



Oriente



Órgano Informativo del Plantel Oriente
Séptima época • núm. 916 • 18 de febrero de 2019
www.cch-oriente.unam.mx

informa



Graduación de alumnos de Opciones Técnicas

6 y 7

El **color** en la vida cotidiana y el **arte**

3 y 4



Orientación **vocacional** y presentación de **libro**

5 y 8



Lectura de **poemas** y acompañamiento **musical**

8

DIRECTORIO



RECTOR

DR. ENRIQUE LUIS GRAUE WIECHERS

SECRETARIO GENERAL

DR. LEONARDO LOMELI VANEGAS



DIRECTOR GENERAL DEL CCH

DR. BENJAMÍN BARAJAS SÁNCHEZ

SECRETARIA GENERAL

DRA. MARÍA LETICIA DE ANDA MUNGUÍA



DIRECTOR

LIC. VÍCTOR EFRAÍN PERALTA TERRAZAS

SECRETARIO GENERAL

BIÓL. MARCO ANTONIO BAUTISTA ACEVEDO

SECRETARIA ACADÉMICA

MTRA. GLORIA CAPORAL CAMPOS

SECRETARIO ADMINISTRATIVO

ING. MARIO GUILLERMO ESTRADA HERNÁNDEZ

SECRETARIO DOCENTE

I.Q. ADOLFO PORTILLA GONZÁLEZ

SECRETARIA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR

LIC. NORMA CERVANTES ARIAS

SECRETARIA DE ASUNTOS ESTUDIANTILES

C.D. PATRICIA GARCÍA PAVÓN

SECRETARIO TÉCNICO DEL SILADIN

BIÓL. HUGO JESÚS OLIVERA GARCÍA

SECRETARIO AUXILIAR DE LA DIRECCIÓN

LIC. MIGUEL LÓPEZ MONTOYA

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
landerobo@hotmail.com

EDITORIAL

Conocimientos y saberes

La formación académica e integral es un referente institucional que asume a cabalidad el Plantel Oriente; a partir de la asistencia a clases, prácticas y experimentos, incluso investigaciones en los laboratorios curriculares y experimentales, ejercitación física, difusión y manifestación de la cultura, entre otras acciones, se reproducen día a día en este centro educativo que busca seguir posicionándose como uno de los mejores del bachillerato universitario.

Piezas importantes en este accionar son las y los profesores de las distintas academias que han visto en la formación extra curricular de los jóvenes, un soporte necesario e invaluable para que adquieran conocimientos sólidos, novedosos y de vanguardia que los oriente a sus estudios de licenciatura.

Con base en todo eso, consideramos que todas estas tareas formativas no solo reflejan el interés y compromiso de los docentes por formarlos bien sino mejor; por ello, debe destacarse el trabajo colaborativo que asumen jóvenes y planta académica en este tipo de trabajos que enriquecen el proceso de enseñanza aprendizaje y, al mismo tiempo, promueven la interdisciplina, pues en las últimas semanas se han realizado eventos en donde se conjuntan saberes y aprendizajes de las cuatro áreas académicas.

De esta manera, se da respuesta al propósito principal de nuestro modelo educativo que promueve conocimientos y saberes, partiendo del intercambio, de las experiencias docentes, pero principalmente de la fuerza y creatividad juvenil que se manifiesta en ciclos de conferencias, ferias y exposiciones bibliográficas, proyectos de investigación, práctica deportiva y difusión de la cultura, entre otras.

Todo ello para que las y los estudiantes estén preparados sólidamente y respondan a su compromiso formativo de la Universidad Nacional, que espera de sus jóvenes la creatividad, las habilidades, la práctica de valores y actitudes, como ejes rectores para la mejora personal, social y profesional.



Enseñanza Aprendizaje

■ Conferencias sobre la policromía

Color, vida y arte

“Es así como algo tan maravilloso, atractivo y coadyuvante en las interacciones e interpretaciones sublimes, atractivas, artísticas y triviales cuesta tanto trabajo de entender y, finalmente aceptar su inexistencia real para conocerlo cual fenómeno físico, pero que utiliza la psicología para hacernos sentir hambre, deseo, pasión o luto; pero fuentes literarias los toman para establecer criterios connotativos del mensaje y, por supuesto, la fotografía nos revela la gama interminable de los colores, siempre a lado de nosotros, dispuestos a hacernos más bella esta vida, ¿se la imaginan en blanco y negro?”

