



# ORIENTE

www.cch-oriente.unam.mx

ÓRGANO INFORMATIVO DEL PLANTEL ORIENTE • SEXTA ÉPOCA • NÚM. 767 • 7 DE ABRIL DE 2014

## INFORMA

### El legado inmortal de José Emilio Pacheco y Octavio Paz



### Diversas actividades para conmemorar su vida y obras

3, 6 y 7

#### ENSEÑANZA APRENDIZAJE



### Ingenio y creatividad durante la Jornada de Reciclaje

4

#### ENSEÑANZA APRENDIZAJE



### 16ª. exposición "El petróleo en México"

8

## DIRECTORIO



RECTOR

DR. JOSÉ NARRO ROBLES

SECRETARIO GENERAL

DR. EDUARDO BÁRZANA GARCÍA



DIRECTOR GENERAL DEL CCH

DR. JESÚS SALINAS HERRERA



DIRECTOR

LIC. ARTURO DELGADO GONZÁLEZ

SECRETARIO GENERAL

LIC. VÍCTOR DAVID JIMÉNEZ MÉNDEZ

SECRETARIO ACADÉMICO

MTRO. JOSÉ DE JESÚS MONCAYO SAHAGÚN

SECRETARIO ADMINISTRATIVO

LIC. JOSÉ LUIS SÁNCHEZ VARELA

SECRETARIA DOCENTE

LIC. EDITH CATALINA JARDÓN FLORES

SECRETARIA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR

LIC. NORMA CERVANTES ÁRIAS

SECRETARIO DE ASUNTOS ESTUDIANTILES

PSIC. ÓSCAR ESPINOSA MONTAÑO

SECRETARIO TÉCNICO DEL SILADIN

ING. QUÍM. TOMÁS NEPOMUCENO SERRANO

SECRETARIO AUXILIAR DE LA DIRECCIÓN

PROF. MAXIMIANO ESPINA MIRANDA

**ORIENTE**  
INFORMA

JEFE DE INFORMACIÓN

LIC. IGNACIO VALLE BUENDÍA

DISEÑO EDITORIAL

LIC. MIGUEL ÁNGEL LANDEROS BOBADILLA

DEPARTAMENTO DE IMPRESIONES

C. ROSENDO VARGAS TORRES

Oriente Informa aparece los lunes publicado por el Departamento de Información, de la Secretaría General del Plantel Oriente. Edificio de la Dirección. Teléfono: 57736325, ext. 142.

Correos electrónicos: ignacio.valle@cch.unam.mx  
landerbo@hotmail.com

## EDITORIAL

# Contribuir y responder ante la creciente problemática nacional

La actividad académica no se detiene en este centro educativo, prueba de ello son las diversas actividades realizadas como complemento a los cursos curriculares. En cantidad y calidad se ha presentado el talento y también el conocimiento y los aprendizajes de cientos de estudiantes que han intervenido en muestras y exposiciones que enriquecen su formación educativa y cultural.

Desde el Rally de las Asesorías, pasando por los homenajes a Octavio Paz y a José Emilio Pacheco, el Festival de Poseía, la Jornada Académica de Reciclaje, Día de las Opciones Técnicas, Muestra de Investigaciones del Laboratorio Asistido por Computadora (LAC), prácticas experimentales en el Sistema de Laboratorios para el Desarrollo y la Innovación, presentaciones teatrales y musicales, hasta una práctica colectiva, en la explanada principal de la escuela, para ejercitar la mente y el cuerpo sanos, son algunas de las actividades que se ofertan día a día en este centro educativo que busca el mejoramiento académico de manera permanente.

Aquí, el ingenio, la creatividad, pero sobre todo el interés de la comunidad estudiantil por compartir con la colectividad, ha sido patente en cada una de las presentaciones de alumnas y alumnos que, sin temor a equivocarnos, refuerzan sus aprendizajes de manera práctica y grupal en temas que seguramente les serán útiles en su vida diaria.

De ahí el reconocimiento a profesores y estudiantes, quienes comparten sus responsabilidades para reforzar una formación que requiere, necesariamente, de un trabajo conjunto que fortalezca el proceso enseñanza aprendizaje de nuestro bachillerato que, por cierto, el pasado 3 de abril cumplió 42 años de fructífera labor académica y administrativa.

