



www.cch-oriente.unam.mx

ORIENTE

ÓRGANO INFORMATIVO DEL PLANTEL ORIENTE • SEXTA ÉPOCA • NÚM. 817 • 25 DE ENERO DE 2016

INFORMA

Reconocimientos a los ganadores de la 5ª Olimpiada Universitaria del Conocimiento



Compromiso, disciplina y constancia, claves del éxito

3

ENSEÑANZA APRENDIZAJE

Curso propedéutico para carrera de medicina y afines



4

ENSEÑANZA APRENDIZAJE

Los peligros de la red: Grooming



6 y 7

DIRECTORIO



RECTOR

DR. ENRIQUE LUIS GRAUE WIEGHERS

SECRETARIO GENERAL

DR. LEONARDO LOMELÍ VANEGAS



DIRECTOR GENERAL DEL CCH

DR. JESÚS SALINAS HERRERA

SECRETARIO GENERAL

ING. MIGUEL ÁNGEL RODRÍGUEZ CHÁVEZ



DIRECTOR

LIC. ARTURO DELGADO GONZÁLEZ

SECRETARIA GENERAL

LIC. EDITH CATALINA JARDÓN FLORES

SECRETARIO ACADÉMICO

MTRO. JOSÉ DE JESÚS MONCAYO SAHAGÚN

SECRETARIO ADMINISTRATIVO

LIC. JOSÉ LUIS SÁNCHEZ VARELA

SECRETARIO DOCENTE

LIC. VÍCTOR DAVID JIMÉNEZ MÉNDEZ

SECRETARIA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR

LIC. NORMA CERVANTES ARIAS

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
landerosso@hotmail.com

EDITORIAL

Alumnos y alumnas comprometidos con su aprendizaje

¿Cómo sé es triunfador en la vida y en nuestro entorno educativo? Pregunta complicada de asimilar, si consideramos que cada uno de los que integramos esta comunidad, tenemos capacidades y necesidades diferentes, pero que necesariamente van con el mismo objetivo; es decir, ser mejor y potenciar todas nuestras capacidades para ser exitoso en los estudios y en la vida diaria.

En una ceremonia de reconocimiento a jóvenes triunfadores de este centro educativo, se resaltó que “las victorias no solo se obtienen en las canchas o los estadios, ni solo se entrena en los gimnasios; también se practica con libros de texto, se ensaya frente a un pizarrón y se compete con el intelecto”, tal como lo hicieron los ganadores de medallas en la 5ª edición de la Olimpiada Universitaria del Conocimiento, quienes con base en una preparación rigurosa alcanzaron logros universitarios de trascendencia.

Para alcanzar esos triunfos, sin duda, los estudiantes cecehache-

ros estuvieron comprometidos con sus estudios, con la disciplina que exige una competencia universitaria, pero fundamentalmente por el gusto y el placer de apropiarse de conocimientos más allá de su formación en el aula o el laboratorio.

Todo eso demuestra que en el Colegio de Ciencias y Humanidades se cumple con la encomienda de ofrecer una educación de calidad, a partir de la relación y compromiso entre las alumnas y los alumnos con la planta docente, con el fin de alcanzar mayores aprendizajes y, consecuentemente, triunfos que enaltecen la labor educativa de nuestro plantel.

Por ello, una felicitación a los ganadores de este certamen, quienes están comprometidos con su aprendizaje y, al mismo tiempo con la Universidad, que exige de ellos una preparación acorde a las exigencias de la sociedad actual, a partir de la adquisición de conocimientos en las aulas del Colegio, que los llevará, indudablemente, a trascender en su formación profesional y para la vida. 📖



ENSEÑANZA APRENDIZAJE

■ La colaboración maestro-educando rinde resultados positivos

Alumnos medallistas en la 5ª Olimpiada Universitaria del Conocimiento



Las victorias no sólo se obtienen en las canchas o en los estadios, ni sólo se entrena en los gimnasios; también se practica con libros de texto, se ensaya frente a un pizarrón y se compete con el intelecto, como se demostró durante la pasada 5ª Olimpiada Universitaria del Conocimiento 2015 Bachillerato, donde alumnos del Plantel Oriente tuvieron un destacado papel al conseguir una medalla áurea, dos platas y un bronce.