“De colores se visten los campos en la primavera; son los pajaritos que vienen de afuera, es el arcoiris que vemos lucir; por eso los grandes amores de muchos colores me gustan a mí”. Con estas frases “matonas” quién se resiste a tararear esa vieja melodía, cuya fuerza y encanto está en los colores pero no solo melódicos, también literarios, en los mapas y en los números.

Entonces podemos afirmar que los colores, al igual que la publicidad, o el oxígeno mismo, es lo que respiramos de día, de noche y en todo espacio y lugar, pues “son inherentes al ser humano y la Naturaleza es la encargada de darnos una variedad de ellos todos los días”, tal como lo sentenció Verónica García Barrón, en su participación en el ciclo de conferencias “El color y sus matices, visión interdisciplinaria”.

Durante este ciclo cargado de matices, tonalidades y sombras, profesores

del Plantel Oriente se dieron a la tarea de hablar con el público joven de un tema que vive cada día en nosotros, pero que consciente o inconscientemente no le damos la importancia debida, aun cuando, de acuerdo con la profesora Agustina Mendoza Martínez “está por todos lados, física y perceptivamente. El color, acude a todos nuestros actos y permanece ahí en la memoria de cada individuo. Es inquietante pero estamos acostumbrados a él de manera casi total”.

En tanto, José Ángel Vidal Mena, expresó que en ocasiones la trivialidad de los temas es tal, que cuesta mucho trabajo su desarrollo. Llevándonos al grado de investigar e indagar para platicar de ‘algo’ presente en todo lo que vemos; en todos lados y todos los días; en cantidades impresionantes, destellantes, brillantes, llamativos, tristes, alegres, fríos y cálidos, así entendemos a los colores y así los vemos e incluso, los sentimos.

Los colores en la literatura

Verónica García Barrón, en su ponencia Los colores en la literatura, destacó que al estar inmersos en una gama de colores, nuestros estados de ánimo cambian constantemente, pues nos influyen psicológicamente; por lo tanto, abundó, este efecto no es ajeno en la literatura, por eso muchos autores, a lo largo de la su historia literaria le han dado gran importancia al color, tales son los casos de Federico García Lorca, Gustavo Adolfo Bécquer, Carlos Fuentes, Rubén Darío y los compiladores hermanos Grimm, entre otros.

Por ello, afirmó, el color en la literatura es la parte esencial de un texto, donde todo se vuelve simbólico y tiene un sentido, pues es el reflejo de los estados de ánimo de los personajes, el complemento de la historia misma. “Sin el blanco no hay personajes castos y puros, sin el negro no existirían los per-

► 4



Color...

3 ◀

sonajes oscuros, y no habría pasión y sangre sin el rojo, o la vida sin el verde”.

En su intervención la maestra se refirió a la diversidad de tonalidades, entre ellos el rojo, el color del fuego que se manifiesta entre muchos otros relatos, en el cuento de Blanca Nieves. Del mismo modo está presente el negro, como madera de ébano y, por supuesto, la niña blanca como la nieve.

Otro caso del color se manifiesta en Aura, de Carlos Fuentes, que construye a su personaje bajo estas características, en la que destaca Aura siempre vestida de verde, siempre hermosa. O bien el color azul, símbolo de juventud y fuerza, representada en el Príncipe azul. Además, añadió, este color adquiere una representación simbólica dentro de las obras literarias que hoy en día está identificada con el modernismo del siglo XX, cuyo representante y precursor fue Rubén Darío, con su poema titulado Azul.

El color, reflejo de la vida cotidiana

La maestra Mendoza Martínez subrayó que el color es un tema tan cotidiano que no se explica ¿por qué no se habla de él en las reuniones con amigos, familiares o en los cafés y restaurantes? Debe ser, quizá, por su capacidad de transformarse en algo intangible pero visible, que nace del objeto y que permanece en él para darle sentido siempre y cuando sea iluminado de forma natural o artificial.

De manera personal, destacó Agustina Mendoza, una de las organizadoras de este evento, realizado el pasado viernes 8 de febrero, “mi apreciación y comprensión del color se ha transformado de lo científico a lo cotidiano y viceversa, porque en el color está el sentido de la vida y del arte mismo y lleva a considerar el valor de las imágenes llámese fotografía y pintura como un testimonio visual de los acontecimientos diarios”.

La valía del color, mencionó, se cifra principalmente en el uso de los códigos de composición, formales y sobre todo cromáticos, pero encierra también lo sorprendente y maravilloso que es en la vida diaria visto e interpretado a través del ojo y del sentimiento humano.



