a ocho, entre otras muchas.



Pasadas algo más de las 14:00 horas nos dirigimos al Paseo de Recoletos y el conductor del autobús nos dejó en la Plaza de Neptuno, que supongo los colchoneros sabrán lo que se celebra allí. Tuvimos un tiempo de descanso para comer y hacer algunas compras en la zona de Gran Vía.



Cuando daban las 17:00 horas, entramos al Museo Naval sito junto al Ayuntamiento de Madrid y a la Plaza de Cibeles (ahí lo dejo para los aficionados blancos). Sorprende parte de la fachada, de estilo moderno, que le instalaron porque, al pasar, uno parece estar inmerso en los distintos acontecimientos marítimos surgidos desde el descubrimiento de América. Otro museo repleto de arte a raudales. A modo de ejemplo, contemplamos el mapamundi de Juan de la Cosa del año 1500 o el cuadro Regreso de la Victoria a Sevilla, de Elías Salaverría, que representa la llegada a España en 1522 de Elcano con sus 20 tripulantes cuando consiguieron la hazaña de dar la primera vuelta al mundo; incluso nos maravillamos con las múltiples maquetas en distintas escalas de barcos allí ubicadas.

EXCURSIÓN A MADRID 6 MARZO 2025. DEPARTAMENTO DE LATÍN Y GRIEGO.

Los alumnos participantes tuvieron la oportunidad de asistir en el teatro “Bellas Artes” a la representación de una comedia griega antigua, denominada “LAS ASAMBLEÍSTAS”. Su autor, Aristófanes, perteneciente al siglo de oro ateniense, aborda en clave de HUMOR temas serios que afectan a la polis de Atenas. En la obra un grupo de mujeres al mando de Praxágora decide tomar el control de la Asamblea de Atenas (lo que actualmente podría equivaler al Congreso de los Diputados), que estaba en manos de los hombres y excluía a las mujeres. Cuando llegan al poder establecerán para todos los atenienses una IDEA DE IGUALDAD sui generis que provocará situaciones de gran comicidad.



Visita al MUSEO ARQUEOLÓGICO

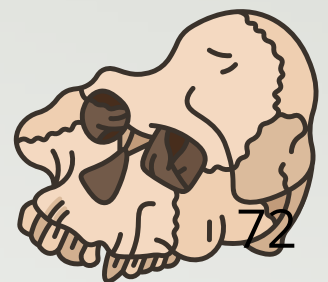
Visitar este museo permite un acercamiento al pasado histórico del hombre, un pasado que los alumnos han estudiado en los libros de texto y que han podido contemplar de cerca y comprender mejor a través de los restos expuestos en cada una de las vitrinas:

- En la exposición de Prehistoria se centró la atención en el modo de vida de nuestros antepasados homínidos, así como en los restos óseos de algunos de ellos, como el famoso "Australopithecus".



- En la sección dedicada a Egipto, nos detuvimos en el mundo funerario y en cómo se llevaba a cabo la momificación, práctica que los egipcios realizaban con el fin de preservar el cuerpo para el mundo del más allá.

- Con respecto a Grecia, se pudo admirar la gran variedad de vasijas dedicadas a múltiples usos, que, gracias a su decoración, nos hablan de diferentes aspectos de la cultura griega, como el deporte, la educación, los mitos, etc.



OPEN TENIS

El pasado 23 de abril, coincidiendo con el Día del Libro, 46 alumnos de 3º y 4º de ESO tuvieron la oportunidad de vivir una experiencia deportiva inolvidable: una salida al prestigioso torneo Mutua Madrid Open. Fueron acompañados por tres profesores de los departamentos de Educación Física y Música.



Desde la primera hora de la mañana, la emoción se respiraba en el ambiente. El viaje a Madrid prometía un día repleto de grandes momentos y no defraudó. Ya en la Caja Mágica, los estudiantes pudieron asistir tanto a entrenamientos como a partidos de primer nivel, siendo testigos del talento y la intensidad de algunas de las mayores estrellas del tenis mundial.



Entre los jugadores y jugadoras que se dejaron ver en las pistas estaban nombres tan ilustres como Aryna Sabalenka, Iga Swiatek, Novak Djokovic, Stefanos Tsitsipas, Alexander Zverev, entre otros. Para muchos, fue la primera vez que veían de cerca a estos atletas en acción, lo que añadió un componente único y emocionante a la jornada.



A. Zverev
Número 2

La jornada no sólo fue una actividad lúdica, sino también una experiencia educativa y motivadora que conectó los valores del deporte con los contenidos de las asignaturas implicadas. Sin duda, una vivencia que los alumnos no olvidarán.

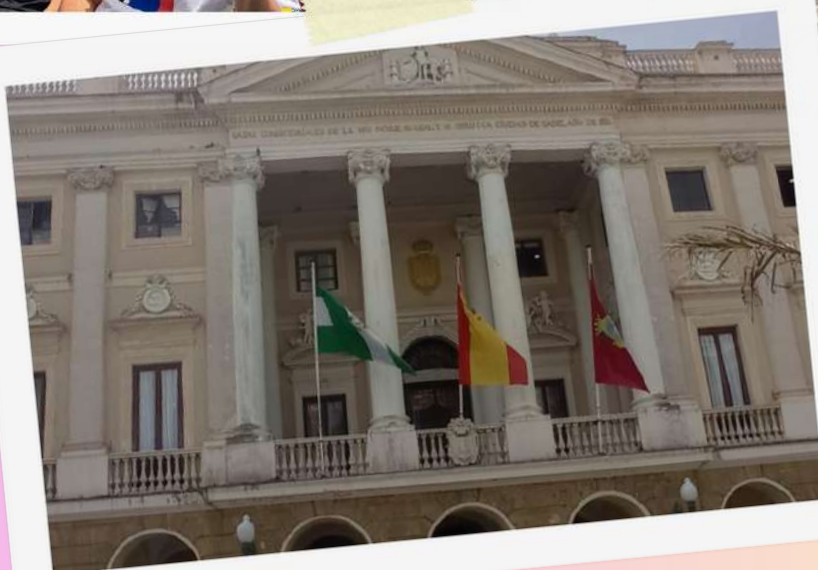


EXCURSIÓN DE FIN DE CURSO

4º ESO

Día 1. Salida, almuerzo en Cádiz, ferry, kayak y llegada al hotel.