Sigamos entonces, por ese camino, alumnos, alumnas, profesores y profesoras, todos hacia una misma ruta que oriente al éxito en la formación educativa e integral, en una institución universitaria que prepara a sus estudiantes para que puedan contribuir y responder ante una creciente problemática nacional. ♀



# ENSEÑANZA **A**PRENDIZAJE

*Su obra, fundamental en la formación de los estudiantes*

## Homenajes al legado y versos de José Emilio Pacheco y Octavio Paz



José Emilio Pacheco y Octavio Paz fueron maestros del lenguaje, brillantes prosistas y profundos poetas, y son referentes de la cultura mexicana del siglo XX. El primero falleció en fechas recientes, provocando un enorme pesar en sus miles de lectores. El segundo autor fue recientemente motivo de múltiples ceremonias por el centenario de su natalicio. Por ello, profesores del Área de Talleres de Lenguaje y Comunicación del Plantel Oriente realizaron sendos homenajes para recordarlos y acercar a los cecehacheros a sus palabras y versos.

### *Las batallas de José Emilio Pacheco*

En primera instancia, José Emilio Pacheco fue conmemorado el pasado 27 de marzo en un evento donde, en palabras del director de este centro educativo, Arturo Delgado González, se reafirma el compromiso de la escuela por fomentar la enseñanza, investigación y difusión de la cultura, así como de los textos literarios de escritores de diversos periodos históricos para una formación humanística de los estudiantes.

"La literatura es un campo eminentemente simbólico, ya que constituye la frontera en donde se perciben las vivencias

más importantes de la experiencia humana. Por ello, la lectura, interpretación y valoración de los textos literarios constituyen una base fundamental del desarrollo humano", afirmó Delgado González, y aseveró que reconocer el trabajo de José Emilio Pacheco es un homenaje a un gran intelectual que destacó en diversos géneros como la narrativa, la lírica, la traducción y el ensayo.

Una obra fundamental de este autor, consentida de los cecehacheros, es "Las batallas en el desierto", afirmó Rosa María Nieto durante su análisis de esta novela corta. Es una obra realista, comentó, donde la historia se desarrolla en el contexto de la ciudad de México en un periodo de modernización alemanista y un país en transformaciones y en plena industrialización.

Es un relato en primera persona, explicó Nieto, con un narrador intradiegético, que cuenta desde dentro de la historia. Refleja un modo de vida clase mediera, con sus aspiraciones, pero también sus limitaciones. Su personaje central, Carlos, enfrenta la corrupción moral y política y una creciente pérdida de valores. Pero también es la historia de un primer amor narrado con un magistral manejo de los recursos literarios y verbales para transmitir la melancolía del relato.

► 6



## ENSEÑANZA APRENDIZAJE



## ■ 5ª Jornada Académica del Reciclaje en el CCH Oriente

# Dar “vida y utilidad” a un producto en desecho

Ingenio, pero principalmente una creatividad innata, se vio reflejada en la creación de artilugios de decoración, entre ellos lapiceros, marcos para enmarcar fotografías, bolsos de mano, adornos para el hogar, entre otros enseres, elaborados por estudiantes del Plantel Oriente, en una edición más de la Jornada Académica del Reciclaje.

Durante esta actividad realizada el pasado 28 de marzo, jóvenes que cursan materias del Área de Ciencias


Experimentales, utilizaron materiales reciclables derivados del papel, cartón, madera, plástico, vidrio, madera, aluminio y otras materias primas, a fin de dar “vida y utilidad” a un producto en desecho.

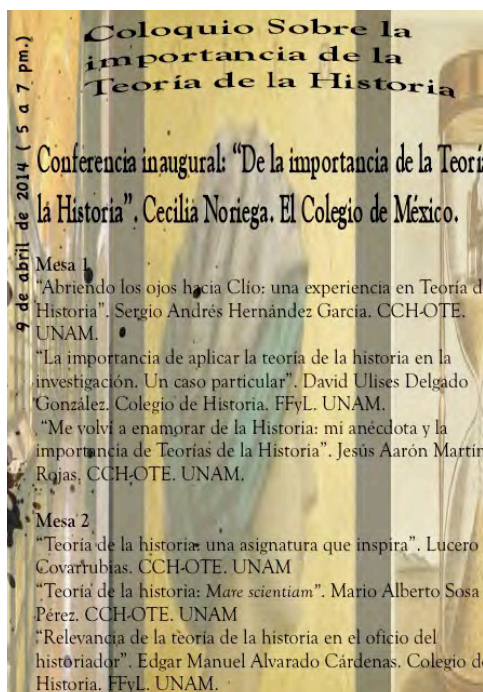
Asumir una nueva actitud en defensa del ambiente, concientizar a los estudiantes sobre los riesgos de la contaminación, debido al desperdicio de basura, fue el propósito de esta 5ª Jornada, impulsada por los profesores Julieta Sierra Mondragón, Carlos Guerrero Ávila, Juana Garduño Yépez, Griselda Chávez Fernández, Ana María Mendoza Ambrosio y Areli Oropeza Grande, quienes motivaron a los alumnos a producir un producto novedoso, que en realidad sea útil y benéfico para ellos.