Durante una breve ceremonia realizada el pasado 19 de enero en la sala de juntas de la dirección, se reconoció a los jóvenes ganadores: Diana Hernández Portilla y Saúl Esquivel Gaya, quienes obtuvieron la medalla de oro y plata en Geografía, respectivamente; Edwin García Benítez, medalla de plata en Biología, así como Miguel Ángel Anaya López, quien obtuvo bronce en Química. Además, se alcanzaron menciones honoríficas en Filosofía con Leonardo David Lima Valdéz y Erick Gerson Nájera Roa en Física.

Jóvenes estudiosos, responsables, disciplinados e inquietos, no ocultaron su emoción por el logro obtenido y externaron su alegría. Diana Hernán-

de apoyado en la cooperación entre maestros-alumnos, repercute en la excelente preparación de los estudiantes.

Asimismo, se entregaron reconocimientos a los profesores Irene María García Pérez, Cecilia Espinosa Muñoz y Jesús Macario Ávila Alanís, quienes asesoraron a los jóvenes en las materias de Geografía, Química y Biología, respectivamente, así como a la maestra María Teresa González Sánchez, del comité local organizador de la Olimpiada.

Al momento de tomar la palabra, las profesoras coincidieron en señalar que los principios del Colegio dan frutos con educandos exitosos en sus estudios, capaces de superar diversas pruebas y con la habilidad para construir conocimientos, resolver problemas, aprobar exámenes de conocimiento y analizar textos, entre otras actividades.

Cabe agregar que en esta ceremonia también estuvieron presentes Maximiano Espina Miranda, secretario Auxiliar de la Dirección, José de Jesús Moncayo Sahagún, secretario Académico y Óscar Espinosa Montaña, responsable de Asuntos Estudiantiles, además de Tania Romero López, responsable del Programa de Jóvenes Asesores del plantel, quienes reiteraron las felicitaciones y exhortaron a los jóvenes a seguirse preparando para enaltecer a la Universidad. 📖

dez afirmó que participar en la Olimpiada fue una gran experiencia, pero que lo más importante fue conseguir buenos resultados, pues ello pone en alto el nombre del plantel. En tanto, Saúl Esquivel destacó el aprendizaje adquirido y que a pesar de los sacrificios, valió la pena el esfuerzo por el orgullo de haber logrado una medalla.

Por su parte, Edwin García, quien también es integrante del programa Jóvenes Asesores de esta escuela, aseveró que se ha demostrado que la escuela forma estudiantes comprometidos con la Universidad y el país, y que su nivel educativo no demerita frente a otras escuelas. Finalmente, Miguel Ángel Anaya resaltó el nivel de exigencia de la competencia lo que obliga a estudiar más para obtener conocimientos más complejos.

En su momento, el director de este centro educativo, Arturo Delgado González, felicitó a los triunfadores y afirmó que en el CCH la educación es de calidad, además de fomentar en los alumnos la autonomía, la libertad de pensamiento y el autoaprendizaje, lo cual,



■ Programa introductorio extracurricular 2016 para los aspirantes a la carrera de medicina y afines

Curso vanguardista para los futuros profesionales del área de la salud

Una vez más, el Plantel Oriente reafirma su posición de vanguardia en la formación de los jóvenes al dar inicio el "Programa introductorio extracurricular 2016 para los aspirantes a la carrera de medicina y afines", pues es el único CCH donde los alumnos que están próximos a seleccionar carrera en las áreas de la salud, biología, veterinaria, entre otras, adquieren los conocimientos básicos de estos campos, lo cual, junto al compromiso y la disciplina, serán los cimientos de profesionistas exitosos.

Durante la inauguración de este curso, realizada el pasado 18 de enero, Arturo Delgado González, director del plantel, comentó que dicha actividad tiene dos objetivos. En primer lugar, permite que los alumnos descubran si su vocación por estas áreas profesionales es firme o, por el contrario, si no se cumple con sus intereses académicos y formativos están a tiempo para seleccionar otra carrera que cumpla con su perfil.