Comenzamos el viaje saliendo desde el instituto sobre las 5:30am. Tras una parada en un bar de carretera, podemos descansar y almorzar algo. Además, conocemos a nuestros monitores: Julio y Álvaro. Llegamos a Cádiz sobre la 13:45 horas. Tenemos tiempo libre para comer y explorar. Después de comer, nos subimos a un ferry con destino a El Puerto de Santa María.



Terminado el agradable viaje por la bahía, nos dirigimos al Parque Natural de los Toruños para realizar unas actividades en kayak. Después, fuimos al hotel y pudimos disfrutar de la piscina y cena tras alojarnos en las habitaciones. Finalizamos el día con una velada en un bar cercano junto a los monitores.



Día 2. Actividades náuticas, piscina, playa y fiesta.

Comenzamos el día yendo al club náutico y realizando actividades como kayak, padel surf y la “banana”. Comemos en el hotel y nos sirven picnic en la piscina.



Por la tarde, nos dirigimos a la playa, donde algunos se quedan jugando al fútbol, tumbados en toallas y paseando por la orilla; mientras que otros prefieren volver al hotel.



Después de la cena, nos vamos a un club nocturno cerca de la playa. Allí charlamos, tomamos algo y disfrutamos con amigos. Nuestro monitor Álvaro debe irse por motivos personales y conocemos a Ernesto, el nuevo monitor. Terminando así el segundo día.



Día 3. Ruinas, arena y playa.

Terminado el desayuno, nos trasladamos hacia Bolonia. Allí visitamos las ruinas romanas de “Baelo Claudia”. Julio, el monitor, nos explica brevemente la historia de la ciudad y su importancia en la industria del “garum” (una salsa hecha con vísceras de pescado y muy apreciada por los romanos).



Después de la visita a las ruinas, subimos la gran “Duna de Bolonia”. Allí comemos un almuerzo tipo picnic. Después de la comida, bajamos paseando a la playa, donde pasamos la tarde. Para finalizar el día, ya en el hotel, nuestros monitores organizan unos juegos por equipos.



Día 4. Aventura, tirolinas, visita turística a Cádiz y fiesta.

El penúltimo día por la mañana vamos a “Aventura entre ramas”. Allí realizamos actividades de aventura como tirolina y escalada. Al mediodía regresamos a la ciudad de Cádiz. Allí comemos. Por la tarde, nuestros monitores nos dan un paseo turístico por varios de los lugares más emblemáticos de la ciudad. Después de un rato de tiempo libre, volvemos al hotel para cenar y nos dirigimos al club nocturno para terminar el día.



Día 5. Parque de atracciones y llegada a Socuéllamos.

Para concluir nuestro viaje, el último día vamos al parque de atracciones “Isla Mágica” en Sevilla. Ahí pasamos un divertido día. Nuestros monitores nos entregan unos diplomas y finalizamos la excursión regresando a Socuéllamos.

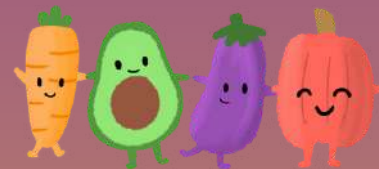


PROYECTOS

INNOVACIÓN Y PROGRESO

La apuesta por la innovación y el desarrollo ha quedado reflejada en los diferentes proyectos llevados a cabo durante este curso.

HUERTO



Es el momento de preparar la tierra para obtener frutos. Los recreos de los martes se han empleado en acondicionar y cuidar el huerto.

Alumnos y alumnas de diferentes edades y grupos se disponen a retirar las hojas caídas durante el otoño y a abonar la tierra para depositar las semillas. “El que siembra, recoge”. Seremos testigos de ello.





***En tierra de vino es un honor y un deber
sembrar un hilo de cepas.***



Los alumnos del IES Fernando de Mena se muestran activos durante los recreos. En las imágenes vemos la recogida de aceitunas. Al lado del huerto hay varios olivos. Durante años su pequeña cosecha ha sido un mero adorno en las ramas. Esas bolitas negras han acabado por caer y pudrirse. El ciclo de la naturaleza comienza de nuevo, pero nadie se ha percatado de ello.

También tenemos olivas.





Nuestro instituto debe ser un lugar de encuentro y aprendizaje. Este objetivo debe movernos a promover el interés por los espacios naturales y por llevar una vida sana.



Con esta labor de recogida se les hace conscientes de la importancia de la tierra y de los frutos que se pueden extraer de ella. El siguiente paso es aprender cómo se pueden aliñar y poder disfrutarlas en la mesa, en una ensalada o como aperitivo charlando distendidamente con amigos.





Los alumnos de 4º de ESO de Cultura Científica y dos voluntarios de FPB han puesto en marcha el huerto de verano plantando tomates y pimientos.



RECREOS ACTIVOS (APSD)



Como en el pasado curso escolar, este curso se ha desarrollado el Taller de Habilidades Sociales dentro del proyecto de Recreos Activos, por parte del alumnado del **Ciclo de Atención a Personas en Situación de Dependencia**. Cada miércoles, las alumnas han realizado actividades lúdicas y dinámicas grupales dirigidas a todo el alumnado del centro, dirigidas a mejorar las relaciones sociales, la integración de todo el alumnado, la solución de conflictos, y en definitiva, la mejora de la convivencia.



