



Hemeroteca
¿Quiénes son los ayatolás? Así contó La Voz cómo gobiernan en Irán

página 3

Escola de Cociña
Os alumnos do CIFP Carlos Oroza explican cando está feita unha peituga

página 6

¿Tienes un problema?

Aprende a sacarle el máximo partido al tiempo libre

página 7



Shakira durante o videoclip «BZRP Music Sessions #53», con Bizarrap, que se converteu na mellor estrea latina de YouTube. Foto: Europa Press

RELACIONES POLÉMICAS

Shakira canta e rompe o silencio

A intérprete dedícalle varias inectivas a Piqué, o seu ex, na súa nova sesión con Bizarrap, e reabre o debate sobre as rupturas públicas

L. CANCELA

Shakira e Gerard Piqué empezaron a saír no 2010. El é un recoñecido exfutbolista do Fútbol Club Barcelona e ela unha das cantantes máis escoitadas na historia da música. O seu amor foi contado ao minuto e ela dedicoulle varias cancións a esa paixón. Agora ambos protagonizan unha das rupturas máis polémicas e mediáticas. Anunciaron a súa separación en xuño, tras doce anos de relación e dous fillos en común. Pouco despois, a prensa publicou informacións sobre unha suposta infidelidade por parte do xogador con Clara Chía, unha moza de 22 anos que traballaba na súa empresa. Desde entón, Shakira publicou tres cancións con mensaxes á súa exparella.

Que pasou?

O xoves pasado, a cantante publicou a súa nova canción, *BZRP Music Sessions #53*, que fixo co produtor Bizarrap. O tema considerouse unha ofensiva chea

de indirectas (ou, máis ben, directas) para Piqué e Clara Chía. De feito, algunhas das frases inclúen os seus nomes de maneira semioculta. Nas primeiras 24 horas, a canción converteuse na mellor estrea latina da historia de YouTube, con 33 millóns de visitas, superando *Despacito*, de Luis Fonsi.

Quen é Bizarrap?

É un produtor e compositor arxentino de 23 anos coñecido polas súas *music sessions*. Gravar con el significa éxito asegurado.

Que dicía nas letras anteriores?

Moitos pensan que cos dous últimos temas de Shakira, *Te felicito* e *Monotonía*, era suficiente. Da primeira, que realizou xunto co artista portorriqueño Rauw Alejandro, nace o verso «felicitoche, que ben actúas». Nesta, a cantante reflexiona acerca da mentira nas relacións. Pola súa banda, na segunda (que gravou con Ozuna) canta «non foi culpa

túa, nin tampouco miña, foi culpa da monotonía», polo que parecía que Shakira aceptaba a ruptura.

Como reaccionou Piqué?

Non quedou calado e comezou a enviar indirectas. Nesta canción, Shakira di o seguinte: «Cambíaches un Ferrari por un Twingo [unha marca e un modelo de coches]; cambiaches un Rolex por un Casio [dúas marcas de reloxos]». Aínda que non o expresa con claridade, utiliza unha metá-

ACTIVIDADE BÁSICA O MELLOR DE TI

Shakira fala, na súa canción das diferenzas con outra muller. Todos somos distintos, nin mellores nin peores. Por grupos de catro ou cinco, destacadade un boa calidade dos vosos compañeiros.

As actividades están deseñadas por L. Cencela

fora na que ela representa o Ferrari e o Rolex, dúas firmas de alta gama e luxo, mentres que Clara Chía personifica as outras, que son máis baratas e sinxelas. Tal foi o impacto desta parte, que Piqué fixo varias aparicións subido a un Twingo e cun Casio como reloxo, e facendo moitas referencias a estas marcas. Casio entrou de cheo na polémica, aínda que negou ningún acordo con Piqué.

Cal foi o debate?

Para entender a polémica hai que ir por partes. En primeiro lugar, o debate dividiuse entre aqueles que consideran que Shakira tiña todo o dereito do mundo de compondo unha canción sobre a súa vida e aqueles que pensan que é un acto inmaduro. Houbo quen a criticou polo que afecta aos seus fillos e quen contestou lembrando que máis lles afectou a infidelidade do pai. E mentres uns a aplaudían como feminista, outros apuntaron que meterse con Clara Chía era todo o contrario.

A LETRA

As indirectas da canción parece que teñen nome e apelido

Por moita polémica que haxa ao redor, o importante da canción é a letra. Imos ver algunhas das indirectas máis virais. A primeira, por se alguén tiña dúbidas de sobre quen falaba Shakira no seu tema, despéxaa ela: «Enténdín que non é culpa miña que te critiquen, eu só fago música, perdón que che salpique». Isto ten truco: na última palabra, separa a primeira sílaba, de forma que a pronuncia *sal-pique*. Despois, tamén opta por criticar tanto a Piqué como a Clara Chía de maneira conxunta: «A ti quedeiche grande, por iso estás cunha *iguallita* que ti». E por último, na lista das frases máis comentadas, está a que lles dedica aos pais do deportista: «Deixáchesme de veciña á sogra». Estades de acordo con este tipo de vinganzas? A cantante ten dereito a contar iso?

MÁIS ARTISTAS

Outros músicos que se inspiraron nunha mala experiencia amorosa

Shakira non é a primeira en criticar a súa exparella nunha das súas cancións. De feito, as rupturas fan que aflore a creatividade de moitos artistas dende sempre. O último exemplo, que tamén é da semana pasada, é o de Miley Cyrus. A artista norteamericana publicou *Flowers*, na que reivindica que ela mesma pode coidarse, quererse e regalarse flores. A prensa di que o videoclip está gravado na casa que el empregaba para serlle infiel. Por iso os fans están convencidos de que lla dedica ao seu exmarido, o actor Liam Hemsworth. Taylor Swift tamén cantou ao desamor. Pero antes foron moitos os homes que fixeron o mesmo, con máis ou menos elegancia: desde *19 días y 500 noches*, de Joaquín Sabina, ata *Lo mejor de tu vida*, de Julio Iglesias, ou *Sufre mamá*, de Hombres G, entre outras moitas.

RELACIONES

Saber deixar e ser deixado

Existen varias prácticas que axudan a levar mellor unha ruptura: o máis importante é ser asertivo e evitar as faltas de respecto

L. CANCELA

Que che rompan o corazón doe. De feito, algúns estudos iguálanlo á morte dun ser querido. E o contrario, tamén. Deixar unha relación non adoita ser tarefa fácil, pero forma parte da vida e da súa aprendizaxe. Como sucede en case todo, hai boas e malas prácticas. «Para mí, la peor forma de hacerlo es dejar a la otra persona mal públicamente, avergonzando a tu expareja, a la que se supone que en algún momento quisiste», di Carmen Vázquez, adestradora emocional do gabinete Catemo, en referencia ás cousas publicadas en redes sociais. «Todo lo que tenga intención de hacer daño no beneficia ni al otro ni a uno mismo», engade. Aínda que contar intimidades ou querer ridiculizar ao outro pode soar liberador nun principio, «a largo plazo nunca lo es». «No lleva al bienestar, porque todas esas emociones negativas no hacen que uno quede más cómodo, ni promueven el perdón ni la compasión», detalla.