Del color y la interdisciplina, la profesora en Expresión Gráfica destacó que entendemos que el contexto, ámbito o ambiente donde se perciba o aplique un color, suele ser de vital importancia para reconocer su impacto perceptivo, emocional y sensitivo. Desde hace tiempo los matemáticos, los historiadores, los biólogos, los comunicadores, diseñadores, entre muchos otros profesionistas, han creado un lenguaje amplio y diverso para explicar dicho fenómeno.

Otros campos de estudio como la fotografía, el cine, la literatura, el teatro o la pintura han hecho del color un elemento que comunica, a través de imágenes mentales y visuales, aportando su visión particular al mismo. Por eso las visiones de otros campos de estudio contribuyen a reconocer su carácter expresivo, comunicativo, pero también lo científico, natural e histórico filosófico y sociológico, solo por mencionar algunos de sus alcances.

El color..., presencial y polifacético

Durante su exposición “El color..., presencial y polifacético”, Vidal Mena, profesor del Plantel Naucalpan resaltó que la sensibilidad visual es tal que, en más de una ocasión, nos obliga a utilizar filtros delante de los ojos, pues las intensidades lumínicas lastiman esos órganos-puerta para la luz-, misma que al entrar y contactar con el cerebro tiende sus redes de conocimiento, memoria y extensión para generar un haz brillante y polifacético capaz de reproducir en millones ‘algo’ tan trivial, nuevamente, como los colores.

Entonces, mientras ‘algo’ tan trivial se hace tan complicado de exponer, explicar o entender, es necesario escurriñar y llegar a las definiciones, y para eso es mejor tomar las clásicas, las más sencillas, es decir que el color se produce gracias a que “los cuerpos absorben las radiaciones luminosas que reciben, las reflejan y transmiten”, y entonces así empezamos a entender que nuestro ojo recibe una mezcla de radiaciones reflejadas mediante un fenómeno llamado reflexión y eso, produce los colores.

Pero una visión estratégica tendrá por tarea sublevarse para hacer presente la diferencia entre el ver y el observar para identificar y después interpretar con eficacia y asertividad. Entonces conjugaremos psicología, lenguaje, artes y fotografía, total, un licuado energético cognitivo a nadie le cae mal. Mucho menos si comenzamos a entender que es el ojo el órgano encargado de orientarnos en el mundo y gracias a él, percibimos las apariencias, mismas que son manipuladas entre ojo y cerebro para construir verdades y así, logramos interpretar no sólo el color, sino al mundo entero; pero por supuesto, todo depende del cristal con que se mire, concluyó el ponente.

Cabe destacar que en este ciclo se presentaron otras ponencias, entre ellas “Sombras y colores en la literatura”, a cargo de la profesora Martha Leticia Hernández Valencia; “Mapas, colores y números”, por la profesora Eréndira Rojas García y, “Mimetismo y aposematismo”, impartida por los docentes Enrique Callejas González y Alicia del Carmen Polaco Rojas, coordinados por la profesora Patricia López Ocampo. 📍

Jornada de orientación vocacional “El futuro no espera”



Con el objetivo de crear un espacio interactivo para la información, discusión y reflexión en torno a la orientación vocacional de joven a joven, se presentó la Jornada de orientación vocacional “El futuro no espera”, donde a través de la escucha de experiencias vivenciales de egresados del plantel Oriente, los asistentes ampliaron su percepción sobre las carreras que oferta la UNAM en sus diferentes campus.

Durante la jornada, realizada del 29 al 1 de febrero, se impartieron charlas de diferentes carreras, como Relaciones Internacionales, Diseño Industrial, Psicología, Sociología, Arqueología (ENAH), Ingeniería en Computación, Biología, Medicina: (Programa de Alta Exigencia Académica), Pedagogía, Administración, Cirujano Dentista, Historia, Ingeniería Industrial, Actuaría, Ingeniería Química y Arquitectura, de diferentes campus como Ciudad Universitaria, FES Zaragoza y FES Aragón.

Asimismo, el Departamento de Psicopedagogía del plantel apoyó con las pláticas sobre la elección de materias para 5to y 6to semestres y elección de carrera impartidas por las psicólogas Itzel Núñez Núñez y Julia Gaspar Martínez, así como de la pedagoga María Luisa Guadalupe Novoa Aguilar.

Los asistentes resaltaron la importancia de crear este tipo de eventos que permiten tener información de primera mano, pues les brinda un panorama sobre la experiencia de cada universitario, los principales obstáculos que han enfrentado, las herramientas y habilidades que el CCH les proporcionó

que han contribuido su desarrollo exitoso de sus estudios en el nivel medio superior, los aspectos que se deben trabajar previo al ingreso su carrera y un breve panorama del ámbito laboral, pues muchos de ellos ya ejercen su carrera.