GUITARRA

Los recreos de los jueves Ramón Castro
ha impartido clases de guitarra.



RADIO

Este curso, nuestra radio se ha consolidado como un proyecto **fundamental para dar voz al alumnado**, compartir experiencias y reflejar la vida de nuestro instituto desde dentro.

LO QUE SE CUECE EN EL MENA

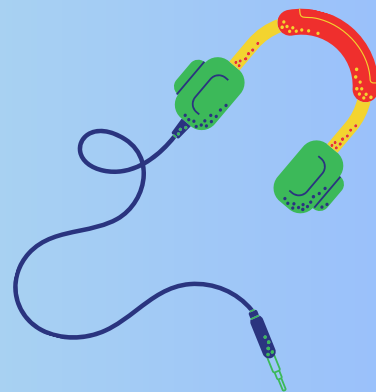


LA VOZ DEL CENTRO

Ha ido creciendo hasta convertirse en una herramienta creativa, dinámica y llena de posibilidades. A lo largo del curso se han grabado muchos podcasts sobre las actividades más destacadas.



Gracias a la implicación del alumnado y del profesorado, hemos logrado no sólo aprender a comunicarnos mejor, sino también a crear comunidad, reforzar valores como el trabajo en equipo y fomentar la expresión oral de una forma motivadora y cercana.



Nuestra radio es ya mucho más que un proyecto: es un altavoz de todo lo que somos y hacemos.



ERASMUS

VIAJE A CONSUEGRA Y VILAFRANCA

Los alumnos del IES Fernando de Mena, siguiendo con la semana de acogimiento de los alumnos y profesores europeos que han venido desde **Croacia y Polonia**, han visitado la ciudad de Consuegra y las lagunas de Villafranca de Villafranca de los Caballeros.

Estando en Socuéllamos, en tierras manchegas, no podíamos dejar de visitar Consuegra, una ciudad simbólica y universal debido a los molinos de viento que coronan el cerro Calderico. Es imposible no imaginar las andanzas de nuestro internacional Don Quijote de la Mancha en estas tierras manchegas. Es indiscutible el asombro que producen los molinos de vientos cuando los han visto nuestros invitados europeos. Hemos aprendido cómo se molía el trigo en el siglo XVI.



También hemos visitado el castillo, fortaleza de más de ochocientos años de antigüedad, rico por su historia y arquitectura vinculada estrechamente con la Orden de San Juan de Jerusalén. Se trata de un elemento histórico que se remonta a una fortaleza musulmana de periodo califal del siglo X.

Después, hemos viajado al complejo lagunar de Villafranca de los Caballeros. Aquí hemos disfrutado de un espectáculo de convivencia entre hábitat terrestre y acuático, con aves surcando los cielos y animales esteparios habitando su suelo.

Hemos realizado un taller de zooplacton y con los binoculares hemos visto pequeños organismos animales que flotan en el agua y desempeñan un papel esencial en la cadena trófica acuática. Hemos podido diferenciar entre copépodos, larvas, escarabajos acuáticos y hasta una puesta de huevos de rana. Todos estos microorganismos flotan en el agua y desempeñan un papel esencial en la cadena trófica acuática. Estos organismos carecen de la capacidad de nadar activamente en contra de la corriente, utilizando sus extremidades o apéndices para propulsarse lentamente.



Ha sido un día emocionante, cargado de historia, tradición y naturaleza. Hemos convivido con nuestros compañeros croatas y polacos y hemos disfrutado de ver cómo nuestros alumnos se han comunicado con ellos en inglés. Han nacido relaciones de amistad, convivencia, intercambios culturales y sobre todo un crecimiento personal. Compartir experiencias con personas de otros países es algo enriquecedor, tanto para alumnos como para profesores; sin duda, algo que nunca olvidaremos.

CROACIA

Una aventura inolvidable para alumnos y profesores de Socuéllamos

Un grupo de seis alumnas de **3º de ESO** del IES Fernando de Mena de Socuéllamos ha tenido la oportunidad de vivir una experiencia única gracias al programa **Erasmus+**. Acompañadas por tres profesores —uno de inglés, una profesora de ciclos formativos de Administración y un profesor de Educación Física—, emprendieron un viaje que no olvidarán fácilmente. El destino: LudiKa Vedina, un tranquilo y acogedor pueblo croata que nos recibió con los brazos abiertos.



El trayecto comenzó en Madrid, con un vuelo a Múnich y otro de conexión hasta Zagreb, capital de Croacia. Desde allí, pusimos rumbo a nuestra residencia durante la semana: Moslavačka Priča, un alojamiento en plena naturaleza que, además de cómodo, nos ofrecía un entorno digno de postal (y de muchas fotos, por supuesto



Durante la estancia, compartimos actividades con estudiantes y profesores de Polonia, Eslovaquia y del propio centro anfitrión del pueblo croata. La escuela organizó una serie de talleres de lo más variados: hicimos imanes personalizados, música, danzas tradicionales, deportes, actividades de inclusión y muchas más propuestas que nos ayudaron a aprender, reír y crear lazos internacionales.

También hubo tiempo para descubrir los encantos de la región. Visitamos el pueblo de las cigüeñas, donde estas aves parecen tener más protagonismo que los propios vecinos, y un pequeño parque natural que, aunque modesto, nos ofreció un agradable paseo y mucho aire puro.

Uno de los momentos más mágicos fue la excursión a los Lagos de Plitvice, un auténtico oasis de cascadas, aguas turquesas y rutas de senderismo que parecen sacadas de un cuento. Otro día, nos adentramos en Zagreb, la capital del país, donde realizamos una visita guiada que terminó exactamente a las 12:00 horas, momento en el que, para sorpresa de algunos y susto de otros, un cañón estalla desde la torre central de la ciudad como parte de una tradición local.