Como afrontar de maneira correcta o momento dunha ruptura? O primeiro é a comunicación. Ser claro e non andar dando voltas ao asunto. Para iso é fundamental «mantener una comunicación asertiva», na que aínda que expreses a túa opinión e as razóns polas cales queres romper, «también des espacio a la



Mostras de amor infinito como os cadeados ou as tatuaxes considéranse de curto prazo. Foto: Alberto López

otra persona para que pregunte. De igual forma, y si se puede, hay que hacerlo de manera presencial, asumiendo la parte de responsabilidad de las cosas que se hicieron en esa relación, sin echar balones fuera», precisa Vázquez. Estas condutas axudarán a levar mellor o dó.

A sinceridade é importante, por iso non se recomenda que pintes de cores as cousas que non che gustaron. Pero tampouco é necesario lembrar aquela infor-

mación que non engade valor á situación. «A mucha gente le sale más ser agresiva, gritar o hablar mal. En este caso, hay que intentar aguantarse», lembra Vázquez.

Por último, deixa que pase o tempo: «Cuando una relación se termina, hay que buscar estrategias que nos ayuden a olvidar. En este sentido, el paso del tiempo es bueno, pero también hay que perdonar para encontrar nuestra propia felicidad y bienestar», conclúe Vázquez.

ACTIVIDADE MEDIA APRENDER SOBRE A TOXICIDADE

Carmen Vázquez propón ler o libro «A teoría do cubo e do cullerón». A obra invita a imaxinar que cada un temos un cubo colgando do pescozo con auga e unha culler. Con cada acción bonita regas o seu cubo. Que condutas farían que estea cheo?

Os signos do «para sempre» non son unha boa mostra de amor real

Se agora estás coa túa primeira relación, pode que non o vexas así, pero é posible que non dure para sempre. E isto non é nada malo. De feito, todo o contrario. En moitas ocasións, a primeira relación axuda a proxectar como queres que sexan o resto, que buscarás noutros e todo aquilo que non queres que se repita. É unha aprendizaxe, por así dicilo. Con todo, aínda que non sexa un amor para sempre, os actos que levamos a cabo son máis que importantes. En primeiro lugar, porque case sempre comeza na adolescencia, cando o cerebro aínda está a formar as conexións e a personalidade, e en segundo, porque algún é imborrable. Podería dicirse que é como as tatuaxes, unha marca na pel. «Hacer las cosas de forma impulsiva, en un momento de éxtasis y con una emoción totalmente incontrolada no es muy inteligente», explica Carmen Vázquez, adestradora do equipo Catemo. Tampouco é un significado de amor: «Es una muestra cortoplacista, como son muchas de las conductas del aquí y ahora».

Ocorre o mesmo cos cadeados que simbolizan un amor. Isto non é un seguro de que a relación vaia a mellor. Por iso, cando sintas que estás atrapado emocionalmente, Vázquez recomenda distancia: «Hay que ponerle un poco de razón y decir: “¿Cuántas personas mayores conozco que sigan con su amor de adolescencia?”». Ti que pensas?

ENTENDER

As mulleres xa non choran: agora facturan

■ **Pensas que é feminista a canción de Shakira? Moitos consideraron que un dos versos que entoa, «as mulleres xa non choran, as mulleres facturan», transmite unha mensaxe empoderadora e reivindicativa. Con iso, a artista lembra que as mulleres son capaces de dicir o que senten e queren, aínda que outros non estean de acordo. Pero acaso chorar é debilidade? Pódese chorar e despois facturar? É un tema de debate.**

■ **A canción dá espazo a analizar a diferenza de idade. Shakira ten 45, Piqué 35 e Clara 22. Pensades que os anos poden supoñer un problema? Algunhas persoas pensan que o xogador pode estar nunha posición de poder respecto á moza.**

■ **Por último, Shakira recibiu críticas por supostas falta de sororidade, de apoio, entre mulleres. O tema inclúe mensaxes dirixidas a Clara Chía que a comparan con marcas de peor gama? É cousificala? Ten algunha culpa ela? Que opinades?**

PROFUNDAR

A vinganza no amor vólvese contra un: é mellor estar só que con alguén que non quere estar contigo

■ **A orixe de moitas relacións tóxicas vén da adolescencia. Nesta etapa, condutas como os celos ou o control poden verse como unha mostra de amor. Nada máis lonxe da realidade. Un dato: segundo un estudo sobre adolescencia e mocidade da Fundación de Axuda contra a Drogadicción (FAD), máis dun 80 % dos mozos din que coñeceron algún caso de violencia en parellas da súa idade. Parécevos alarmante?**

■ **A educación en igualdade axuda a que, de adultas, as persoas sexan máis independentes das súas parellas, teñan unha mellor autoestima e saiban establecer límites de forma máis rotunda.**

■ **Se en algo insisten os expertos é en que a vinganza no amor sempre se volve contra quen a inicia. Se alguén decide cortar contigo, podes enfadarte, pero**

non pagalo coa túa parella. Poida que ti non o esperases, pero é mellor estar só que con alguén que non goza da túa compañía.

■ **Por iso, tomar a xustiza pola propia man nunca sae ben. Despois dunha ruptura, algúns ameazaron á outra persoa con filtrar vídeos ou imaxes íntimas. Hai que saber que facer isto, como pasalo dun móbil a outro, é delicto. Non só isto, senón que pode carrexar graves consecuencias psicolóxicas para a vítima, quen pode chegar, mesmo, a querer suicidarse.**

A. AVANZADA SER TÓXICO NA VIDA REAL

De cando en vez é importante lembralo. Seguro que moitos de vós coñecedes a alguén que tivo unha relación pouco sa. Compartide na clase aquelas condutas que considerades tóxicas. Hai diferenzas entre uns e outros? Por que?

■ **Coñeces algún caso deste estilo? Cal foi a túa posición? O correcto é denunciálo e estar da parte da vítima.**

HEMEROTEC 

Irán, el país de los ayatolás

A finales de los setenta, la antigua Persia pasó de ser una monarquía a convertirse en república islámica

CARLOS OCAMPO

¿Sabes qué es Irán? ¿Podrías señalarlo en un mapa mudo? (Si no estás muy seguro, apunta más o menos, porque es muy extenso). ¿Sabes algo de su forma de gobierno, que se fundamenta en el poder de los clérigos musulmanes? ¿Te suena que desde septiembre las mujeres hacen actos de protesta quitándose el velo, protestas que están siendo duramente reprimidas y que ya van por el medio millar de muertos? Quizás, si estás tan al día, también te des cuenta de que a veces en las noticias hablamos del régimen de los ayatolás para referirnos a este país. ¿Sabes qué es esto? Es lo que intentaremos explicar en estas líneas, empezando por algunas claves de lo que está pasando ahora mismo.

El 13 de septiembre del año que se acaba de ir fue asesinada la joven iraní de 22 años Jina Amini. La hemos llamado Jina, y no Mahsa ni Jina Mahsa, como también podrías ver que aparece en los medios, porque Jina es su nombre kurdo, pero está prohibido en Irán. Los kurdos son un pueblo del noroeste del territorio. En su mayoría son suníes, la rama del islam más importante, que es rival de la chií, la mayoritaria en el país y la de la clase dirigente. Una rivalidad que está en el origen de muchas guerras entre pueblos musulmanes.