Tania Romero López, profesora del área Histórico-Social y organizadora del evento, comentó que resulta fundamental encontrar los puntos transversales entre las diferentes carreras, para que se enriquezca la información sobre las opciones formativas en voz de egresados y que esto puede ayudar a nuestros alumnos en la selección de su carrera. Además, los ponentes, al haber sido estudiantes del plantel, se genera un vínculo especial que demuestra que ese futuro es posible.

De este modo, los expositores destacaron la importancia de las habilidades que les brinda el CCH, como la autonomía en el aprendizaje, la organización del tiempo y el ser perseverante para alcanzar sus sueños. Para concluir, destacaron las



oportunidades que brinda nuestra universidad para la preparación académica en las facultades como los recursos en las aulas, nuevas áreas de investigación, movilidad estudiantil, becas al extranjero, experiencias en servicio social y formas de titulación.

Información: mtra. Tania Romero López

Presentación del libro de entrevistas “Rostros en la oscuridad. Hospitales”

Historias sórdidas, emotivas, increíbles y desgarradoras son comunes en los hospitales, las cuales pueden rescatarse y publicarse. Por ello, ex alumnos del plantel, que ahora estudian en la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales, realizaron entrevistas como parte de su formación profesional y los resultados fueron publicados en el libro “Rostros en la oscuridad. Hospitales”, presentado el pasado 29 de enero en nuestra escuela.

De este modo, Teresa Cortés, ahora alumna de Administración Pública, Aketzali Ramírez, quien cursa la carrera de Relaciones Internacionales, junto con Julio Galindo y Víctor Ochoa, alumnos de las carreras de Ciencias de la Comunicación y Ciencias Políticas, respectivamente, fueron asesorados por el profesor de la Facultad, Melchor López Hernández, quien comentó que con este trabajo se mostró la importancia de la investigación y se incentiva a los jóvenes a escribir.

Para su investigación, los jóvenes comentaron que fue una actividad colectiva que nació después de entregar un trabajo escolar consistente en

▶ 8



Se gradúan estudiantes de las Opciones Técnicas

LOGRAR EL ÉXITO PROFESIONAL

Al cursar una Opción Técnica logré, al igual que muchos de ustedes, adquirir un cúmulo de aprendizajes y experiencias académicas al lado de los compañeros y mi profesor, a quienes hoy agradezco haber sido parte de este trayecto educativo que me ha permitido una orientación hacia mi formación personal para proyectar, en corto tiempo, una licenciatura que dé cuenta a mis intereses vocacionales y me lleven a lograr el éxito profesional. En estos términos se expresó Kipsicia Monserrat Rodríguez Alcocer, alumna egresada de una de las Opciones Técnicas, durante la ceremonia de reconocimientos a los graduados de cada una de las 18 opciones que se imparten en el Plantel Oriente, en una ceremonia realizada el pasado sábado 9 de febrero.

las Opciones Técnicas son imprescindibles para muchos estudiantes

Ante la presencia de los directores General del CCH y del Plantel Oriente, Benjamín Barajas Sánchez y Víctor Peralta Terrazas, respectivamente, la joven estudiante aseguró que las Opciones Técnicas son imprescindibles para muchos estudiantes, dejándoles la necesidad de seguir formándose y capacitándose, a partir de aprendizajes rigurosos y hasta lúdicos.

Al principio, comentó la egresada de Contabilidad con Informática, la opción se hizo larga y complicada, pero estar rodeadas de conocimientos significativos, de compañeros y profesores capaces y capacitados, la carrera técnica se hizo corta y efímera; pero "poner en juego los conocimientos adquiridos, hace que establezca un mayor compromiso y

responsabilidad, con lo cual seguro me llevará a lograr otros éxitos académicos en esta escuela que nos prepara para el saber, para conocer y para vivir".

Durante esta ceremonia, el director del CCH resaltó que los estudiantes deben sentirse orgullosos de su plantel por la formación que aquí reciben. Y manifestó su agrado por



encontrar en este centro educativo a jóvenes motivados, llenos de energía y felicidad, que se ve reflejada por sus logros académicos que no son solo de ellos, sino que requieren de apoyos adicionales de sus profesores y de sus padres.

Ustedes jóvenes, agregó, son alumnos de élite porque están bien preparados y capacitados. Y son así porque adicional a su formación curricular, disponen de tiempo para integrarse a una Opción que los certifica como técnico especializado, pero además los respalda para su futuro profesional y laboral.