La tarde en Zagreb continuó con un toque dulce: una visita guiada al Museo del Chocolate, que hizo las delicias (literalmente) de todo el grupo.

Y como no hay mejor forma de terminar un día que con buena comida y mejor compañía, al regresar al pueblo, las familias anfitrionas nos esperaban con la cena lista, compuesta por platos típicos de la zona que nos permitieron saborear aún más la cultura local.

Este viaje ha sido una experiencia inolvidable para nuestras alumnas y profesores, no solo por lo aprendido, sino también por los lazos creados, las risas compartidas y la oportunidad de ver el mundo con otros ojos. ¡Gracias, Erasmus+, ¡por hacer que el aprendizaje también tenga acento internacional!



PROYECTO VINATURE



Las familias profesionales de Administración y Finanzas y Formación y Orientación Laboral desarrollan habilidades prácticas de su alumnado con objeto de acercarlos al mercado laboral.

Actualmente, dado que tenemos un aula de emprendimiento y se está desarrollando en nuestro centro un proyecto de innovación, hemos aunado todos los recursos para obtener como resultado la creación de una empresa.

Fomentando siempre la motivación y las actividades teórico-prácticas, la familia de Administración ha creado una empresa dedicada a la elaboración y venta de jabones de vino.





Teniendo en cuenta que nuestra localidad, Socuéllamos, es el lugar europeo con mayor número de viñedos y contando con 15 bodegas locales, no podíamos dejar pasar por alto este detalle y preguntarnos cómo aprovechar este recurso que viene de nuestras cepas.



Después de varias propuestas de nuestros alumnos, decidimos elaborar jabones de vino. Con este proyecto trabajamos aspectos teóricos: la creación de la empresa, documentación, entidad jurídica, instituciones en las que registrar nuestra empresa y cumplimiento de obligaciones fiscales y de seguridad social.

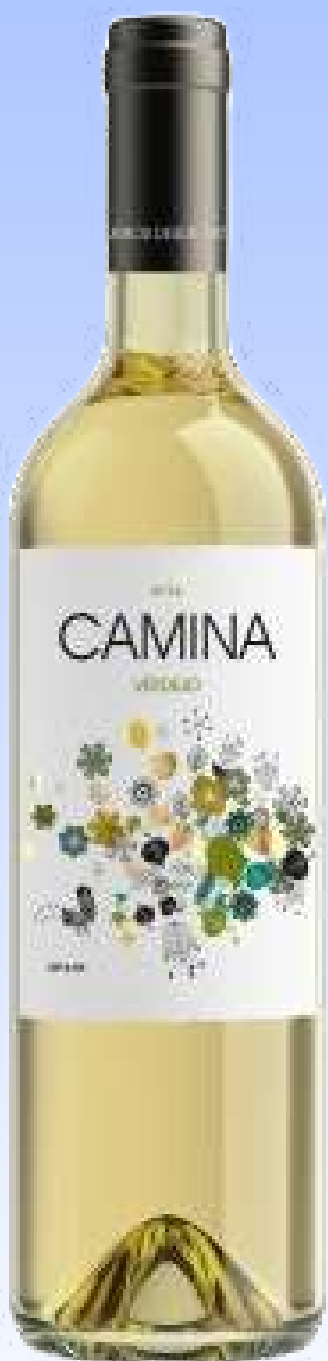
Por otra parte, hemos trabajado actitudes de innovación: creación de etiquetas y posibles nombres de la empresa, logotipo, tarjetas de visita, página web y red social. También hemos desarrollado actividades motivacionales como animar a nuestros alumnos a que sean futuros empresarios. También se han trabajado aspectos económicos como umbral de rentabilidad, costes de materias primas, costes fijos y variables, búsqueda de proveedores y de insumos. Además, hay aspectos tan fundamentales como el crecimiento y la satisfacción personal, las habilidades interpersonales, el trabajo ético y la responsabilidad, honestidad y capacidad para fluir en el entorno.

En este momento estamos desarrollando nuestro producto, un jabón elaborado, entre otras materias primas, con el vino “Camina” de la Cooperativa Cristo de la Vega.

Se van a elaborar dos tipos de jabones: unos con vino tinto y otros con vino blanco. Estos vinos se elaboran con productos en los que no han intervenido elementos de origen animal para crearlos.

El vino tinto, variedad Cabernet Sauvignon, tiene un color rojo rubí brillante y un olor a mora especiada. Éste ha sido el principal ingrediente para la elaboración más natural y artesana de nuestros jabones.

También se ha utilizado un vino blanco Chardonnay, con un color limpio y brillante y un olor a manzana verde y pera.



La empresaria Miriam Alite ha prestado su ayuda y la formación necesaria al grupo de profesores de Administración y a su alumnado para la obtención del producto.

INTELIGENCIA EMOCIONAL CONTRA EL BULLYING

Desde el **ciclo de Atención a personas en Situación de Dependencia**, las alumnas de **2º curso** a través del módulo **“Empresa e Iniciativa Emprendedora”** crean una empresa de **“Inteligencia emocional en el entorno educativo”**. El proyecto se basa en los contenidos del módulo **“Destrezas Sociales”**. El objetivo general ha sido prevenir situaciones de acoso escolar y reducir las ya existentes.

El proyecto dio comienzo en febrero y se ha extendido hasta marzo. Durante este tiempo se ha trabajado grupo por grupo con los cursos **1º y 2º de la E.S.O.** Y más tarde, por petición de otros profesores (que lo han visto necesario) con otros grupos de **FP BÁSICA y 3º ESO**. Cada grupo ha tenido dos sesiones de trabajo.