Jina fue arrestada por la policía de la moral —cuya tarea es hacer cumplir las estrictas normas islámicas sobre vestimenta— por llevar mal puesto el hiyab, el velo con el que la mujer debe cubrirse totalmente el pelo. Fue torturada y murió tres días después, lo que desencadenó una oleada de protestas bajo el lema «Mujer, vida, libertad» que aún siguen vivas.

El regreso de Jomeini

Irán se llama así desde 1935, aunque este nombre ya se había usado antiguamente. Antes era Persia, una monarquía absoluta regida por un sha (o sah, que significa zar o rey). El último sha, Mohamed Reza Pahlavi (o Pahlévi), que ascendió al trono en 1941



EL REGRESO

La llegada del ayatolá Jomeini a Irán tras el exilio fue recogida por La Voz el 2 de febrero de 1979

Gobierno de Bakhtiar». Shapur Bakhtiar (también Shapour Bakhtiar o Bakhtiar) fue el último primer ministro nombrado por el sha Reza Pahlavi, solo un mes mal contado antes (La Voz, 5/1/1979), mientras Jomeini demostraba su poder desde el exilio al lograr que «el comité que designó con la jerarquía chií» llegara a un acuerdo para que se pusiera fin a la huelga del petróleo (porque Irán tiene las terceras reservas de petróleo del mundo).

al abdicar su padre (La Voz, 17 de septiembre de 1941), llevó a cabo una serie de reformas con el objetivo de convertir Persia en una gran potencia, pero lo que consiguió fue enriquecer a la élite política y enfadar al resto del país. Sumido el pueblo en graves protestas y en la inestabilidad política, el último sah de Irán se exilió (16 de enero de 1979) y el ayatolá Jomeini pudo regresar, lo que probablemente evitó un golpe de Estado: «Con el Sha en el extranjero [...], las masas de Teherán siguieron ayer al pie de la letra las consignas transmitidas en su mensaje radiado por el ayatolá desde las afueras de París: “Hay que ganarse la voluntad y la simpatía de los soldados”. De esta manera, cuando los generales duros querían dar su golpe, los soldados no los seguirán», leemos ese día en La Voz.

El 2 de febrero, «en medio de un ambiente festivo, dos o tres millones de iraníes dieron la bienvenida a Jomeini. Se mostró impopular con el sha y con el ilegal

PARA SABER MÁS

La rivalidad entre chiíes y suníes es clave para entender el mundo islámico, pero es un asunto complejo. Un video cortito permite un primer acercamiento sencillo a la cuestión: t.ly/AIpy (desde el minuto 2.26).

A NOTICIA CREATIVA



A exposición de La Voz en Santiago. Foto: Xoán A. Soler

As noticias celebran 140 anos en La Voz

Unha exposición coa historia do xornal percorreu Galicia durante o ano 2022

JESÚS GARRIDO



Seguramente era aínda de noite cando Andrés Nonide, o primeiro repartidor de La Voz de Galicia, colleu nas súas mans os exemplares do primeiro número e saíu ás rúas da Coruña para repartilos. Era o 4 de xaneiro de 1882. Desde entón pasaron 51.256 días. 140 anos que La Voz quixo celebrar levando ás rúas de Galicia unha exposición na que se recolle o mellor destes catorce decenios que transcorreron dacabalo entre tres séculos.

A exposición percorreu as principais cidades de Galicia. Inaugurouse na Coruña o 6 de maio do pasado ano, moi preto da sede na que comezou a historia do xornal o 4 de xaneiro de 1882, na rúa San Andrés, 19. Doce días despois empezou a peregrinación por todas as delegacións de La Voz. Ferrol foi a seguinte parada. Continuou por Carballo, Santiago, Viveiro, Vigo, Ribeira, Monforte, Vilagarcía, Pontevedra, Lugo, Lalín e Ourense, onde se clausurou o 14 de novembro.

E ti, que, noticia?

Primeira, A fondo, Galicia, Opinión, España, Internacional, Sociedade, Local, Economía, Deportes, Cultura, Pasatempos, Última... Estes son, evidentemente, os letrados máis apreciados da noticia: en linguaxe

dun pequeno alumno, as fiestras da realidade de cada día. Pero, ás veces, a tenra e fresca noticia de cada día queda aí... E nin se atreve a chamar á porta de cada aula. Pero as que se atreven a entrar son felices e explicánnos moi ben o porqué:

1. Receptividade. Os alumnos e profesores déronse conta da nosa importancia e pecharon —sequera por un momento!— os tradicionais e encadernados libros.

2. Resposta. Todo o mundo falaba de nós e escondieron silandeiramente os queridos e ultracoñecidos libros.

3. Valoración. Clamou estrepitosamente o mellor vozarrón da clase: coma se dun gol decisivo se tratase, a noticia inflamaba á afección académica.

4. Organización. Iso si. Primeira, a lección do día. Non temos nada contra os libros, mesmo xa lles gusta falar de nós: eles, que sempre levan data antiga estampada no seu prólogo, alégranse de estar ao día.

5. Caracterización. Estar ao día. Iso. E os libros de texto disimularon un pouco a data de edición. Grazas a eles, hai que dicilo, os pupitres volvéronse máis grandes e os xornais abríronse ás súas anchas...

Soluciones

Punto de vista: 3
Cuenta cubos: 28

Cuadros falsificados

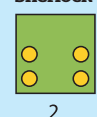


Romanos encendidos

$$\text{III} + \text{III} = \text{VI}$$

$$\text{VI} + \text{IV} = \text{X}$$

Sherlock



2

Flor de palabras

MODELO | MADERA
CADERA | FIDEOS

Roscas heredadas

- 1: DESIERTO
- 2: LONGITUD
- 3: PRECIOSO
- 4: MÁSCARAS

XORNALISMO NA ESCOLA

Dezasete grupos de toda Galicia participan nesta edición

O certame Xornalismo na Escola, o concurso de La Voz de Galicia e Prensa-Escuela que converte os alumnos de ESO, FP e bacharelato en reporteiros, terá este curso 17 grupos concursantes. Veñen das catro provincias galegas e por primeira vez participan estudantes de formación profesional.

As reportaxes aínda están agora nos primeiros compases, xa que este ano, para non apurar aos profesores, as primeiras publicacións serán o 15 de marzo, para rematar o 24 de maio.

Estes son os profesores e centros participantes: Juan Carlos Montejano, do IES de Valga; Gonzalo Sánchez Busons, do CPR Divina Pastora de Ourense; Beatriz Malvido, do CPR Sagrada Familia de Cangas; Elvira Castro, do IES Francisco Aguiar, de Betanzos; Rocío Pérez Porto, xunto con outras compañeiras do departamento, do IES Concepción Arenal, de Ferrol; Fiz Cabana, do CPR Obradoiro, da Coruña; Beatriz Troncoso Lorenzo, do CPR Santa María (Maristas) de Tui; Ana López Formoso, do IES Ramón Menéndez Pidal (Zalae-ta), da Coruña; Silvia López, do CPI Julia Becerra Malvar, de Ribadumia; Miryam Giménez, do CPR María Assumpta (Jesuitinas), de Noia; Alberto Salcido, que coordina o traballo de varios profesores nunha reportaxe na que participan catro cursos de primeiro da ESO do IES Rosalía de Castro, en Santiago; Javier Rodríguez González, do IES Ribadeo Dionisio Gamallo, e o seu compañeiro de claustro Manel Yáñez, que participa con outro grupo; Xacobe López, do IES As Barxas, de Moaña; Marcos Corgo, do CPI O Cruce, de Cerceda; Jacobo Santos Solla, do IES Pedra da Aguiña, en Camariñas; e Rebeca Santamaría, do IES Puga Ramón, na Coruña.