En esta tarea de preparación, afirmó, están sus profesores, quienes son personas valoradas por su entrega y compromiso en la formación académica y para la vida, de hombres y mujeres que orgullosamente portan los colores cecechacheros.

Finalmente, el doctor Barjas Sánchez reconoció el trabajo del presente cuerpo directivo, que ha mostrado capacidad para coordinar y dirigir una entidad, considerada como una de las mejores del bachillerato universitario.

Cabe resaltar que en esta ceremonia, en la que asistieron profesores, padres de familia y funcionarios de este centro educativo, recibieron su diploma 468



jóvenes, de ellos el mayor número de egresados estuvo en Administración de Recursos humanos y Laboratorio químico, por lo que el licenciado Peralta Terrazas, felicitó a los graduados, reconociéndoles la dedicación, el compromiso y la solidaridad compartida en cada una de las 18 opciones que están a disposición de los alumnos.

En este acto que estuvo amenizado por los talleres de danza moderna y violines, el licenciado Peralta Terrazas resaltó que las Opciones Técnicas se imparten a una matrícula elevada, lo que significa que son una real alternativa de capacitación para el trabajo, pero también una disyuntiva para determinar vocaciones y, al mismo tiempo, un soporte para los estudios profesionales.

En su discurso, Peralta Terrazas recordó que al inicio de la creación del Colegio, también se fundaron las opciones que, hoy en día, deben ser

fortalecidas pues han cumplido con su papel de enriquecer los aprendizajes en el bachillerato del Colegio, pero además porque dan salida a inquietudes y potencialidades de los jóvenes que, sin duda, serán los profesionistas del mañana formados en el Colegio y en la Universidad Nacional.

Recibieron su diploma 468 jóvenes

Estuvieron presentes en esta ceremonia, además de los mencionados Gloria Caporal Campos, Marco Bautista Acevedo, Hugo Olvera García, secretarios Académico, General y del Siladin, respectivamente, así como Isaí Korina Ramos Bernal y Teresita Heras Cano, encargadas del Departamento de Opciones Técnicas del CCH y del CCH Oriente, en ese orden.

Palabras inmortales, versos que enamoran

Versos, palabras cargadas de sentimientos, metáforas para expresar emociones imposibles de razonar, y poemas acordes con el tema del amor y el desamor, de encuentros y despedidas, fueron declamados durante el acto "Poetas hablan de amor en la biblioteca".

Durante este emotivo acto realizado el 13 de febrero en la planta baja de la biblioteca Guillermo Haro, alumnos, profesores y trabajadores prestaron su voz a los hermosos textos líricos de famosos autores como Gabriela Mistral, Gustavo Adolfo Bécquer y Sor Juana Inés de la Cruz, que contaron con el acompañamiento musical del grupo de violines Raymundo Moro, del departamento de Difusión Cultural local, acompañados con melodías acordes con el espíritu del amor como "My way", dada a conocer por Frank Sinatra, la inmortal "Yesterday" de The Beatles o "Vals 2" de Dimitri Shostakovich.

Así, los presentes conocieron que el poeta Mario Benedetti planea que "mi estrategia es/ que un día cualquiera/ no sé cómo ni sé/ con qué pretexto/ por fin me necesites" (*Táctica y estrategia*). Asimismo, el vate chileno Pablo Neruda escribió al amor perdido: "De otro. Será de otro./ Como antes de mis besos./ Su voz, su cuerpo claro. Sus ojos infinitos./ Ya no la quiero, es cierto, pero tal vez la quiero./ Es tan corto el amor, y es tan largo el olvido" (*Poema XX*).

También se rememoraron esas amistades que se pierden en los avatares de la vida, como descubrió el cantautor

Alberto Cortez: "Cuando un amigo se va/ Queda un espacio vacío/ Que no lo puede llenar/ La llegada de otro amigo". Por otro lado, el gran poeta chiapaneco, Jaime Sabines, afirmó que los amantes "Cualquier día despiertan, sobre brazos;/ piensan entonces que lo saben todo./ Se ven desnudos y lo saben todo./ (Yo no lo sé de cierto. Lo supongo.)".

Así, mientras Neruda declaró que "puedo escribir los versos más tristes esta noche" (*Poema XV*), la poeta Mistral aseguró que "yo te enseñé a besar con besos míos/ inventados por mí, para tu boca" (*Besos*), y García Lorca terció: "Tengo mucho miedo/ de las hojas muertas,/ miedo de los prados/ llenos de rocío./ Yo voy a dormirte;/ si no me despiertas,/ dejaré a tu lado mi corazón frío./ ¿Qué es eso que suena/muy lejos?/ Amor. El viento en las vidrieras,/ ¡amor mío!" (*Aire nocturno*).