Así, desde temprana hora, los jóvenes se “armaron” de envases de PET y aluminio, papel periódico y cartón, discos compactos y de 3 ½ pulgadas, cassettes, pilas alcalinas y algunos metales, para crear lo que muchos expositores “llamaron el arte de la basura” pues también se elaboraron portavasos hechos a base de latas de refresco, mochilas realizadas con discos conocidos como aceta-

tos, floreros con botellas de plástico y mariposas de residuos de lata, como elementos decorativos para cualquier parte del hogar.

Lo importante de esta Jornada señalaron algunos estudiantes participantes, es reconocer la utilidad de nuevos productos, ocupar los desechos que también representa dinero, pero fundamentalmente, cambiar de mentalidad entre nosotros para utilizar desechos, o simplemente para ubicarlos en lugares apropiados que ayuden a reducir la contaminación.

Reducir, evitando productos no biodegradables o no susceptibles de no convertirse en residuos; reutilizar, permitiendo así volver a emplear un producto para darle un segundo uso, y reciclar, procesando partes de un artículo que llegó al final de su vida útil, para usarlo nuevamente, fueron otros propósitos de esta Jornada. 





**LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO, EL PROGRAMA DE INVESTIGACIÓN EN CAMBIO CLIMÁTICO, LA DIRECCIÓN GENERAL DE LA ESCUELA NACIONAL COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES Y EL CCH PLANTEL ORIENTE, EN EL MARCO DEL TERCER CONGRESO DE ECOLOGÍA Y AMBIENTE.**

INVITAN A LA COMUNIDAD INTERESADA EN ASISTIR A LAS CONFERENCIAS MAGISTRALES QUE SE LLEVARÁN A CABO LOS DÍAS 21 Y 22 DE ABRIL DE 2014.

**LUNES, 21 DE ABRIL, 11:00 hrs.** SALA AUDIOVISUAL PABLO GONZÁLEZ CASANOVA

CONFERENCIA MAGISTRAL DICTADA POR EL COORDINADOR DEL PROYECTO "MÉXICO: UNA VISIÓN HACIA EL SIGLO XXI. EL CAMBIO CLIMÁTICO" DR. CARLOS GAY GARCIA "LOS RETOS DEL CAMBIO CLIMÁTICO EN MÉXICO".

**LUNES, 21 DE ABRIL, 17:00 hrs.** SALA AUDIOVISUAL PABLO GONZÁLEZ CASANOVA.

CONFERENCIA MAGISTRAL DICTADA POR LA INVESTIGADORA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO, LICENCIADA ABRIL ARIANA PÉREZ CANALES "GESTIÓN DE RIESGO SOBRE INUNDACIONES Y HUNDIMIENTO, VULNERABILIDAD Y CAMBIO CLIMÁTICO (CASO LA HABANA, DELEGACIÓN TLAHUAC)"

**MARTES, 22 DE ABRIL a las 11:00 hrs.** SALA AUDIOVISUAL PABLO GONZÁLEZ CASANOVA.

CONFERENCIA MAGISTRAL DICTADA POR LA INVESTIGADORA DEL PROGRAMA DE INVESTIGACIÓN EN CAMBIO CLIMÁTICO DE LA UNAM (PINCC) MTRA. ANAÍS VERMONDEN THIBODEAU "CAMBIO CLIMÁTICO".

**MARTES, 22 DE ABRIL a las 17:00 hrs.** SALA AUDIOVISUAL PABLO GONZÁLEZ CASANOVA.

CONFERENCIA MAGISTRAL DICTADA POR EL INVESTIGADOR DEL PROGRAMA DE INVESTIGACIÓN EN CAMBIO CLIMÁTICO DE LA UNAM (PINCC) MTRD. ÁNGEL MARTÍNEZ MONROY "POBREZA Y CAMBIO CLIMÁTICO".