As reportaxes tratarán sobre os máis diversos temas, desde a industria do aluminio ata a axuda galega a Ucraína pasando por unha análise do patrimonio local, a alimentación dos rapaces, a forza do cómic manga ou o papel de Europa na nosa pesca. No Rosalía de Castro, os alumnos de primeiro analizarán a situación dos diferentes obxectivos de desenvolvemento sostible, os famosos ODS, da Axenda 2030.

CADERNO DE CAMPO DA ESCOLA SALVAXE

Fai que os teus alumnos se convertan en xornalistas naturais

Apúntate ao concurso de La Voz para estudar a contorna do teu cole

O arredor dun colexio ou instituto é un mundo cheo de vida. Mesmo os que están nos centros das cidades. En La Voz de la Escuela aliámonos co Centro de Extensión Universitaria e Divulgación Ambiental de Galicia (Ceida) e coa Reserva da Biosfera Mariñas Coruñesas e Terras do Mandeo para que os rapaces coñezan a súa contorna moi ben, e para iso temos a sección semanal, A escola salvaxe, na que o escritor e divulgador Antonio Sandoval vai contando que cousas e animais se poden ver de camiño ao colexio ou dende as aulas.

Como sabemos que a mellor forma de aprender é facendo, este ano propoñémosvos un reto: que sexades vós os xornalistas naturais. Igual que fai Antonio Sandoval, que busca as especies, as vixías, fotografía e anota as súas peculiaridades, vós poderedes afondar no coñecemento da vosa contorna do mesmo xeito.

Iso é facer un caderno de campo, un documento que recolla

a diversidade da vosa zona e os cambios que se viven ao longo do curso. Hai que ter en conta algo moi importante: non se pode tocar nin as plantas nin os animais. Se cada un de vos soba nunha margarida, dela non queda nada! Por iso, neste caderno que vos propoñemos o que hai sobre todo son imaxes (ben fotografías, ben os vosos propios debuxos) e moita atención. Cambia esa matogueira do patio ao longo das semanas? Aparecen novos insectos cada primavera? Cando brotan as primeiras follas das árbores caducas do camiño ao colexio? Todo iso, e moito máis, é o que ten que recoller ese caderno de campo que propomos que fagades.

De febreiro ao 15 de maio

Este primeiro ano o período no que se vai estudar é o que vai do 1 de febreiro ao 15 de maio. Os traballos deberán entregarse antes das 17 horas do luns 22 de maio e o xurado comunicará a súa de-

cisión o 6 de xuño.

Os traballos hainos que presentar en formato PDF, e serán enviados á dirección de correo electrónico do concurso: cuadernosdecampo@prensaescuela.es. Esta é a mesma dirección na que hai que inscribirse, achegando o nome do profesor que coordine a aula participante (teñen que ser aulas, non outro tipo de grupos), o centro e a localidade onde está, un correo electrónico e un número de teléfono de contacto e, por suposto, o curso que é e o número de alumnos que ten a aula.

Que debe ter o caderno

Hai moita liberdade para a creatividade de rapaces e profesores, algo que valorará o xurado, pero tamén o caderno deberá ter un mínimo de cousas:

- Identificación da aula, o nome do profesor e o número de alumnos.

- Unha descrición con imaxes (ilustracións, fotografías ou grá-

ficos) da contorna do centro escolar.

- A sucesión de Novas naturais que, día a día —ou con a periodicidade que os xornalistas naturais consideren— se existiren. Estas Novas poderán reflectirse en forma de descrición xornalística, naturalista ou científica, pero tamén con gráficas ou imaxes; e máis, poden recollerse apuntando impresións, sensacións, facendo ilustracións... O xurado valorará de xeito especial o seguimento da biodiversidade da contorna de cada centro dende as diferentes materias do curso, porque non hai unha soa maneira de entender as cousas.
- Tamén debe ter o caderno unhas conclusións a partir dos resultados do traballo da aula.

Categorías

Para este concurso, La Voz establece catro categorías: educación especial, educación primaria, ESO e a última, de FP e bacharelato.

En busca de ánades azulones

ANTONIO SANDOVAL REY

Si tu centro educativo está junto a una ría, un río de ancho cauce, un embalse o una laguna, es probable que, si te acercas a la orilla de esos lugares, veas en la distancia uno o varios ánades azulones. Están entre nuestras especies de patos más abundantes. Para encontrarlos, quizá necesites unos prismáticos. Y un poco de suerte. O quizá no: en cada vez más pueblos y ciudades se comportan como aves muy confiadas, hasta el punto de que pueden parecer animales domésticos. No es así: son totalmente salvajes. Lo que sucede es que muchos de ellos, como tanta otra fauna que ya no es perseguida como antaño, han aprendido que nuestra voluntad de reconciliación con la naturaleza es cada vez más firme.

Bailes y carreras

Dentro de poco, los machos comenzarán a demostrar a las hembras que ya están dispuestos a pensar en la familia del año que viene. Continuarán intentándolo hasta el comienzo de la primavera. El ánade azulón es, de largo, el pato más común como reproductor en Galicia. Así como son varias las otras especies que en otoño vienen del norte de Europa, e incluso de Rusia, a pasar aquí el



El verde brillante de la cabeza diferencia a los machos de la especie.

invierno, solo esta permanece en gran número en nuestra tierra el resto del año. De entre las demás, y ni mucho menos de todas, únicamente crían unas pocas parejas. Cuando intenta convencer a una hembra de que es la pareja ideal, el macho de ánade azulón recuerda un poco a un *tik-toker*. Sus argumentos incluyen batir de alas, giros sobre sí mismos según nadan, sacudidas arriba y abajo de la cabeza, golpeteos del agua con el pico... Todo ello acompañado de silbidos y graznidos. A veces lle-

gan a ser varios machos los que rodean a una sola hembra. Llegan a ser tan insistentes que esta acaba por escapar de ellos...

Hembras muy discretas

Diferenciar machos y hembras es muy sencillo. El macho es como el de la foto: fijate en su cabeza verde brillante, a veces incluso azulada, y en ese collar tan llamativo de su cuello. Su pico es amarillo, con la punta negra, y en el extremo de su cola aparecen dos curiosas plumas rizadas. Las hembras

son de muy discretas tonalidades parduzcas moteadas: el plumaje ideal para evitar a los depredadores cuando deban esconderse a poner sus huevos y después cuidar a sus patitos. Al echar a volar, tanto ellos como ellas muestran en cada una de sus alas una anchura zona de intenso brillo azul: de ahí su nombre.

Censos de aves acuáticas

¿Hay ánades azulones cerca de tu centro escolar? ¿Dónde? Si no es así, ¿hasta qué lugar deberías desplazarte para encontrarlos? Si los tienes cerca, prueba a intentar contar cuántos son. Ojo con no confundir los realmente salvajes con los patos domésticos, o con híbridos de ambos...