Finalmente, como también de dolor y de amor se canta, todos los asistentes entonaron al unísono la hermosa canción de Consuelo Velázquez, aquella que pide "Bésame, bésame mucho/ como si fuera esta noche/ la última vez/ Bésame, bésame mucho/ que tengo miedo a perderte/ perderte después".

Esta emotiva conmemoración del Día del amor y la amistad, fue convocada por la Coordinación de la Biblioteca y del área de Talleres de Lenguaje y Comunicación, Departamento de Difusión Cultural, Programa de Género del plantel y la secretaria Académica, para invitar a los jóvenes a acercarse al goce de los poemas y comprobar que los versos enamoran. 📖



Jornada...

5 ◀
entrevistar a un desconocido, tras lo cual su profesor Melchor López los invitó a colaborar para romper la barrera del aula, realizar una labor de campo y acercarse a los problemas sociales de primera mano.

Los jóvenes recordaron con emoción su paso con este plantel, y afirmaron que aquí se les brindaron conocimientos y técnicas para realizar una investigación que les han sido muy útiles en la Facultad, así como hacerse preguntas sobre la realidad y romper prejuicios. A decir de Teresa Cortés, "los cecechacheros deben preocuparse por lo que pasa en su entorno, así como aprovechar sus clases para lograr sus metas personales y académicas".

La idea del proyecto, comentaron, es dar voz a los ciudadanos comunes pero que tienen historias que contar. Como afirmó Julio Galindo, "escribir un relato es algo mágico, inesperado, complicado y satisfactorio. Te das cuenta de las experiencias insospechadas que la gente vive en los hospitales. Entrevistar amplía tu conciencia y te proporciona otra forma de ver la realidad".

Para estos jóvenes investigadores, fueron cuatro meses donde tuvieron que perder el miedo a preguntar, saber abordar temas delicados, transmitir las palabras de otros al papel, sin cambiar el sentido, editar las entrevistas para rescatar lo importante sin perder la esencia de lo dicho y que el resultado fuera atractivo para el lector.

Por su parte, Aketzali Ramírez, quien escribió la experiencia de un padre de familia que llevó a atención médica a su hija quien se tragó una pila, aseveró que, ante el bombardeo de información presentado en los medios, es necesario recuperar las relaciones interpersonales, pues ello nos humaniza.

Para terminar esta presentación, que formó parte de la "Jornada de Orientación Vocacional. El futuro no espera", el profesor Melchor López comentó que este es un proyecto de siete años que ha arrojado la edición de 11 libros con temas como Ayotzinapa, Transgéneros, entre otros. Finalmente, aseguró que la práctica genera conocimientos significativos y que hay que alentar a los estudiantes a realizar investigaciones de forma rigurosa como parte de su formación, habilidad que les será muy útil en sus estudios y vida profesional. 📖

Partenariat avec la France

par M. en L. Roberto Aguilar Rojas



Du 17 novembre au 15 décembre le Lycée Léon Blum, à Créteil, en France, a accueilli dix jeunes mexicains dans le cadre d'un partenariat entre le CCH et l'Académie de Créteil, en France. Il faut souligner que les jeunes français qui ont logé les mexicains font partie d'une spécialité en cinéma. Les étudiants mexicains ont suivi les cours dans le lycée notamment celui de cinéma et ils ont aussi participé dans la réalisation de trois court-métrages qui seront projetés le 4 mars dans la célébration de la francophonie au CCH Oriente. Ils ont été accueillis chez des familles françaises ce qui leur a permis d'être plongés dans la culture et quelques habitudes de la France. Ils ont aussi eu l'opportunité de visiter quelques sites emblématiques de Paris : la Tour Eiffel, le musée du Louvre, le musée Quai d'Orsay, Sacré-Cœur, Eurodisney, etcetera. Pour eux, ça a été une expérience merveilleuse.

À son tour, onze étudiants français accompagnés de leur professeur Alain Tissier seront accueillis par les dix étudiants qui ont visité la France, en novembre. Les étudiants français suivront des cours au CCH et ils visiteront quelques sites importants de Mexico et autour de la ville. Ils participeront avec les étudiants mexicains d'échange et ceux de la section bilingue de littérature dans la réalisation d'un court-métrage. C'est une grande

opportunité pour eux de découvrir le Mexique et notre culture. C'est aussi une occasion pour découvrir le système éducatif mexicain, surtout le modèle éducatif du CCH.