En segunda instancia, aseveró, los alumnos adquirirán los conocien-

tos indispensables que precisarán en su formación de la licenciatura. De esta forma, desde el bachillerato se les dota con los saberes y los fundamentos para que sus estudios profesionales se lleven a cabo sin dificultades, además de dotarlos con los valores y ética que todo profesional debe tener.

Por su parte, Lily Apolonia Quevedo García, organizadora del programa junto con Sergio Quevedo Bonilla, Mar y Sol Quevedo García y Guadalupe Ortiz Vargas, comentó que es el quinto año que se realiza y que en cada ciclo se ha incrementado el número de estudiantes inscritos, así como el índice de quienes lo concluyen satisfactoriamente.

En este curso, aseveró, abarcan temas con alto índice de reprobación en las facultades, por ello se les proporcionan fundamentos básicos para que los alumnos lleguen mejor preparados. Tiene un carácter teórico práctico, donde se conjuntan las ponencias y exposiciones junto con actividades en el Sistema de Laboratorios para el Desarrollo y la Innovación (Siladin). Algunos de los contenidos que se estudiarán son anatomía, histología, bioquímica, medicina forense, inmunología, además de prácticas de asepsia y puntos de sutura, entre otros, durante todo el semestre en sesiones que se llevarán a cabo los lunes y viernes.

En su momento, Tomas Nepomuceno Serrano, secretario Técnico del Siladin, comentó que el Laboratorio de Ciencias cuenta con la infraestructura y herramientas para llevar



a cabo las prácticas necesarias en este curso, pues está equipado con la tecnología e instrumental necesarios y modernos para garantizar un aprendizaje significativo y para que sea una experiencia enriquecedora.

Finalmente, Víctor Rafael Zárate Ramírez, jefe de LACE del plantel, felicitó a los jóvenes por su interés por formarse mejor y su preocupación por su futuro, y los conminó a aprovechar los recursos que la Universidad les ofrece para su mejor aprendizaje, diseñados para descubrir y fomentar la vocación científica, por lo que invitó a los alumnos a hacer buen uso del equipo y a cuidarlo.



Expresión teatral en el plantel

Una casa de huéspedes, homicidios y un asesino por descubrir, fueron los ingredientes de la obra teatral "La ratonera" de Agatha Christie, la cual se presentó en el cierre del semestre pasado ante una audiencia cautivada por el suspenso de este clásico dirigido por el profesor Salvador Regalado Baeza.

Mediante una escenografía que recreaba una estancia con una mesa



y chimenea, los jóvenes actores representaron el misterio escrito por la maestra de la novela policiaca, cuyo estreno fue en 1952 en el Theatre Royal de Nottingham, y que los cecechacheros pudieron disfrutar al mismo tiempo que enriquecían su formación con esta actividad artística.

Asimismo, se presentó la versión teatral de "El rey León", donde se narra la historia de Simba y su lucha por recuperar el reinado que le fue arrebatado por una traición de su tío Scar. En primer lugar fue una película de animación y después se adaptó para el teatro en un musical, está basado en el clásico de Shakespeare, "Hamlet".

Esta obra, estrenada originalmente en Broadway en 1997, en esta ocasión fue dirigida por Israel Adrián Gutiérrez Osorio y contó con 22 actores y coreógrafos en escena.

Dichas representaciones fueron exhibidas en la sala 2 de audiovisual de la escuela y fue organizado por el departamento de Difusión Cultural, así como Salvador Regalado, profesor del Taller de Teatro y Teatro Psico-dramático.



COMISIÓN ESPECIAL DE EQUIDAD DE GÉNERO DEL H. CONSEJO UNIVERSITARIO

Atención alumnas y alumnos:

La Comisión Especial de Equidad de Género del H. Consejo Universitario (CEEG) te proporciona los datos de contacto con la Unidad para la Atención y Seguimiento de Denuncias dentro de la UNAM (UNAD), la Oficina del Abogado General (OAG), la Defensoría de los Derechos Universitarios (DDU) y el Programa Universitario de Estudios de Género (PUEG).