Todos los años, a mediados de enero, la Xunta de Galicia pone en marcha, en coordinación con el resto de Europa, un censo de las aves acuáticas invernantes en nuestra comunidad. En el de enero del 2022 se contaron 8.126 ánades azulones.

- **Para saber más.** Información sobre el ánade azulón en la web de SEO/BirdLife: <https://seo.org/ave/anade-azulon/>

asandovalrey@gmail.com es escritor y divulgador.

CONSULTORIO DE LA LOMLOE

¿Cómo evaluar con la nueva ley?

La Lomloe exige una evaluación planificada, que recopile información de forma metódica y con una metodología eficaz, como las rúbricas

FRANCISCO CANOURA

El artículo 14 de la Lomloe (la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre), estipula que «la evaluación del alumnado será global, continua y formativa, y tendrá en cuenta el grado de desarrollo de las competencias claves y su progreso en el conjunto de los procesos de aprendizaje». Partiendo del articulado de la nueva ley, nos podemos hacer la siguiente pregunta: ¿qué es evaluar?

En primer lugar ha de ser un proceso coherente y planificado, no se debe dejar nada al azar ni a la improvisación. Planificar una evaluación nos permitirá ser lo más objetivos posible como docentes y parte integrante e importante del proceso de enseñanza y aprendizaje.

La evaluación como proceso sistemático implica planificar y organizar. Desarrollar actividades para recopilar información de forma metódica, es decir, determinar lo que funcionará al planificar la evaluación, y al ser una evaluación formativa tendrán mucha relevancia los instrumentos utilizados para hacer esa valoración, por ejemplo, el uso de rúbricas, diario con anotaciones del profesorado.

No debemos alejarnos de la premisa de que estamos emitiendo un juicio y de que estamos realizando una valoración

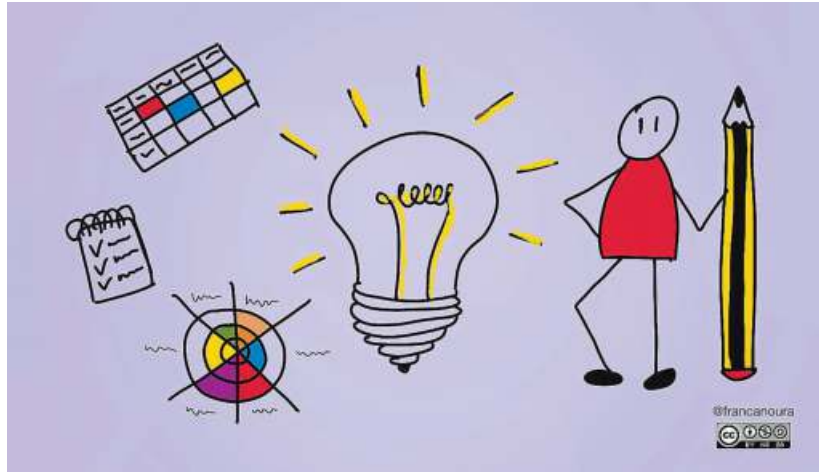


Ilustración: Fran Canoura

del progreso de nuestros alumnos. Al ser una evaluación formativa, tendremos que tomar decisiones pedagógicas, que no son solo una nota o parte de una nota. Esas decisiones son colegiadas y nos permitirán cambiar o subsanar y orientar el proceso de enseñanza alumno por alumno.

También debemos tener presente que evaluar implica tanto el proceso de aprendizaje como el proceso de enseñanza. Este punto integrado en todas las programaciones didácticas y de aula nos recuerda y no nos apar-

ta del principio de que enseñar implica que cada alumno aprenda o pueda aprender de forma diferente y a ritmos diferentes.

En definitiva, debemos siempre optimizar el proceso de enseñanza y aquí el profesor es el protagonista. Quien enseña tiene la misión de seleccionar lo que va a enseñar, contando con un tiempo determinado y normalmente más corto de lo deseado, y conseguir la mayor efectividad posible. Todo esto a través de la programación didáctica. La nueva ley recomienda hacer evalua-

ciones iniciales —tenemos que saber en qué punto están nuestros alumnos—, programar a través de criterios y utilizar situaciones de aprendizaje, aplicar lo aprendido para resolver una situación, un reto. No debemos olvidar que la Lomloe se centra en el aprendizaje competencial.

La semana que viene veremos de qué complementos al examen escrito disponemos para evaluar.

¿Tienes dudas sobre la ley? Manda tu pregunta a consultoriolomloe@prensaescuela.es

QUÉ PUEDES HACER

Santiago: charlas en el Peleteiro

El centro de educación infantil Dolores Ramos (que pertenece al CPR Peleteiro) celebra sus jornadas de educación infantil con charlas el 19 de enero (mañana), 16 de febrero, 16 de marzo y 20 de abril. En la primera hablará Patricia García, maestra, psicopedagoga y defensora de la creatividad. Sara Noguera, Marisol Filgueiras y David Bueno serán los siguientes. Es necesario inscribirse en la web del CEI Dolores Ramos en el apartado Jornadas.

Pontevedra: a imaxe persoal no Martín Sarmiento

O luns 23 e o martes 24 o IES Frei Martín Sarmiento (Pontevedra) celebra as súas Xornadas de Imaxe Persoal, que se desenvolverán de mañá e tarde. Inclúe relatorios de cada unha das profesións do sector, a actualidade técnica e a testemuña de antigos alumnos. Dende o centro animan a outros institutos de FP a participar e intercambiar experiencias.

SISTEMAS EDUCATIVOS FRANCIA

Vacaciones cada poco y adiós a los miércoles

BELÉN ARAÚJO

Aunque el sistema francés es bastante similar al español, todos los países tienen sus diferencias. La escuela infantil, o *maternelle*, no es obligatoria, pero sí está generalizada, y empieza a los 3 años; la etapa obligatoria comienza a los 6, con la escuela primera, o *élémentaire*, y dura cinco cursos. La secundaria obligatoria se imparte en los *collèges* y dura cuatro cursos, hasta los 15 años; de ahí, pueden pasar a los *lycées*, donde estudiarán durante tres cursos, bien la opción general (hacia la universidad), bien la tecnológica (escuelas superiores técnicas) o la profesional (FP), aunque si se aprueba todo y se quiere ir a la universidad, también se puede.

El currículo es similar al nuestro, pero con una materia de una hora a la semana en toda la etapa obligatoria: Educación Cívica y

Francia frente a Galicia

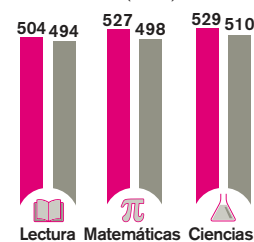
Totál de alumnos en la enseñanza obligatoria

Francia **8.333.487**
Galicia **224.961**

Cursos

Primaria	5	6
Sec. básica	4	4
Sec. superior	3	2

Informe PISA (2018)



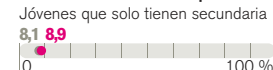
% del PIB en educación



Índice Gorard



Abandono escolar temprano



Centros de titularidad pública
En porcentaje



I.L.P.B.

Moral, que enseña los valores de libertad, igualdad y fraternidad.