**ATENCIÓN**

Resultados del  
**"Concurso de caricatura e historietas en Física"**

**Caricatura**

Lugar	Folio	Seudónimo
1º	192	"Scarlet"
2º	65	"Diego"
3º	218	"Paulo"
Mención Honorífica	105	"Iván"

**Historieta**

Lugar	Folio	Seudónimo
1º	210	"Chasan"
2º	157	"Jo Mc Arthur"
3º	230	"Dalinskiz"
Mención Honorífica	122	"Hongo"

**Prepárate para el  
5º concurso  
"Let's go to San Antonio"**

**SAN ANTONIO**

Se llevará a cabo un taller de preparación para los participantes de este concurso, durante este mes con una duración de tres semanas.

¿Dónde? Mediateca del plantel.  
Edif. V planta alta.

¿Cuándo?: Del 7 al 11; 21 al 25, y 28 de abril al 2 de mayo de 2014.

Hora: 13 – 15 horas.

**¡¡¡ASISTE, TE ESPERAMOS!!!**



3 ◀

Por su parte, Edith Padilla Zimbrón, analizó el tiempo y espacio en la poesía del homenajeado, en cuyos versos se refleja su preocupación por la imposibilidad por detener el devenir temporal. Esto, afirmó la ponente, genera la angustia del saber que todo se transforma y, por ende, nada es eterno. De ahí la obsesión de Pacheco por las fotografías, los recuerdos y la convicción de que "nosotros pertenecemos al tiempo y no al revés".



Durante su intervención, Edith Talavera reflexionó sobre la constante presencia del viento en sus textos (con una permanente personificación del mismo, por ejemplo, el viento "gemía" o "galopaba"), así como una revisión sobre su propuesta narrativa fantástica con sus toques de realismo mágico, así como de su técnica de entrelazamiento de historias, con el fin de profundizar en las situaciones narradas. Todo ello, aseveró, confirma la genialidad de José Emilio Pacheco.

Por último, Ma. Refugio Serratos, disertó sobre la sencillez y la profundidad en su poesía, la cual se dirige directamente al lector, con un lenguaje accesible, coloquial, pero cuidado y hermoso, con un espléndido uso de las metáforas, prosopopeyas y otros recursos retóricos por lo que, concluyeron dichas profesoras organizadoras del evento, es indispensable acercarse a sus libros.

**Dream is over**

*El tiempo entero es una mutación. Celebramos  
el peso de los años.  
El que fui en otro mundo  
repite sus palabras ante un teatro sin nadie.  
Ya no hay nada capaz de alimentarte, poesía.  
Muérete de ti misma  
a por favor ya cállate.*



## Centenario de Octavio Paz



En otra ceremonia, Octavio Paz fue recordado en el centenario de su nacimiento con diversas actividades como carteles, caligramas, semblanzas, video y lectura pública de sus versos en el narraoke, en un evento organizado por las profesoras del Área de Talleres de Lenguaje y Comunicación, Sandra Noemí Cuapio Campos, Paola Edith Jiménez Jiménez, Magdalena Lina Mejenes López y Margarita Berenice Muñoz Lomelí, y además contó con la declamación poética de los profesores Octavio Macías Robles y Alejandro Ramírez Páez.

Durante este festejo, celebrado el pasado 31 de marzo, Patricia López Ocampo, jefa del Área de Talleres en el turno vespertino, hizo una semblanza de Paz y presentó algunos datos biográficos con momentos claves en la existencia del Premio Nobel 1990. Comentó la relación amorosa del homenajeado con la también escritora Elena Garro, para luego realizar una discusión interpretativa de su vida, para concluir que fue un hombre de mente lúcida, interesado por diversas facetas del ser humano y cuya preocupación central fue descubrir el lugar de la poesía en la existencia de los seres humanos.

Los cecehacheros participaron activamente durante el homenaje al autor de "El laberinto de la soledad". Crearon caligramas a partir de los versos de Paz, formando versos que representaban las figuras poéticas como aves, sombras, la muerte. También hubo poemas cantados, con música del grupo 449 del turno vespertino, donde la poesía adquirió una atmósfera y sensibilidad distinta.

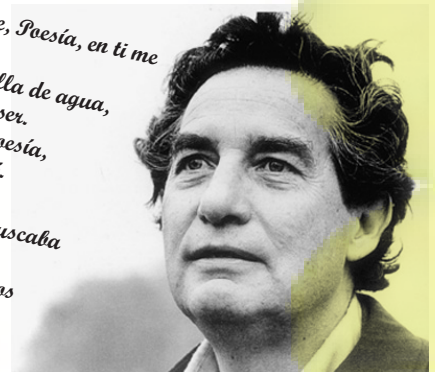
Asimismo, la profesora Martha Hernández Valencia analizó la escritura de Octavio Paz, la cual, dijo, se caracteriza por ser un discurso equilibrado y armónico. "Para Paz, la tríada fundacional del poema la integran el lenguaje, el ritmo y la imagen, entendidos desde la experiencia humana, la experiencia del hombre y la mujer de todos los días, que al expresarse con el hecho poético se trascienden a sí mismos y su momento histórico".