El proyecto se ha desarrollado en dos fases, a través de la metodología Aprendizaje por Servicio:

-En la primera fase, (panel “Funcionamiento de mis emociones”), han trabajado la inteligencia intrapersonal, concretamente la autoconciencia y el autocontrol. Se ha impartido la explicación sobre “el funcionamiento de las emociones en la mente”.

Han realizado unas actividades donde han identificado y reconocido sus emociones y sentimientos, y por otra parte, han descubierto sus fortalezas y debilidades, analizando así su autoestima.

De esta forma han aprendido a practicar el autocontrol a través de una pequeña técnica muy básica que además pueden aplicar a las situaciones de su vida diaria. Es así como hemos conseguido que sean conscientes del rol que ejercen en el centro y sobre todo, que reflexionen por qué hacen lo que hacen.

Una vez hecho esto que queda reflejado en un trabajo personal de cada uno, pasamos a la segunda fase....



Paneles roles:

- [illegible]



Así, una vez que ya han comprendido en la primera fase, sus reacciones y el porqué hacen las cosas y cómo las hacen de una determinada manera; hemos pasado a analizar cómo nuestras actitudes y conductas afectan de manera positiva o negativa a la convivencia de nuestra aula, y por tanto al centro. Esto es lo que les ha llevado a comenzar a empatizar y a tomar decisiones por el bien común.

Para ello, han hecho unos ejercicios donde se han identificado conductas propias y grupales en clase. Se han buscado alternativas a esas conductas y se han comprometido a mejorar responsabilizándose de sus actitudes y conductas.

Hemos utilizado la metodología Aprendizaje Servicio. Nuestro alumnado es el protagonista y ha trabajado y experimentado en su propio contexto educativo.





Nos hemos basado en la **inteligencia emocional** porque nuestros objetivos están dirigidos no sólo al alumnado acosado, sino a todas las partes implicadas ya que todas tienen una “historia detrás” que hay que comprender y que es la que le lleva a tener este tipo de actitudes, pensamientos y conductas. Por tanto, la inteligencia emocional nos da la posibilidad de tomar conciencia sobre nosotros mismos, para posteriormente gestionar, y empezar a mejorar a través de la empatía.

Los buenos resultados han empezado a ser visibles desde la primera fase, y la mayoría de nuestros objetivos se están llevando a cabo.

Nuestro proyecto no termina aquí, se continuará trabajando con otro tipo de actuaciones hasta final del presente curso que ya hemos planteado, con el fin de consolidar lo que se ha comenzado.



ALUMNOS AYUDANTES

En este curso escolar se ha iniciado el proyecto de alumnos-ayudantes, enmarcado en el Plan de Igualdad y Convivencia y en el programa PISE+. Se ha llevado a cabo con alumnado de **1º y 2º curso de la ESO**. El objetivo principal es impulsar la ayuda entre iguales, la solidaridad, la participación activa de nuestros alumnos y alumnas, la solución pacífica de conflictos y, en definitiva, la mejora de la convivencia en nuestro centro.



Tras la selección inicial de los alumnos y alumnas ayudantes con la colaboración de tutores y tutoras, se realizó un proceso de formación en torno a habilidades como la comunicación, la empatía, la escucha activa y la resolución de conflictos. A partir de ahí, los alumnos y alumnas están interviniendo en situaciones como la acogida a nuevo alumnado, la integración de alumnos/as con dificultades de relación social, pequeños conflictos en el grupo-aula, en los espacios comunes, recreos, etc...



INTERCENTROS

Las alumnas del **1º curso del Ciclo de Atención a Personas en Situación de Dependencia** han llevado a cabo un Taller de Arteterapia enmarcado en un proyecto intercentros en colaboración con el I.E.S. Mónico Sánchez de Piedrabuena, con su departamento de Educación Plástica y Visual. Este taller se ha desarrollado en AFYMOS, entidad colaboradora de FP dual de nuestro ciclo, y en el mismo han participado usuarios y profesionales de la misma, así como docentes y alumnas del Ciclo.



El objetivo general es trabajar la atención psicosocial a través de las artes, y cómo a través de éstas se puede ofrecer una intervención global y holística a las personas en situación de dependencia, destacando el componente psicosocial de las mismas, que revierte en una mejora cognitiva, emocional y física de la persona.



Hemos trabajado de manera colaborativa, creando espacios de trabajo conjunto, utilizando una metodología activa y participativa, a través del aprendizaje basado en proyectos y el aprendizaje-servicio, que permita al alumnado descubrir los beneficios de las artes en la mejora global de las personas en situación de dependencia.

La experiencia ha sido muy gratificante y motivadora, y pretendemos darle continuidad en cursos próximos.

JUEGOS PARALÍMPICOS

Las alumnas del Ciclo de Atención a Personas en Situación de Dependencia llevaron a cabo al inicio de curso un proyecto de investigación en torno a los juegos paralímpicos, con motivo de la celebración de este importante acontecimiento deportivo el pasado verano en París.



Fruto de este trabajo de investigación, elaboraron diferentes materiales audiovisuales que han sido publicados en los medios oficiales de nuestro I.E.S.

Profundizaron en torno a deporte y diversidad funcional, historia y evolución de estos juegos, curiosidades, biografías e historias de superación, e incluso contactaron con atletas que participaron en los juegos paralímpicos de París 2024, realizado sendas entrevistas, a Diego Lardón, triatleta, y Leonor García deportista de apoyo, timonel de la embarcación cuatro con timonel.



Fruto de este trabajo de investigación, elaboraron diferentes materiales audiovisuales que han sido publicados en los medios oficiales de nuestro I.E.S.