El sistema educativo francés es conocido por tener muchos periodos vacacionales. Y aunque en realidad tienen las mismas semanas lectivas que nosotros (36), sí que se reparten de

forma diferente. Además de las vacaciones de verano (que son más cortas que las nuestras), los franceses tienen dos semanas libres cada seis semanas de clase. Para que no todo el país coja vacaciones a la vez, Francia se divide en tres partes

Finalmente, la mayoría de escuelas francesas de infantil y primaria cerraban los miércoles o tenían un horario más corto (que compensaban con clases los sábados o con ampliación horaria entre la semana). Pero al Gobierno no le convenía este sistema

y en el 2018 recomendó que las escuelas adoptasen un modelo más convencional: de lunes a viernes. La mayoría cedieron o, al menos, decidieron impartir clases los miércoles por las mañanas, pero quedan centros con las atípicas jornadas de los miércoles.

ESCOLA DE COCIÑA

É o mesmo o raxo que a zorza?

Alumnos de segundo curso do ciclo superior de Dirección de Cociña do CIFP Carlos Oroza (Pontevedra) resollen as dúbidas que xorden na cociña

L. G. V.

Os galegos convivimos desde sempre cos pementos de Padrón e co raxo. E con todo, as dúbidas ao redor de produtos tan habituais na dieta atlántica non deixan de aflorar. Os alumnos do segundo ciclo superior de Dirección de Cociña do CIFP Carlos Oroza, tutorizados polo profesor do módulo de Xestión da Producción na Cociña, Ricardo Fernández Guerra, contestan esas preguntas que moitos temos cando metemos un pé na cociña.

Son saudables as gulas?

As gulas forman parte do grupo dos alimentos de quinta gama, polo que se trata dun elemento procesado que está composto de múltiples ingredientes diferentes que se venden aos consumidores listos para inxerir. Dende o punto de vista da seguridade alimentaria esta está máis que garantida. Outra cousa moi diferente é que consideremos as gulas como un produto natural. Na nosa opinión, non se trata dun produto que debamos consumir con demasiada frecuencia, tendo en conta a súa composición, na que entran, entre outros elementos, proteínas de peixe, aceites, fariñas, soia, albuminas, aro-



Arriba, o raxo; debaixo, a zorza crúa. O raxo faise con tiras de lombo de porco e leva un adobo de allo e aceite e, se cadra, algo de pementa; a zorza, en cambio, pode ter outras partes do animal, as mesmas coas que se fan os chourizos, e leva pemento como acompañante principal. Mentres que o raxo se presenta con patacas, a zorza é normal servirla soa. Foto: J. M. Orriols / Fabrisa

é imprescindible comprobar que esta se atopa completamente seca, sen restos de auga ou humidades. Moitas veces non nos damos conta de que a tixola está mollada cando engadimos o aceite. Entón a poñemos ao lume e a auga tende a ferver e provoca que o aceite salpique. Por outra banda, tamén é necesario que os alimentos que vaíamos cocinar non estean húmidos ou, noutro caso, podemos enfariñalos antes de fritilos ou cocíñalos.



mas varios, potenciadores do sabor, estabilizantes e correctores de acidez.

É o mesmo o raxo que a zorza?

O raxo e a zorza diferéncianse

fundamentalmente en dous aspectos: por unha banda, o tipo de carne que levan e, por outra, o adobo utilizado. No raxo, normalmente se emprega a cinta do lombo, ás veces cortada en porcións cadradas e adobada con allo e aceite e un pouco de pementa. Na zorza pódense usar recortes doutras partes do animal trala matanza, é dicir, o que se utiliza para confeccionar os chourizos, e leva pemento. Acostúmase a comer soa, salteada en aceite e como prato principal ou petisco nas comidas.

Pódese evitar que salte o aceite na tixola?

Para evitar que o aceite salpique na tixola cando se pon ao lume

Cando está unha peituga de pito non seu punto?

Existen varios factores a ter en conta para que non quede excesivamente seca: para comezar atenderemos á temperatura da prancha ou da tixola, que non deberá estar moi quente, xa que queimaría o filete por fóra e deixaríalo cru por dentro; polo contrario, tampouco pode estar baixa de temperatura, xa que coceríamos o filete.

Para saber cando está no seu punto podemos apertar lixeiramente cun dedo o filete despois de darlle a volta na tixola: se este recupera lentamente a forma, iso indicanos que está no seu punto. Os filetes deben ter dous centímetros de ancho.

PRÁCTICAS DE ÉXITO

Contos feitos na clase para alegrar aos nenos ingresados

Un proxecto do colexio Compañía de María coruñés

OLGA SUÁREZ

Un dos temas que ten que estudar o alumnado de primeiro da ESO na materia de Lingua Galega é o texto cotián, é dicir, coñecer as diferenzas entre os distintos tipos de escritura como cartas, contos, correos electrónicos... Hai tres anos, Sabela Moralejo Naveira, profesora do colexio Compañía de María da Coruña, estaba a pensar en como tratar este tema doutro xeito e tentar que os seus alumnos transformasen algo na sociedade, esa metodoloxía chamada aprendizaxe-servizo. Así, xunto co departamento da biblioteca do centro, deseñou unha iniciativa solidaria que enlaza aos seus alumnos cos nenos ingresados en oncoloxía no Hospital Teresa Herre-

ra (o espazo materno-infantil do Chuac) da Coruña.

Chámase CompaContos e este é o cuarto ano que se fai. O primeiro foi presentar o proxecto á directora do centro e despois consultaron co departamento de humanización do hospital. Tras un tempo de espera, obtiveron a resposta positiva e puideron poñelo en marcha.

Durante o horario lectivo, ao longo do curso os alumnos crean un conto personalizado para cada un dos nenos hospitalizados, cunha historia inventada por eles mesmos na aula e ilustrado con vistosos debuxos. Cando o material está rematado, envíanlo como agasallo. «O obxectivo é que os nenos gocen lendo, xogando, divertíndose, porque pasan moi-

to tempo no hospital», explican os creadores do proxecto.

Pero para iso o primeiro paso é ter a información coa que construír cada relato. Así, crearon un formulario en liña que as familias dos nenos hospitalizados deben cubrir para coñecer un pouco os seus gustos, o número de irmáns, o superheroe favorito... E tamén cun debuxo para que eles podan pintalo e participar no traballo. Con toda esta información, xa na aula os alumnos elaborarán o texto e o debuxo. Unha vez rematado, envíanlo a Laura, que se encarga da ciberaula do hospital. «Cando os recollen gústanos que os lean eles mesmos, porque para nós o máis importante é velos contentos e facerlles sorrir», comenta un dos participantes.



Tres dos contos elaborados polos alumnos o ano pasado.

A elaboración dos primeiros contos desenvolveuse ao longo do curso 2018-2019 e chegaron ao seu destino como agasallo de Nadal. Esa entrega foi especial, porque tres representantes da aula acudiron ao hospital para entregar o traballo e puideron coñecer aos protagonistas do segundo envío de CompaContos. Máis tarde, a profesora da aula do hospital acudiu ao colexio

para dar unha charla sobre como é a educación durante a estancia hospitalaria. «O obxectivo en todo momento foi conseguir un sorriso dos nenos da planta de oncopediatría, polo que argallaron con ilusión o plan», explica Sabela Moralejo, un plan que agocha a creenza real dos seus alumnos de que con este conto conseguirán curar dalgunha forma aos meniños do hospital.