DENUNCIA

Unidad para la Atención y Seguimiento de Denuncias dentro de la UNAM (UNAD)

T. 56 22 63 78 ext. 48063
dentro de la UNAM

Oficina del Abogado General

01-800-ABOGRAL (2264725)

01800abogral@unam.mx
<http://www.abogadogeneral.unam.mx>

INFÓRMATE

Defensoría de los Derechos Universitarios
01 55 5622 6220

Programa Universitario de Estudios de Género
<http://www.pueg.unam.mx/>



Loading... - Windows Internet Explorer provided by Accenture

Address bar: [URL] Certificate Error

EL LADO OSCURO DE INTERNET: GROOMING PRIMERA PARTE

Por: Jimena Andrea Gómez Fragua [SS.]

Sabemos que la aparición de Internet y el auge de las tecnologías de la información y la comunicación han cambiado la forma en cómo nos relacionamos, aprendemos y nos desenvolvemos en cualquier lugar. Estamos enterados también que una ola de peligros y amenazas nos acechan en el ciberespacio, y corremos peligro y podemos ser fácilmente timados o violentados pues, hoy más que nunca, el acceso a datos personales y la propagación de los mismos está a tan solo un click.

Una de las formas de acoso más comunes en la Web es el ciberbullying, un tipo de intimidación que se genera dentro del ambiente escolar y se vale de las redes sociales, blogs y diversas plataformas en línea para hostigar a otra persona; regularmente, la víctima y el agresor se conocen y conviven de cerca, ello posibilita la toma de fotografías o videos, que posteriormente serán difundidos para humillar y dañar la imagen de la víctima en cuestión. Si bien el ciberbullying es el fenómeno más conocido, no es la única amenaza.

Cada vez más nos enteramos o conocemos casos de secuestros, desapariciones y ataques sexuales, cuyo antecedente en común está ligado a las redes sociales; pero no todas las formas de operar son iguales, aunque sí similares. En este momento, tú podrías estar siendo víctima de algún tipo de abuso en Internet y no lo sabes. ¿Has escuchado hablar acerca del grooming? ¿Qué tanto conoces sobre el sexing, o la cada vez más popular trata virtual? Descubre en qué consisten estos peligros de la red y cómo puedes prevenirlos.

GROOMING

Se conoce como "cortejo" o grooming (por su nombre en inglés), al juego psicológico que facilita el abuso; es un fenómeno relacionado con el acoso de tipo sexual que afecta principalmente a niños y jóvenes menores de edad, debido a la vulnerabilidad que las potenciales víctimas presentan. Se produce cuando un adulto se hace pasar por un menor y se apoya de las redes sociales para entablar relaciones con evidentes fines sexuales.

¿CÓMO SE DESARROLLA EL GROOMING?

- 1** Encuentro. Los acosadores y pedófilos en el mundo real, frecuentan parques y centros comerciales para localizar a sus víctimas, regularmente menores de edad y se sienten atraídos por regalos y objetos materiales. En el caso del mundo virtual, el encuentro es de lo más sencillo, pues se da a través de las redes sociales. Basta aceptar la solicitud de amistad de alguien que no conoces para poner en peligro tu seguridad. Recuerda que construir un perfil falso con fotografías robadas no es tan difícil.
- 2** Compartir intereses. El abusador tiene acceso a tus gustos, lugares que frecuentas, intereses, personas cercanas a ti y toda aquella información que compartes en línea, por eso sabe exactamente de qué y cómo hablarte. Así, le es sencillo comenzar a entablar una "amistad" contigo.
- 3** Ganar confianza. Busca caerte bien para lograr una comunicación constante. Apoya tus ideas y te muestra apoyo incondicional. A estas alturas del ciclo, ya puedes considerarle un verdadero amigo.
- 4** Obtener secretos. Nunca los pedirá abiertamente, pues no pretende que tú comiences a sospechar de sus preguntas, por eso inventa secretos propios en espera de que la víctima, en un acto de solidaridad, le comparta también los suyos. Confesiones que luego serán usadas para el chantaje...
- 5** Romper barreras de resistencia. La confianza es tal que puedes llegar a confundir tus sentimientos hacia esa persona. En este punto se establecen nuevos parámetros y fronteras: muestra su verdadero interés y comparte contigo material explícito con la intención de que lo consideres algo "normal" pues viene de alguien "conocido".
- 6** Amenazas. Éstas, no precisamente son violentas, pero se emplean para convencer a su víctima de tener un encuentro real. El acosador tiene mucha información privada tuya, incluso de tu familia, que no dudará en difundir si te niegas a sus peticiones.
- 7** Encuentro físico: En este punto se realiza el abuso y es probable que se vuelva a repetir. 73% de los menores que sostuvieron relaciones de tipo sexual en el primer encuentro físico con su acosador, repitieron estos encuentros. Esto evidencia que las relaciones que se construyen por cortejo o grooming no son necesariamente agresivas y puede provocar enamoramiento de la víctima con el adulto.