TALLERES

RISOTERAPIA



YOGA



PROYECTO MICROMUNDO

El día 5 de diciembre
se celebra el Día
Mundial del Suelo.
¿Sabías que el 97%
de nuestra
alimentación tiene su
base en este recurso?
¿Qué para que se
forme un centímetro
de suelo se necesitan
1000 años?



Para aprender sobre este importante recurso, nuestros alumnos de INDEC, de segundo de bachillerato han llevado a cabo un proyecto de investigación en colaboración con la UCLM a lo largo de todo el curso bajo la dirección de Belén Hinojosa, profesora de la Facultad de Ciencias Ambientales y Bioquímica del campus de Toledo.

El proyecto se llama Micromundo@UCLM: en busca de nuevos antibióticos con el suelo como aliado. Está financiado por el Ministerio de Ciencia e Innovación.



Durante la investigación para el proyecto se ha contado con la colaboración de Alba Carrión, antigua alumna del IES e investigadora de la UCLM.



Los alumnos han realizado análisis físicos, químicos y biológicos de diferentes muestras de suelos recogidas en diversos puntos de la localidad. Los resultados han sido enviados a la universidad.



1º CURSO DEL CICLO DE GESTIÓN ADMINISTRATIVA

Ha sido uno de los 50 grupos seleccionados entre 250 grupos de toda España para participar en el proyecto GIRA JÓVENES XII edición.

Felicitemos al ciclo de Gestión Administrativa porque ya están inmersos en Semifinales, han pasado todas las fases de este proyecto.

El proyecto Gira Jóvenes es un programa de capacitación y empleabilidad que, desde 2012, promueve el desarrollo personal y profesional de jóvenes de 16 a 26 años, para ayudarles a conocerse mejor y acercarle al mundo laboral.

Este programa permite a los alumnos/as entrar en contacto con jóvenes, profesionales y empresas inspiradoras, que les ayudan a ampliar su visión sobre el mundo laboral y enriquecer su CV.

Este proyecto se ha dividido en tres fases: Formar, Inspirar y Activar.



En la primera fase, denominada Formar, los alumnos han desarrollado sus soft Skills, habilidades imprescindibles para crecer como profesional en el mundo laboral actual.

A lo largo de tres sesiones en equipo, han potenciado habilidades como:

- Trabajo colaborativo
- Comunicación
- Gestión de tus emociones
- Liderazgo
- Aptitud emprendedora.

Esta fase ha sido superada con éxito por parte de nuestros alumnos/as, pasando a la segunda denominada Inspirar:

En esta etapa han disfrutado de cuatro clases magistrales que les han acercado a las tendencias que ya están marcando el empleo del futuro.

Cuatro sesiones de la mano de organizaciones expertas en cada materia, con la incorporación de los Objetivos de Desarrollo Sostenible de manera transversal.



Las temáticas han sido:

- Digitalización, con la colaboración de IBM.
- Sostenibilidad y Empleo Verde, con Fundaciones por el Clima.
- Emprendimiento social, con Youth Business Spain y AlmaNatura.
- Autoconocimiento y motivación personal, de la mano de ILUNION.

Nuestros alumnos/as superaron con éxito esta segunda fase, pasando a la tercera denominada Diseño de proyecto.

En equipos reducidos y acompañados por su “sherpa” han iniciado la 3ª fase que consiste, en buscar una solución a un reto social y medioambiental para nuestra localidad.

El nombre del proyecto ha sido: **“DISFRUTA NUESTRO PUEBLO”**.

Nuestros alumnos/as han tenido que describir en 250 palabras como máximo el reto social que entre todos han consensuado y han identificado.

Nuestro reto social es combatir la despoblación de nuestra localidad en verano y para ello planteamos distintas iniciativas lúdicas a realizar para que la juventud y mayores de nuestra localidad y de nuestro entorno disfrute de su ocio en nuestro pueblo y se convierta en un lugar de referencia para ello.

Planteamos iniciativas que pretenden utilizar el ocio y la diversión como instrumento de bienestar, de fomento de la participación, de valores sociales democráticos y de hábitos de vida que mejoran la salud emocional, social, física e intelectual.

El objetivo perseguido en este reto ha sido: Que nuestra población sea un referente en nuestra comarca en el ocio para jóvenes y mayores, e implícitamente mejorar la economía de nuestro pueblo con estas actividades.

Se han diseñado distintas actividades para ello se han utilizado distintas herramientas: RRSS, Excel, Canvas, Word, para poder buscar información y plantear las distintas actividades, realizar carteles, análisis financiero, Informes, conocer el impacto económico en el comercio y hostelería a través de encuestas, etc.

Han planteado mantener contacto con la alcaldesa y los concejales de juventud y festejos para explicarles nuestro proyecto y la necesidad de su colaboración en la cesión de espacios y participación de protección civil, Policía local y Guardia civil.

Han reflexionado sobre la posibilidad de solicitar el patrocinio de parte de algún evento al tejido empresarial local.

Estos son parte de nuestros alumnos/as que con su reto nos han llevado semifinal.

¡¡ENHORABUENA!!



La participación en Gira les ha ayudado a nuestros alumnos/as a:

v Conocerse mejor y confiar más en ellos, entrenar sus habilidades personales y prepararse para su futuro profesional.

v Ampliar sus conocimientos en nuevas áreas profesionales como son el empleo verde, el emprendimiento o la digitalización.

v Idear soluciones a problemas sociales y/o ambientales de su entorno, de forma colaborativa con sus compañeros.

v Entrar en contacto con profesionales y empresas inspiradoras, que le ayuden ampliar su visión sobre el mundo laboral.

v Enriquecer su CV con los diferentes diplomas de cada etapa, que les ayudarán a comenzar su trayectoria profesional.

Todo lo desarrollado en este artículo es parte de este reto, todo ello nos ha llevado a la semifinal, y estamos contentísimos de haber alcanzado de momento este logro, esperamos GANAR.