¿TIENES UN PROBLEMA?

Cómo puedo aprovechar mejor el tiempo libre del que dispongo

No es lo mismo el espacio que queda tras las actividades obligatorias del día que el ocio de los fines de semana y las vacaciones

CRISTINA CAMPOS

Las vacaciones de Navidad se me han hecho cortas, siento que no he tenido tiempo para hacer todo lo que quería. ¿Cómo puedo hacer para sacarle más partido a mi tiempo libre?

Volvemos a la rutina con la sensación de que los festivos se nos han pasado volando y además nos han quedado muchos, muchísimos planes por el camino. Y es que algo similar nos pasa durante el resto del año, que los viernes se convierten en una cuenta atrás y cuando nos damos cuenta es lunes de nuevo.

Si queremos sacar mayor partido a los fines de semana es importante diferenciar entre tiempo libre y tiempo de ocio.

El tiempo libre es el restante después de haber cumplido con nuestras obligaciones y tareas: trabajo, clases, deberes... El tiempo de ocio lo dedicamos a actividades de las que disfrutamos, es tiempo recreativo y de entretenimiento: ir al cine, hacer deporte, leer, salir con amigos...

Entonces cualquier actividad que realice en mi tiempo libre y me entretenga es ocio? Para que así sea existe un último requisito: que cumpla con las tres D:

■ **Descanso:** que me sume energía, que no me la reste.

■ **Diversión:** que me satisfaga



Acudir a un taller, por ejemplo, de cocina, puede cumplir con las tres D. Foto: Mónica Irago

y que disfrute de verdad.

■ **Desarrollo personal:** que aporte algo a mi desarrollo, por aprendizaje, vivencia...

No es lo mismo cine que sofá

Cuando vamos al cine a ver una película estamos planificando nuestro ocio. En cambio, si encendemos la tele y vemos lo que nos proponen y al acabar la película nos quedamos en el sofá indefinidamente, estamos ocupan-

do nuestro tiempo libre. De esta manera el tiempo vuela, pero nuestra necesidad recreativa no está cubierta: es ahí donde suele estar el problema.

Os propongo plantear el ocio como una inversión, pues si pensamos en los planes que nos satisfacen y con los que más disfrutamos, podemos sentir cómo se recarga nuestra energía, cómo nos llenamos y renovamos emocionalmente.

Sin embargo, si lo entendemos como una lista de obligaciones sociales, o dejamos que sea el azar el que tome la decisión por nosotros, comenzaremos cada semana con la batería baja y la sensación de haber perdido el tiempo.

Cristina Campos es educadora infantil y directora de ocio y tiempo libre, así como colaboradora del gabinete Catemo.

ENTRÉNATE

Organización. Debes visualizar el tiempo que tienes y reflexionar sobre él

Lo primero es saber. Una buena organización será clave para definir de cuánto tiempo libre disponemos y cómo queremos utilizarlo.

Haz un horario

Este horario refleja cada día aquellas actividades que te ocupan (trabajo, clases, desplazamientos, comidas, etcétera). Asegúrate de tener cubiertas tus necesidades de sueño y descanso.

Tiempo perdido

Fíjate en los detalles y localiza los momentos «consumidores» de tiempo: cada acción o tarea, por pequeña que sea, requiere cierto tiempo, no los minusvalores, tenlos en cuenta. Intenta ser realista con tu horario, ajustando los minutos si es necesario.

¿Qué me apetece?

Conócete a ti mismo, es indispensable responder con sinceridad

a la pregunta: ¿qué me apetece realmente? Toma decisiones conscientes sobre en qué empleas tu tiempo, y no lo hagas por lo que se lleva o hacen los demás.

Prioridades

Establece prioridades: tu ocio merece toda tu atención y dedicación. Cuando realices alguna actividad asegúrate de estar presente y no tener la mente en otro asunto.

Comparte

Organiza y comparte tus actividades: aprovecha para explorar nuevas experiencias con las personas que te rodean.

La planificación te ayudará a aprovechar mejor tus fines de semana, pero recuerda que disfrutar del momento presente, hagas lo que hagas, será lo que marque la diferencia de tu semana y te dará la sensación de haber aprovechado muy bien el tiempo.

EN MANDILONES

Borrascas como tú uuuuu

ANA ABELNDA

No hay borrasca Gerard que supere la canción y eso que mira qué pega el temporal. Pero no durará ni facturará como un temazo en este plan de los de ahora, de los que tumban y empapan, de los que tragas sin tiempo de masticar bien. «Tipos como tú uuuuu» no suena mal. Otra cosa es toda la letra y la gente que hay detrás. Tanto desamor. Shakira se tira en plancha como una despechá, ¿le pasará factura? Si es así, seguro que hará una canción o tres más.

Es una de esas pocas veces que mi hija mayor y yo cantamos la misma canción. El temazo nos sienta en el mismo vagón del tren de borrascas de la adolescencia. ¿La adolescente soy yo? Este temporal me dobla el paraguas y la moral, soy débil ante el amor. Mi hija y yo parece que tenemos a veces la misma edad. Ella quiere ir, claramente, donde van todas sus amigas; si digo a sale por b, aparta los besos que le doy, y las pocas palabras que me da son chicle, se pegan entre ellas y se me pegan como esta versión Shakira de *La guerra de los Rose*. «Mamá, eres curiosa. No rara, eh, curiosa», me dice. Y yo sonrío como cuando te llaman riquiña, resultona, estilosa... para aclarar que lo que quieras menos guapa. Cualquier cosa mejor que sentirse Rolex, ¿no? ¿O voy (en Twingo) pa'trás?

Mi hija de 7 también canta. Canta, sobre todo, esa frase de «Las mujeres no lloran, las mujeres facturan», que me encanta y espanta a la vez. Yo lloro si quiero, ilo bueno que es! Las mujeres lloran y facturan. Muchas mujeres que conozco lloran cuando les va bien, o cuando no pueden más, como otras muerden o van a la piel. Mejor llorar que matar y padecer. Pero está mejor visto facturar que querer. ¿Empoderarse era esto?

Con el mazo dando, voy cantando a Shakira, entre borrascas como tú uuuu, pensando que ojalá el amor nos hiciera perder la cabeza como el poder. Pero no lograríamos 14,4 millones de streams en 24 horas. Para un adolescente, esto es el éxito, claramente, ¿no?



Una educación de calidad empieza con una buena información

Apúntate ya a los dos boletines semanales de educación

Toda la actualidad gallega y nacional / Estudios e informes / Novedades legislativas / DOG, BOE y avisos

La Voz de Galicia 140 años
140 años cumpliendo con Galicia



O DÍA DE MARTIN LUTHER KING O home que tiña un soño sinxelo

MARÍA BALLESTEROS

As veces as cousas máis obvias mellan tan extraordinarias como unicornios. Cousas, por exemplo, como o soño daquel home, Martin Luther King: soñou con que un día no estado de Alabama (Estados Unidos) «cativos negros e cativas negras» serían quen de «unir as súas mans con cativos brancos e cativas brancas como irmáns e irmás». Fácil, non? Se tiña ese soño era porque daquela en Alabama, como noutros territorios do seu país, había leis que se baseaban na idea de que unha persoa de raza negra valía menos ca unha de raza branca. Xunir esas mans non era fácil, non.