Finalmente, afirmó Hernández Valencia, se distinguió por una poesía accesible en su comprensión para los estudiantes del plantel, pues como él mismo escribió: "La poesía debe ser un poco seca para que arda bien, y de este modo iluminarnos y calentarnos".



### El Sediento

*Por buscarme, Poesía, en ti me  
busqué;  
deshecha estrella de agua,  
se anegó en mi ser.  
Por buscarte, Poesía,  
en mí naufragué.  
  
Después sólo te buscaba  
por huir de mí:  
¡espesura de reflejos  
en que me perdí!*



## 16ª. exposición “El petróleo en México”

## Reforzar conocimientos básicos para un mejor aprendizaje

El 18 de marzo no podía pasar inadvertido para la comunidad de Oriente, por ser una fecha conmemorativa y que hoy en día es recordada con nostalgia, y al mismo tiempo con coraje y con poca esperanza de una mejora. Esta fecha es emblemática para todos los mexicanos, pues un día como éste, pero de 1938, el general y presidente de la Nación, Lázaro Cárdenas del Río, decretó la expropiación petrolera de manos extranjeras.



Hoy, a 76 años de ese hecho, los alumnos de este centro educativo, recordaron este día histórico con la finalidad de apoyar la enseñanza y los aprendizajes de los programas de Química II y IV y su relación con otras asignaturas del Plan de Estudios y, por supuesto, conmemorar un evento tan trascendente en la vida de los mexicanos.

“El petróleo en México”, fue el título de esta actividad, que mostró algunas de las bondades y riesgos de este hidrocarburo, en la modalidad de extracción, origen, yacimientos, exploración, procesos de extracción y refinación, petroquímica básica y sus usos, contaminación, exportación e importación, y no podían faltar los aspectos políticos, económicos, sociales y ecológicos de este energético, hoy en día llevado y traído por los políticos mexicanos, debido a su inclusión en la llamada Reforma Energética.

Durante esta actividad que cumplió 16 años de realizarse, y momentos antes de hacer un recorrido por esta muestra, el director de este plantel, licenciado Arturo Delgado González, señaló que la exposición

es un trabajo netamente académico que permite desplegar la creatividad de los jóvenes, pero también la preocupación de profesoras y profesores por reforzar conocimientos básicos en la formación de los estudiantes.

Esta muestra, añadió, obliga a hablar de sus procesos, pero también del petróleo como un recurso natural, por cierto, el principal de nuestro país. Eso, añadió, debe llevarnos a la reflexión sobre aspectos y contextos políticos, económicos y sociales de una fecha histórica de la nación, por recuperar este recurso para beneficio de las mayorías; de ahí el llamado a que los estudiantes hagan un análisis reflexivo en torno de los planteamientos de una reforma energética, es decir si avanza o retrocede, si beneficia o no, a partir de una apertura económica y financiera, o bien defender el modelo tal y como se estableció en la expropiación petrolera.

Para finalizar, las organizadoras este evento, profesoras Ana Laura Ibarra Mercado, María Esther Rodríguez Vite, Blanca Estela Quizá Gaytán y María Hilda Ruiz Figueroa, agradecieron la participación de docentes de Administración, Educación física y Geografía que se integraron a las dinámicas de trabajo de esta 16ª. exposición “El petróleo en México”. 

8ª EXPOSICIÓN  
“LA FÍSICA EN TU CASA”

Hacemos una atenta invitación a los profesores y alumnos que cursan Física, para participar en esta exposición, a efectuarse el 25 de abril del año en curso de 9:00 a 13:00 hrs., con la finalidad de que los estudiantes presenten un trabajo relacionado con los aprendizajes que han adquirido a lo largo de sus cursos de Física y lo relacionen con fenómenos y/o aparatos que se localicen en su casa; por ejemplo, en la cocina, la sala, el baño, la recámara, el patio, el jardín, etc.