On dit qu'enseigner une langue c'est proposer un voyage, l'apprendre c'est partir. Pour les étudiants qui participent dans cette échange le voyage est devenu une réalité. C'est un exemple des opportunités que l'UNAM offre à ses étudiants, si plus tard tu veux partir ailleurs et profiter des bourses ou des échanges à l'étranger tu dois commencer à faire le projet depuis aujourd'hui et surtout continuer à apprendre une langue étrangère. 📖



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
PROGRAMA UNIVERSITARIO DE ALIMENTOS

Curso

"Diabetes 2.0 Empoderamiento para controlar tu diabetes"
(Curso para pacientes, sus familiares y personas relacionadas)

Instructora: Mtra. Mónica Hurtado González

22 de febrero de 2019
de 15:00 a 20:00 horas

Dirigido a personas que viven con diabetes, familiares y personas (no profesionales de la salud) que tengan relación con el paciente y estén interesados en modificar y mejorar sus condiciones de vida.


Informes: www.alimentos.unam.mx • info.cursos.pual@gmail.com • 56225208 y 56225217
Horario de atención de 9:00 a 14:00 y de 17:00 a 20:00 horas

SEDE: Sala de Seminarios del edificio de los Programas Universitarios.
Circuito de la Investigación Científica, Ciudad Universitaria, Ciudad de México.

ASISTE AL CICLO DE PELÍCULAS EN INGLÉS Y FRANCÉS

BILLY ELLIOT
 BILLY ELLIOT
 Miércoles 20 de febrero
 Sala 3 de audiovisual
 19 horas

PERSÉPOLIS
 Miércoles 27 de febrero
 Sala 2 de audiovisual
 13 horas



PARTICIPA EN EL DÍA DEL NÚMERO

JUEVES 14 DE MARZO A PARTIR DE LAS 9 DE LA MAÑANA

PROYECCIÓN DE PELÍCULAS
 ACTIVIDADES LÚDICAS
 DESFILES DE CÓMICS
 CONFERENCIAS

¡ASISTE!

Diseño: Jessica González Campos SS

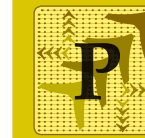
TERCER CICLO DE ESTRATEGIAS EXPERIMENTALES PARA APOYAR A PROFESORES DE NUEVO INGRESO

Jefatura de Siladin Lace: Griselda Chávez Fernández
 Coordinadoras: Cecilia Espinosa Muñoz; Irma Patricia Olivares Jiménez

En las estrategias experimentales que se llevarán a cabo, los profesores impartidores señalarán específicamente la apertura, desarrollo y cierre, así como la evaluación para la actividad didáctica. Esto es con el fin de que los profesores noveles implementen el Modelo Educativo del Colegio para evitar clases meramente expositivas. Deseamos que se promueva el desarrollo del método científico y el trabajo colaborativo.

Fecha y Horario	Asignatura	Profesor nuevo ingreso	Profesor impartidor	Tema
Lunes 18 de febrero/ 13:00 a 15:00 hrs	Química I	Johana Cruz Bolaños	Alfredo César Herrera Hernández	Estados de agregación.
Martes 19 de febrero/ 11:00 a 13:00 hrs	Química IV	Alicia Guadalupe Guerrero Segura	Pilar Rodríguez Arcos	Aldehídos y cetonas
Martes 26 de febrero/ 13:00 a 15:00 hrs	Química III	Adriana Vázquez Barrientos	Cecilia Espinosa Muñoz	Estequiometría
Lunes 4 de marzo/ 13:00 a 15:00 hrs	Física II	Prieto Villalba Cristihan Miguel	Alonso Antonio Yescas Galicia	Circuitos
Lunes de 11 de marzo / 13:00 a 15:00 hrs	Física II	Verónica Hernández Villavicencio	Luz Elena Flores Bustamante	Resistencias Serie-Paralelo
Martes 19 de marzo/ 11:00 a 13:00 hrs.	Biología II	Zurisadai Muñiz Bautista	Leticia Martínez Aguilar	Biodiversidad
Martes 9 de abril/ 11:00 a 13:00 hrs.	Biología II	Elena Plácido Jurado	Irma Patricia Olivares Jiménez	Variabilidad
Martes 30 de abril/ 13:00 a 15:00 hrs.	Biología II	Araceli Bautista Acevedo	Lucía Herrera Velázquez	Endosimbiosis

SILADIN LACE



PSICORIENTA

Julia Gaspar Martínez
 Departamento de Psicopedagogía

¡Ésa es la actitud!