Martin Luther King naceu na cidade de Atlanta (Georgia) en 1929 e pasou a súa vida, que foi curta —asasinárono aos 39 anos—, loitando por que nos EE.UU. se recoñecesen os dereitos das persoas negras como el. Quería que aos seus catro fillos se lles xulgase pola súa personalidade, por quen eran e como actuaban, e non po-



PILAR CANICOBA

la cor da pel. Algo moi básico tamén, si: o que calquera quere para si mesmo e para os seus.

Cando Martin Luther King contou aquel soño, estábano escoitando 250.000 persoas. Foi en Washington en 1963, e aquel home soñador e pacifista era xa moi famoso. De feito, ao ano seguinte daquela discurso, hoxe célebre, déronlle o Premio Nobel da Paz. Dúas décadas máis tarde, en 1983, EE.UU. decidiu dedicar o tercei-

ro luns de xaneiro a conmemorar a súa figura e a súa loita, que, como sabedes, aínda non rematou. O racismo, naquel lado do océano e neste, segue vivo, malia que sobre o papel, nas leis e nas constitucións, todos e todas sexamos recoñecidos como iguais.

Antes de ser escoitado por miles de persoas e respectado por millóns, Martin Luther King xa demostrara que o mundo muda desde o pequeno, desde o básico,

desde o obvio. Fíxoo, por exemplo, cando contribuíu a transformar un xesto nunha revolta.

Daquela só tiña vinte e tantos anos, era un pastor (algo así como un sacerdote) protestante en Montgomery (Alabama) e o xesto nin sequera o fixo el. Foi unha muller, Rosa Parks, que o 1 de decembro de 1955, cando ía nun autobús público, negouse a cederlle o asento a un home branco. A lei obrigábaa a facelo porque os brancos tiñan reservada a parte dianteira dos buses e os negros debían ir na de atrás, pero ela, cansa e farta, seguiu sentada.

Por aquel xesto acabou en prisión e o seu encarceramento converteuse no detonante do cambio. Martin Luther King promoveu un boicot ao transporte público daquela cidade que un ano despois tivo unha consecuencia obvia e, ao mesmo tempo, extraordinaria: o Tribunal Supremo dos EE.UU. (o noso Constitucional) declarou inconstitucional a segregación racial no transporte.

OS OUTROS DÍAS DE

Abrazo

Un novo significado. O 21 de xaneiro de 1986 celebrouse por primeira vez este día. Foi en Michigan (Estados Unidos) por iniciativa dun cidadán, Kevin Zaborney, que estaba preocupado polas poucas mostras de afecto que a xente se dedicaba en público. Ata hai un tempo, podía semellar unha conmemoración un pouco melindrosa e até friki. Non obstante, cando chegou a pandemia e perdemos durante moito tempo o contacto físico coa xente que queremos, dar e recibir abrazos volveuse un xesto con moitos afeccionados que se cadra nestes tempos de normalidade non deberíamos perder.

Croqueta

Un pracer cotián. Aínda que a idea de dedicar unha xornada mundial a esta delicia cotiá se puxo en marcha para promover un restaurante, non hai dúbida de que a croqueta, que ten orixe francesa e da que se ten o primeiro rexistro histórico en 1817, ten méritos abondo para ser celebrada unha vez ao ano e degustada cando haxa oportunidade. Unha boa croqueta sempre é un acerto.



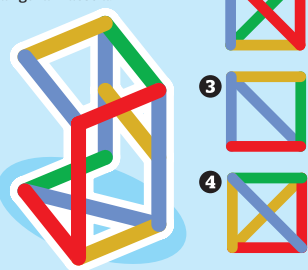
DESAFÍOS DEMENTE!

por Agustín Fonseca (pasatiempos.ijlab.es)

Reto Nº. 1

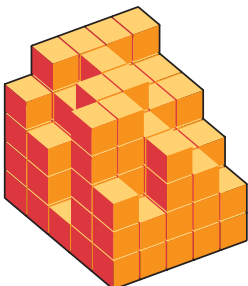
PUNTO DE VISTA

► Indica cuál de las imágenes de la derecha se corresponde con la vista superior de la figura maestra.



Reto Nº. 2 CUENTA CUBOS

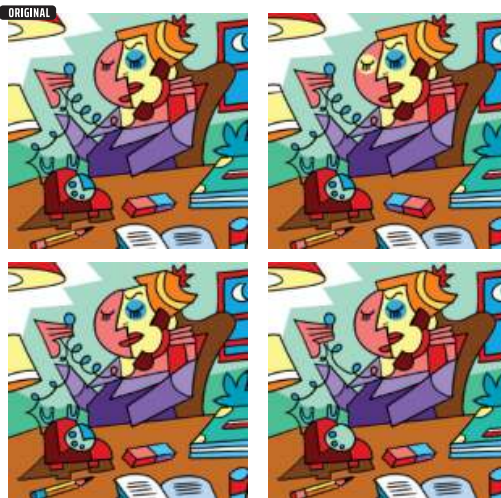
► ¿Cuántos cubitos faltan para completar un gran cubo de 5x5x5 cubitos?



Reto Nº. 3

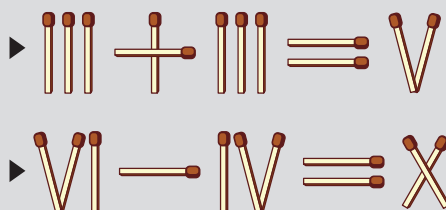
CUADROS FALSIFICADOS

► Un falsificador de arte ha intentado reproducir una obra cubista, pero en cada intento ha dejado 4 diferencias respecto a la obra original.



Reto Nº. 4 ROMANOS ENCENDIDOS

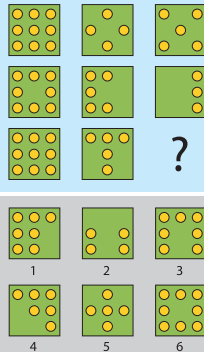
► En cada ecuación agrega un solo fósforo para que el resultado se vuelva correcto.



Reto Nº. 5

SHERLOCK

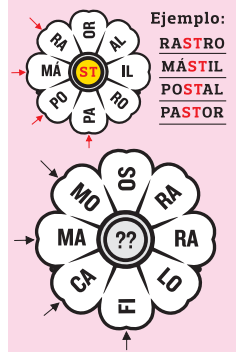
► ¿Cuál de las figuras, numeradas del 1 al 6, es la que continúa la serie en la posición de la interrogación?



Reto Nº. 6

FLOR DE PALABRAS

► Coloca dos letras en el centro de la flor de manera que, con las existentes, se puedan formar cuatro palabras.



¿Sabías que...?

Existe una palabra para designar a alguien que opina sobre algo de lo que no sabe nada. Un «ultracrepidario» es alguien que opina más allá de sus conocimientos.

Reto Nº. 7

HEREDADAS

► Cada rosca esconde una palabra que se puede leer en el sentido de las agujas del reloj o al revés. Cuando resuelvas la primera de la izquierda, traslada la letra nueva a la casilla de la siguiente rosca indicada por la flecha y así sucesivamente con las demás.