Cabe destacar que las edades de sus víctimas oscilan entre los 12 y los 17 años, y este ciclo puede desarrollarse en un lapso promedio de hasta seis meses para perdurar incluso por años. La paciencia es lo que caracteriza a los acosadores de Internet; perseveran para obtener lo que quieren. Desafortunadamente no todas las víctimas denuncian a tiempo, pues no saben que son parte de este tipo de abusos; llegan a cooperar y disfrutar de la "relación establecida", hasta que ésta adquiere matices más violentos y descubren que son víctimas de un engaño, pero este hallazgo puede ser demasiado tarde.

Done Internet 100%



Información que SÍ te forma e informa

Por Marlen Vázquez del Mercado Solís

2016, proyectos nuevos, otras oportunidades de estudiar y emprender más actividades escolares; como tú, también el órgano informativo del plantel Oriente Informa busca renovarse y crear novedosas secciones del interés común en las y los estudiantes, para que, aparte de que te formes, te informes sobre espacios y lugares emblemáticos de la Universidad Nacional Autónoma de México que no conoces; por ejemplo, acontecimientos importantes que se realizan; conocer el cómo y el porqué de los objetos o fenómenos que nos pasan en nuestro día a día; así como conocer y acercarte a personajes importantes que han trascendido y transformado, de una u otra forma, a y en nuestra Universidad.

Y tú, ¿conoces la Filmoteca de la UNAM?

La Filmoteca UNAM es una institución que funge como uno de los más importantes legados de archivo del séptimo arte en nuestro país; tiene como propósito difundir y fomentar en los universitarios y al público en general, la cultura cinematográfica que surge en México y el mundo, así como apoyar las nuevas propuestas del cine nacional.

También tiene como objetivo revalorizar, restaurar, proyectar y conservar películas, cortometrajes y documentales que forman parte importante del acervo fílmico del nuestro país y de países con gran producción cinematográfica en el mundo; todo eso con el fin de que en el público universitario surja el interés por otro tipo de expresión artística: el cine.

Este espacio dedicado al séptimo arte comenzó sus labores hace 55 años, en una oficina donde se proyectaban algunas películas en formato de 16mm. Al transcurrir el tiempo se crearon grandes y pequeños cineclubes en varias partes de Ciudad Universitaria. El gusto al cine fue tal, que dio origen a la institución que hoy en día guarda los archivos fílmicos

más importantes de nuestro país y de gran trascendencia en América Latina.

Su acervo contiene una colección de antiguos aparatos fílmicos, diversas bibliografías, una iconoteca (colección de imágenes, grabados, carteles y dibujos) con más de 10 mil carteles e imágenes de películas y personajes importantes; una fototeca con más de 8 mil fotografías, y una biblioteca con más de 15 mil libros, folletos, además de revistas relacionados totalmente a temas de cine.

Dentro de sus instalaciones en Ciudad Universitaria, se encuentra un pequeño museo de los aparatos pioneros en el desarrollo tecnológico y científico para la producción fílmica, juguetes ópticos, cámaras oscuras; aun lado, está la sala de proyección de breves documentales sobre la llegada del cinematógrafo de los hermanos Lumière a nuestro país en tiempos de Porfirio Díaz; en esa misma sala, se proyecta un documental del auge en el cine de México, el llamado: cine de oro.