Continuará.....

ENCUENTRO LECTOR

Un curso más, Damián Alcolea nos ha visitado para hablar distendidamente con los alumnos de 4º de ESO sobre su libro Tocados.



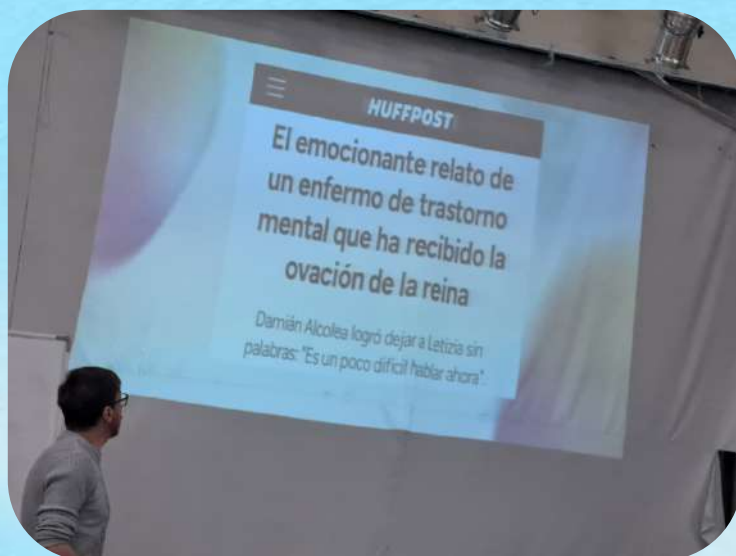
La experiencia de encontrarse con el autor y dialogar con él es muy enriquecedora. Los alumnos pueden presentarle interrogantes, dudas, plantear críticas constructivas, y descubrir el alma del escritor al contar su historia.



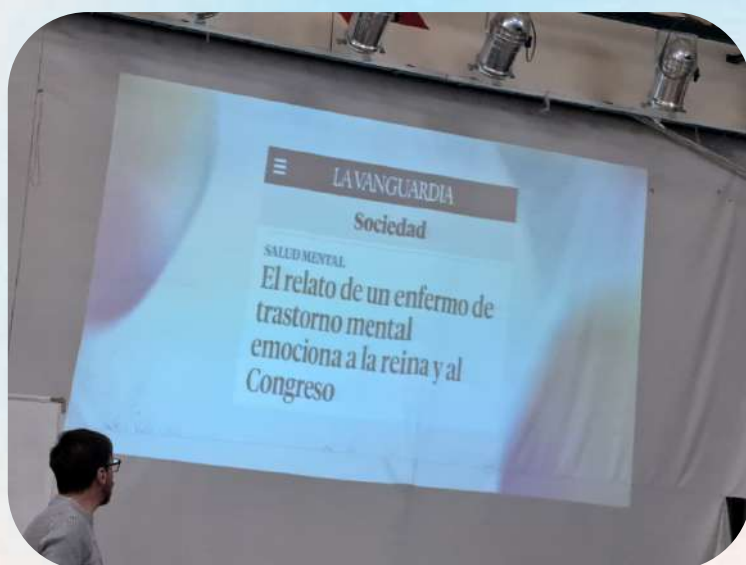
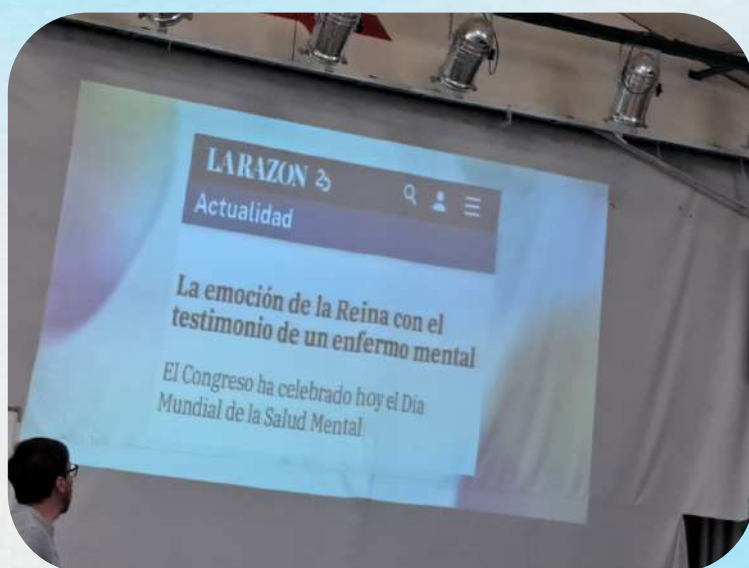
Como se puede deducir del título, Damián habla sobre el TOC. Las obsesiones compulsivas se vuelven contra la persona que padece este trastorno. Aparece el llamado “Pensamiento mágico”, aquel que hace creer que se puede evitar algo negativo actuando de una determinada manera que dicta el cerebro. Sin embargo, hay que aprender a gestionar los pensamientos que surgen en la mente. Según afirmó: “Un pensamiento tiene el poder que tú le des”.

Descubrió que sólo la creación podría salvarlo y que debía decidir por él mismo lo que podría crear. En palabras de Carrie Fisher: “Coge tu corazón roto y haz arte con él.” El arte es un modo de liberar emociones y de sanar corazones, de tal forma que impulsa a dar lo mejor de cada uno y compartirlo con otras personas. Partiendo de esa brillante idea, Damián utiliza sus libros para dar voz a las emociones y conectar con los demás. La libertad juega un papel muy importante. Cada individuo tendrá que decidir lo que quiere crear. La sociedad no podrá imponer lo que una persona pueda crear.