## BASES

1. La participación de los alumnos es individual o por equipos de máximo 5 integrantes.
2. El registro será del 7 al 23 de abril, en el Área de Ciencias Experimentales de 9:30 a 13:00 hrs. y de 16:30 a 19:00 hrs.
3. A cada trabajo se le colocará en el extremo inferior derecho de la parte de enfrente, los datos de los participantes: Nombres de los alumnos, profesor asesor y número de registro.
4. Los trabajos serán colocados por los alumnos el día del evento a las 8:30 hrs., en la explanada principal del Plantel, y los recogerán a las 13:00 hrs.
5. Los que hagan su réplica a las 9:00 hrs. se instalarán en la parte NORTE; los de las 10:00 hrs., en el sur; los de las 11:00 hrs., en el oriente, y los de las 12 hrs. en el poniente de la explanada del Plantel.
6. La participación será con carteles, maquetas o dispositivos que se ocupen en el hogar, teniendo como tema central algún concepto – aprendizaje de la Física- que esté incluido en cualquiera de los programas indicativos de Física I a IV que se imparten en el CCH.
7. La exposición de los trabajos y su réplica oral se hará entre las 9:00 y las 13:00 hrs., los trabajos permanecerán en la exposición durante todo el horario del evento, se recogerán a las 13:00 hrs. SE LES EXHORTA DEJAR LIMPIO SU LUGAR AL TÉRMINO DEL EVENTO.
8. Se entregará constancia de participación a los profesores que asesoren al menos 3 trabajos.
9. Los casos no previstos en estas bases serán resueltos por la comisión organizadora, su decisión será inapelable.

México D. F. abril de 2014

## COMISIÓN ORGANIZADORA

Leonardo G. Carrillo Contreras  
María Esther Rodríguez Vite

Ana Laura Ibarra Mercado  
Jorge P. Ruiz Ibáñez



## El Colegio de Ciencias y Humanidades, Plantel Oriente y el Comité Organizador

### Convocan a los profesores de Biología del Área de Ciencias Experimentales a **La XIII Muestra de Carteles sobre Investigaciones escolares en Biología**

#### Propósitos de la muestra

- Difundir los trabajos de investigación realizados por los alumnos en las materias de Biología I-IV.
- Fomentar el trabajo de investigación documental y experimental.
- Proporcionar un espacio para la exposición de productos finales de investigación en la modalidad de cartel.
- Compartir experiencias y trabajos entre alumnos y profesores.

#### Bases

1. Podrán participar los alumnos del Colegio que cursen alguna de las asignaturas de Biología I-IV.
2. Participarán en equipo con el reporte de la investigación teórica y/o experimental que realizaron en la materia.
3. Deberán plasmar en un cartel, de ser experimental, el procedimiento de su investigación, que en términos generales deberá contener los siguientes puntos: título, problema, objetivo, hipótesis, manejo de variables, diseño, desarrollo, resultados, conclusiones y bibliografía o fuentes consultadas.
4. En caso de que sea investigación documental, deberá contener el tema, justificación, antecedentes, resultados, conclusiones y bibliografía o fuentes consultadas.
5. Para inscribirse, deberán presentar su cartel terminado impreso, en hoja tamaño carta **los días 28 y 29 de abril** (hasta las 13:00 pm) en la sala de firmas, registrándose todos los datos de los integrantes en la hoja que habrá para tal efecto.
6. En ese momento se asignará un número al cartel y el día 30 de abril, a partir de las 12:00 horas se publicará, en la sala de firmas, los números de carteles que participarán.
7. Los carteles, aceptados que cumplan con la convocatoria, deberán plotear su cartel y presentarse el 2 de mayo a las 11:00 para colocarlo en la mampara correspondiente.
8. El día **2 de mayo se exhibirán los carteles en la explanada central** y deberán estar presentes los participantes para presentar la réplica oral del trabajo a partir de las 12:00 horas.
9. Los expositores deberán responder a las preguntas que le haga el moderador y/o alumnos asistentes.

#### Especificaciones del Cartel

- a) Utilizar papel o cartulina de 80 X 100 cm (se sugiere material ligero como plotter, para pegarlo en las mamparas) en el que deberán tratarse los puntos básicos de la investigación y donde se destacará lo más relevante de ésta.
- b) Ilustrar en lo posible, con mapas, gráficas, tablas, diagramas de actividades, fotografías, etc.
- c) En el ángulo superior derecho se colocará una ficha de identificación (8 X 11 cm) con los siguientes datos: título del trabajo, nombres de los integrantes del equipo, grupo, materia, semestre, turno, temas que apoya de los programas del curso y nombre del profesor (a) responsable.
- d) El tamaño de la letra será de un centímetro aproximadamente (24 a 28 puntos) y deberá estar escrita en computadora.
- e) No emplear papel crepé alrededor del cartel
- f) Los casos no previstos en esta convocatoria serán resueltos por el Comité Organizador.