Actualmente, la Filmoteca realiza proyección de películas, documentales y cortometrajes, tanto nacionales e internacionales en donde destacan países como Francia, Estados Unidos, Cuba, y ciudades como los Ángeles, Amsterdam, Brooklyn, entre otros. Se presentan ciclos de cine, festivales cinematográficos, conferencias, talleres, foros, cine debates y demás actividades, en donde el protagonista estrella es el séptimo arte y tú.

¡LAS NAVES DE STAR WARS INVADEN LAS SALAS DE LA UNAM!

¡QUE NO SE TE PASE! Sólo tú decidirás si te unes a los Jedi con Luke Skywalker o a Darth Vader con los Sith, a través de las múltiples proyecciones que la Universidad te ofrece en sus salas. Si eres fan de la exitosa y taquillera saga de George Lucas, te invitamos a verlas con tu 50% descuento por ser estudiante universitario. No olvides presenciar también

el 19°. Tour de Cine Francés y la película Bailando en la oscuridad, musicalizada y protagonizada por la famosa cantante Björk.

Recuerda, si lo tuyo es el cine y te interesó lo que hace la Filmoteca, te invitamos a disfrutar de sus proyecciones programadas durante un mes en sus múltiples salas: Carlos Monsiváis, Julio Bracho y José Revueltas, ubicadas en el Centro Cultural Universitario; así mismo, en el Cinematógrafo del Chopo, en la Casa del Lago en Chapultepec, además de otras instalaciones que se ubican en Ciudad Universitaria.

Su dirección es Circuito exterior Mtro. Mario de la Cueva s/n. Ciudad Universitaria C.P. 04510 México, D.F.

Que la fuerza del cine te acompañe...

Y por cierto ¿sabes de dónde surgieron los famosos Klenex? ¿Nunca te has preguntado por qué a todos los pañuelos desechables les llamamos así?

¡Espera la respuesta en el próximo número de la columna Información que SÍ te forma e informa! 

Fuentes consultadas

<http://www.filmoteca.unam.mx/>
<http://www.cultura.unam.mx/Eventos/consulta/0/0/0/0/4/0/0>
<http://www.filmoteca.unam.mx/exhibition#/>
<http://www.cultura.unam.mx/Eventos/detalle/35783>



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
 El Programa de Estaciones Meteorológicas del Bachillerato Universitario
 Con motivo de la celebración del Día Meteorológico Mundial 2016

Convoca al 5° Concurso de Fotografía científica PEMBU

Con el objetivo de estimular la creatividad y fomentarles el interés por las Ciencias Atmosféricas y Ambientales, el Programa de Estaciones Meteorológicas del Bachillerato Universitario convoca al 5°. Concurso de fotografía científica con el tema: ¿Cómo afecta el tiempo meteorológico a tu ciudad?

BASES

1. Podrán participar los alumnos del Colegio de Ciencias y Humanidades.
2. La participación será de manera individual.
3. Podrán participar hasta tres fotografías por autor que sean propias, originales y que hayan sido tomadas durante los años 2015 y 2016.
4. Las fotografías deberán contar con los siguientes requisitos:
 - a) Buena calidad (resolución mínima 300 dpi).
 - b) Formatos jpg o tiff.
5. El material deberá ir acompañado de una breve descripción técnica de máximo una cuartilla, que incluya una explicación del fenómeno óptico que haya sido captado en la fotografía. Éste puede ser cualquier efecto producido por la luz con los distintos elementos atmosféricos (nubes, aerosoles, gotitas) produciendo, por ejemplo, atardeceres, halos, arcoíris, espejismos, etcétera.
6. La forma de entrega será:
 - a) Impresas en papel fotográfico de 21 x 27 cm, montadas en un octavo de papel ilustración blanco y rotulada por la parte posterior con el seudónimo del autor.
 - b) Realizar fichas técnicas de cada fotografía que contengan:
 - Nombre completo del alumno, número de cuenta, plantel, turno, grupo y teléfono particular.
 - Título de la obra.
 - Seudónimo.
 - Lugar y fecha donde fue tomada la fotografía.
 - c) Entregar un disco compacto con las imágenes en formato digital. El texto en archivo Word con letra Arial 12 puntos, margen normal a un espacio. El disco compacto

deberá estar rotulado con el seudónimo del autor.

d) Todo se entregará en un sobre cerrado y etiquetado al reverso del mismo, con el seudónimo del autor.