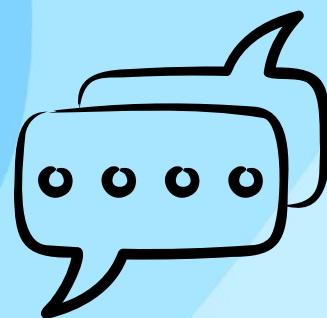
En su trayectoria profesional los medios de comunicación masiva han jugado un papel decisivo. Tras la charla Ted en 2014, se generó un interés mayor por la publicación de su libro Tocados. También tuvo mucho impacto su intervención en el Congreso de los Diputados en presencia de la reina Letizia. Sin embargo, Damián fue estigmatizado en los titulares que aparecieron al día siguiente.



Nadie es una etiqueta o un diagnóstico. Aconsejó a todos los alumnos que no pusieran su valía en un comentario de una red social o de un medio de comunicación. Además, añadió como terapia de vida la aceptación y el compromiso. Es importantísimo y fundamental ser conscientes de que sólo existe “el aquí y el ahora” y que todo pasará.



Después de todas estas reflexiones, se abrió un diálogo. Mostramos a continuación las preguntas y respuestas.



-¿Tú crees que el libro ayudará a las personas que padecen TOC?

Sí. A través de las historias de los personajes no se sienten solos. Se dan cuenta de que hay muchas más personas como ellos que intentan vivir su vida y superar dificultades.

-¿Por qué aparece una llave?

Una llave simboliza abrir puertas. Una lectora me regaló una llave porque el libro había sido una llave para ella.



-¿Mito del laberinto de Creta?

Los mitos reflejan muy bien el camino.

-¿Los compañeros del restaurante están inspirados en personas reales?

Sí. Están basados en las personas con las que trabajé en un restaurante italiano.

-¿Cómo encajas los comentarios que te hacen sobre tu libro?

Hay comentarios de todo tipo, pero me quedo con los buenos y con los que me sirven para aprender.

-¿Qué te movió a escribir este libro?

Tenía necesidad de contar mi historia.



-¿Cuánto tardaste? ¿Cuánto tiempo dirías que se podría necesitar en circunstancias normales?

Tardé mucho tiempo, varios años, porque tenía muchas cosas entre manos. Dos años se podría considerar un tiempo razonable.

-¿Qué reflexión esperas que hagan tus lectores después de leer Tocados?

Me gustaría que hiciesen el viaje con Adrián y que se sintieran suficientes y valiosos.



-¿Cuál será tu próxima novela?

Estoy escribiendo una novela sobre Salud Mental en adolescentes. Ésta está más alejada de mi vida, pero el objetivo es incluir casos de TCA y Acoso Escolar, entre otros. Quiero dar visibilidad a esos casos reales que existen en las aulas.

-¿Qué consejo le darías a alguien que quiera escribir?

Le diría que lea y escriba y, sobre todo y lo más importante, que escriba el libro que a él le gustaría leer.



Muy amablemente, firmó los ejemplares que algunos alumnos llevaron.



Agradecemos a Damián el haber compartido desinteresadamente su tiempo y sus experiencias con nuestros alumnos y alumnas.

Lo acogeremos “con los brazos abiertos” tantas veces como quiera venir a nuestro instituto, que es también el suyo.



GRADUACIONES

El pasado mes de junio, nuestro centro vivió uno de los momentos más emotivos del curso: las **graduaciones de 4º de ESO, FPB y 2º de Bachillerato**.

Dos celebraciones cargadas de emoción, recuerdos y miradas al futuro que dejaron huella tanto en el alumnado como en el profesorado y las familias. Como novedad, el acto fue presentado por algunos alumnos ayudantes.





La ceremonia de 4° estuvo llena de frescura, alegría y complicidad. Los asistentes pudieron disfrutar de una interpretación musical a cargo de varios alumnos, que emocionó al público y demostró el talento de nuestros estudiantes.





A continuación, un animado **baile grupal** contagió sonrisas y aportó una nota festiva.



Discursos y reconocimientos a la calidad humana y al esfuerzo de los alumnos no faltaron.







4°C



4°B

Esta graduación no sólo ha marcado el final de una etapa educativa, sino también la madurez de chicos y chicas que han aprendido a caminar juntos, afrontar retos y celebrar logros compartidos.



4°A



4° DIVER



FPB





2º BACHILLERATO

Esta graduación tuvo un tono especialmente emotivo. Fue un adiós (o quizás un hasta luego) a un alumnado que ha crecido con nosotros y que ahora alza el vuelo hacia la universidad, otros estudios superiores o nuevas experiencias vitales.



¡ENHORABUENA!

¡GRACIAS POR TANTO!

Ambos actos nos recordaron que la educación es mucho más que materias y exámenes: es acompañar, crecer, equivocarse y volver a empezar. Es crear comunidad y lo más importante de todo, celebrar cada paso del camino.

Desde el equipo docente, sólo podemos desear a nuestro alumnado lo mejor en esta nueva etapa. Que no pierdan nunca la curiosidad, la valentía y el compromiso con los demás. Nos sentimos orgullosos de haber formado parte de su historia.



AGRADECIMIENTOS

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a todas las personas que han hecho posible esta edición. Gracias a quienes han aportado sus textos, sus fotografías, su creatividad y su tiempo. Cada colaboración ha sumado para que este número sea un reflejo del talento, el esfuerzo y la vida de nuestro centro.

También quiero hacer una **menCIÓN especial a la alumna Ángela Zarco Muñoz**, cuya dedicación, compromiso y entusiasmo han sido fundamentales en el proceso de edición. Su trabajo constante y su atención a cada detalle han dejado una huella imborrable en estas páginas. ¡Gracias, Ángela, por tu generosidad y tu excelente labor!



**FELIZ
VERANO**