¡Ésa es la actitud! Comentan nuestros compañeros cuando alguien acepta un reto, enfrenta los problemas, se atreve a hacer algo que comúnmente no haría. Actitud y autoestima son frecuentemente utilizadas como sinónimos. Referentes de seguridad, confianza, valoración de uno mismo, de lo que soy, pienso y siento. Pero uno no siempre llega con “la actitud” que esperan los demás. A veces, resulta difícil sentirse o creerse con el ánimo de atreverse y hacer, sobre todo en una etapa de cambios, de toma de decisiones importantes, de responsabilidades y demandas del exterior.



Hablar de autoestima va más allá del hecho de verte y sentirte bien, es una experiencia de vida que involucra pensamientos, emociones, sentimientos y habilidades. Así que también tendrá un efecto sobre cómo te ves y cómo te tratas, con tu capacidad de conectarte contigo misma, con la habilidad para enfrentar las situaciones de conflicto, con la creencia de saberte merecedor de amor y respeto propio y el de los demás.

Es una constante que como joven lleguen a ti sensaciones de desconfianza, creencias de no ser apto para la escuela, percepciones negativas de tu imagen, no considerarte buen hijo (a), o creer que a esta edad no has tenido grandes logros. Si te encuentras en esta situación, aprovecha el momento para hacer una pausa... dedícate unos minutos para la siguiente reflexión: ¿Qué piensas acerca de ti? ¿Qué sensaciones y pensamientos llegan a ti cuando te miras al espejo? ¿Cómo enfrentas los problemas o conflictos? ¿Qué crees merecer en la vida?

de cómo le fue en la feria”? pues se refiere a que las experiencias que te han tocado vivir dan forma a tu percepción del mundo y de ti mismo y de cómo enfrentas los retos.

Para fortalecer la autoestima se requiere de un trabajo personal que involucra la reflexión, realizar acciones concretas y dirigidas a recuperar la confianza en ti mismo y en tu sensación de saberte merecedor de felicidad. A renunciar a concepciones negativas respecto a tu ser, reconociendo las ocasiones en que has hecho bien las cosas y has sido responsable en la vida. A perdonar y dejar atrás aquello que ya no te sirve y te lastima. Se necesita establecer un compromiso con tu propio bienestar, y cuando eres consciente de ello, ya no son los otros los que forman tu autoestima, sino tú mismo y las decisiones que de ahora en adelante tomas. Este trabajo tiene que ser supervisado por un profesional de la salud.

La autoestima está en constante ajuste y movimiento; y entérate, las crisis no son exclusivas de los jóvenes. Desde la infancia y en edades adultas, eventos significativos y las relaciones personales imprimen un sello a la percepción de tu ser. Cada una de las experiencias y personas con quienes compartes en la vida, generan un impacto en tu personalidad, y tu autoestima se ve afectada de una u otra forma. ¿Has escuchado el dicho de “uno habla dependiendo

Nathaniel Branden señala, la autoestima es “la confianza en la capacidad de pensar, en la capacidad de enfrentar los desafíos básicos de la vida, la confianza en nuestro derecho a triunfar y ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, a alcanzar nuestros principios morales y a gozar del fruto de nuestros esfuerzos”.

Así que, si en la infancia recibiste palabras de aliento y de confianza en ti mismo, te motivaron a realizar tareas acordes con tu edad, te permitieron tomar decisiones y enfrentar consecuencias, es muy probable que tu autoestima sea fuerte, equilibrada y flexible. Ya te imaginarás qué pasa en el caso contrario, es decir que personas significativas en tu vida te denigren, insulten, desconfíen de tus capacidades, te impidan opinar o expresar tus ideas respecto a situaciones cotidianas, provocan sentimientos de inferioridad, percibirte incapaz o torpe en cualquier ámbito, entonces tu autoestima está lastimada.

Pero no todo es para siempre y así como aprendiste a sentirte apto o incapaz, puedes reaprender el cómo quieres sentirte de ahora en adelante.

Pero si en este momento consideras que tu autoestima no te permite avanzar, ni te hace sentir cómodo contigo mismo (a), te proponemos acudir al departamento de Psicopedagogía para que platiquemos de ti y de lo que te permita sentirte como te quieres a partir de hoy.

Ahora sí, ¡ésa es la actitud!



UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE MÉXICO



XXVII

CONCURSO
UNIVERSITARIO
**FERIA
DE LAS
CIENCIAS,**
LA TECNOLOGÍA Y
LA INNOVACION

**26 y 27
de abril
de 2019**

Centro de
Exposiciones y
Congresos de
la UNAM

Estudiantes y docentes de
nivel bachillerato

Consulta las bases en:
feriadelasciencias.unam.mx