*Se extenderá constancia a cada uno de los alumnos ponentes participantes y profesores asesores que cumplan con los requisitos de la convocatoria.*

SI ESTÁS CURSANDO LAS MATERIAS DE BIOLOGÍA, FÍSICA O QUÍMICA  
La Dirección del plantel, Siladin, Mediateca y la Coordinación de Idiomas  
te invitan al

## II Concurso de Comprensión de Lectura de Artículos Científicos escritos en inglés

1. Podrán participar todos los alumnos del Plantel Oriente
2. El trabajo de los estudiantes participantes consistirá en la lectura y comprensión de un artículo científico escrito en inglés de la asignatura que previamente haya seleccionado (Biología, Física o Química).
3. La evaluación se llevará a cabo a través de un cuestionario acerca del contenido de la lectura, el cual se proporcionará el día del concurso y que deberá de resolver en forma individual y entregar ese mismo día.
4. El concurso se efectuará el día miércoles 23 de abril en el horario de 13:00 a 15:00 horas.
5. Se premiará a los 3 primeros lugares de cada asignatura.
6. Se extenderá constancia de participación a todos los concursantes.
7. Las inscripciones se efectuarán en la Mediateca de las 9:00 a las 20:00 horas a partir de la publicación del concurso y hasta el día lunes 17 de marzo de 2014 a las 20:00 horas.



**INSCRIPCIONES EN LA MEDIATECA**  
(Ubicada en la parte superior del edificio V)

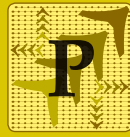
## UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES PLANTEL ORIENTE INVITAN

A participar al Primer concurso de carteles para la "Concientización de la seguridad e higiene de los alumnos del Colegio", cuya finalidad es apoyar las diversas campañas de protección y prevención al delito, así como el cuidado personal, que se realizará en el Plantel Oriente, como apoyo para los programas de seguridad realizados por este centro educativo.

### BASES:

1. Podrán participar los alumnos del Colegio de Ciencias y Humanidades, Plantel Oriente.
2. La participación será individual.
3. Las concursantes pueden presentar un máximo de 2 carteles.
4. Pueden ser asesorados por un profesor.
5. Los profesores que participen recibirán constancia de acuerdo con los protocolos de equivalencias del Colegio.
6. La temática será "**Seguridad e Higiene en el Colegio de Ciencias y Humanidades**", y se podrán abordar alguno de los siguientes temas:
  - a. Atención médica y dental (Incluye revisiones médicas periódicas, cuidado e higiene bucal, prevención de enfermedades de transmisión sexual, etc.)
  - b. Espacios libre de humo y el No consumo de sustancias prohibidas.
  - c. Cuidado del mobiliario y las instalaciones del Plantel
  - d. Medidas de seguridad dentro del Plantel.
  - e. Medidas de seguridad y prevención al delito en áreas conurbadas (o zona aledañas)
7. Los trabajos se dividirán en 2 categorías: Carteles en español y Carteles en inglés
8. Deberán ser entregados de manera impresa, en color, con medidas de 60 x 90 cm, y deben contener nombre completo del autor y, en su caso, nombre completo del asesor.
9. Los trabajos pueden ser entregados en la Academia de Historia (Ubicada en el Edificio "B")
10. La recepción de carteles será a partir de la publicación de esta convocatoria y hasta el viernes 25 de abril de 2014.
11. Se premiarán a los tres primeros lugares de cada categoría (Español e Inglés)
12. El fallo del jurado será inapelable.
13. Cualquier caso no previsto en esta convocatoria será resuelto por la comisión organizadora.

Comité Organizador: M.en A. Korina Ramos Bernal Prof. Rafael Barajas Rivera



## PSICORIENTA



Psic. Gabriela Silvia López Vega  
Departamento de Psicopedagogía

## La paja en el ojo ajeno

La psicoterapia es una opción importante en los momentos en que carecemos de los recursos emocionales y la entereza suficiente para enfrentar una situación. Reconocer esa vulnerabilidad es condición indispensable para el proceso psicoterapéutico, pues conlleva un sentimiento de malestar que, si se atiende, nos moverá a la acción; Así, la necesidad de cambiar nos llevará a hacer lo necesario para estar mejor. En contraparte, si lo ignoramos no se genera el compromiso suficiente para emprender las acciones que nos encaminen al cambio y al bienestar. Resulta obvio que difícilmente acudiré a psicoterapia alguien que cree no necesitarla. Pero ¿qué hacer cuando alguien a nuestro alrededor no advierte el riesgo en que se encuentra y la conveniencia de someterse a ese proceso? Depende de cuál sea tu posición.

Si te encuentras en el lugar del “señalado”, si alguien a tu alrededor insiste en tu necesidad de psicoterapia, quizá convendría responder honestamente ciertas preguntas: ¿frecuentemente estás triste, irritable? ¿Presentas trastornos psicosomáticos, como úlcera, colitis, neurodermatitis?, ¿inhibiciones interpersonales o laborales? ¿Ideas obsesivas?, ¿ansiedad? ¿Te aíslas?, ¿no puedes dormir o duermes mucho?, ¿tienes trastornos alimenticios? ¿tu desempeño académico es malo?, ¿no tienes amigos?, ¿te auto lastimas? O simplemente, no logras salir de una dolorosa situación por ti mismo. Si es así, deja a un lado los prejuicios y la soberbia, acude con un profesional que te apoye. Recuerda que todos, en algún momento de nuestra vida, pasamos por esa situación.

Si eres tú quien ve en el otro una actitud autodestructiva, es necesario considerar que la prodigiosa



psique humana crea estrategias para evitar el **dolor**, mismos que sirven para sobrevivir en un medio emocional o materialmente agresivo, por eso nos resistimos a descubrir lo que realmente pasa, incluyendo la necesidad de recibir ayuda. Por tanto, y aunque la tentación de consolar, aconsejar, apoyar, etc. es muy grande, la amistad no es suficiente (aunque ayude); el otro necesita una persona entrenada, capaz de aplicar sus conocimientos teórico-metodológicos y no sólo el sentido común.

Además, la conducta humana es interdependiente, las acciones de uno afectará al otro, y viceversa, así que, en muchas ocasiones, la existencia de un miembro con dificultades emocionales, sólo indica un malestar relacional o sea del sistema en el que la persona se encuentra. ¿Qué han hecho los demás para que la persona presente esa dificultad?, ¿cómo contribuyen a generarla?

Por razones éticas, no se puede obligar a una persona a que acuda a una terapia en contra de su voluntad; sin embargo, lo que si puedes hacer es asumir lo que a ti te pasa con las acciones del otro ¿te sientes triste, enojado o miedoso con su manera de beber?; cuando aclares esto puedes intentar sensibilizarlo para que, por sí mismo decida acudir a un servicio de psicoterapia. ¿Cómo? Acércate a él o ella, con respeto, sin burlas, sarcasmo, juicio o regaño. Por ejemplo. “Veo que el alcohol te hace sentir bien, ¿verdad?”

“El que estés triste te une más a tu familia ¿cierto?”. Luego, manifiesta cómo te sientes ante ese problema: (sin regaños, reproches o chantajes Por ejemplo. “Yo Siento mucho miedo cada vez que bebas”, “Siento culpa cuando lloras”

Puede ser que la persona trate de defenderse, si esto sucede, responde con una connotación positiva, por ejemplo “Veo que te cuesta trabajo hablar del tema”, Quizá pueda lograrse un diálogo sobre el asunto, y culmine con una sugerencia de tu parte para acudir a terapia, (para lo cual, habrás de contar con información relevante). Considera que esto puede no suceder, quizá la persona aún no está lista para reconocerlo, acéptalo así. Si te comprometes demasiado emocionalmente en buscar el bienestar del otro, si su bienestar se convierte en tu tarea, ya no eres útil. Por el contrario, corres el riesgo de vulnerarte.

Por último, si en el mejor de los casos, la persona decide acudir a una psicoterapia, debes recordar que las dificultades de esa persona se establecieron después de un buen tiempo, así que no se eliminará de la noche a la mañana. El proceso no es milagroso, la persona necesita comprometerse y trabajar en él.

Como ves, no es suficiente la intención para ayudar a los demás. Tú puedes sugerir, comentar lo que ves, decir cómo te sientes con ello, pero cada uno es responsable de tomar el timón que conduce ese barco que se llama vida. Y sólo puede ser el barco propio.

<http://www.psicologiaatualcance.com/2012/07/que-debo-hacer-si-alguien-cercano-mi.html>



CDMX



SEGUNDA CONSULTA JUVENIL

[www.prepasi.df.gob.mx](http://www.prepasi.df.gob.mx)  
9, 10, y 11 de abril



Para participar ingresa a:  
[www.prepasi.df.gob.mx](http://www.prepasi.df.gob.mx)  
<https://www.laformulaesparticipar.org.mx>

Visualiza el logotipo con tu smartphone. App Aurasma canal IEDF.