7. No se aceptarán fotografías manipuladas o alteradas por ningún medio digital o análogo, o que hayan sido expuestas en internet. De no cumplir con este requisito el trabajo será eliminado.
8. Las fotos se entregarán a más tardar el día miércoles 9 de marzo del 2016 en las coordinaciones del PEMBU en tu plantel. No habrá prórroga para su recepción.
9. Todos los trabajos serán evaluados por un jurado que otorgará su veredicto de acuerdo con los criterios de originalidad, creatividad, claridad técnica y montaje. El fallo del jurado será inapelable.
10. El premio para los tres primeros lugares consiste en cámaras digitales de diferente categoría.
11. Los resultados se darán a conocer en el evento del Día Meteorológico Mundial, el 30 de marzo de 2016, en las instalaciones del Centro de Ciencias de la Atmósfera de la UNAM.
12. Al participar en este concurso se aceptan las bases de la convocatoria y autorizan a los organizadores el uso de sus imágenes para fines culturales, de difusión y de exhibición por parte de la UNAM.
13. Para mayores informes comunicarse con Laura Cortés al 5622-2499 o al correo electrónico <lincelaura@hotmail.com>

Comité organizador

Azcapotzalco: Enrique Arias <eariasc1@hotmail.com>
 Naucalpan: Hugo Alberto Ríos <zurdo_x22@hotmail.com>
 Vallejo: Elena Córdova <cordovaele8207@gmail.com>
 Oriente: Eleazar Palomares <pembu.eleazar@yahoo.com.mx>
 Sur: Arturo García <cole@ciencias.unam.mx>
 SSAA: Laura Cortés <lincelaura@hotmail.com>
 y Delia Aguilar <deliacch@yahoo.com.mx>

ENERO 2016 CARTELERA						
O	OFUNAM	OJ OJUEM	C CONCIERTOS	CI CONCIERTOS INTERNACIONALES	MC MÚSICA DE CÁMARA	OA OTRAS ACTIVIDADES
O	Sábado 30 OFUNAM <small>ORQUESTA FILARMÓNICA DE LA UNAM 1936-2016</small>	Martin Lebel, <i>director huésped</i> Jorge Luis Prats, <i>piano</i> <i>Concierto para piano no. 2</i> de Rachmaninov y <i>Danza húngara no. 6</i> y <i>Sinfonía no. 2</i> de Brahms	Sala Nezahualcóyotl • 20:00 horas • \$240, \$160 y \$100 • Boletos con los descuentos habituales*			
C	Sábado 30 Concierto	Programa Coral Universitario Coro Universitario Estudiantil Staccato Marco A. Ugalde, <i>director</i>	Sala Carlos Chávez • 18:00 horas • \$50 • Boletos con los descuentos habituales*			
O	Domingo 31 OFUNAM <small>ORQUESTA FILARMÓNICA DE LA UNAM 1936-2016</small>	Martin Lebel, <i>director huésped</i> Jorge Luis Prats, <i>piano</i> <i>Concierto para piano no. 2</i> de Rachmaninov y <i>Danza húngara no. 6</i> y <i>Sinfonía no. 2</i> de Brahms	Sala Nezahualcóyotl • 12:00 horas • \$240, \$160 y \$100 • Boletos con los descuentos habituales*			
OJ	Domingo 31 OJUEM	Orquesta Juvenil Universitaria Eduardo Mata de la UNAM Gustavo Rivero Weber, <i>director artístico</i> Wonmi Kim, <i>piano</i> <i>Obertura de La clemenza di Tito</i> y <i>Concierto para piano no. 21</i> de Mozart	Sala Nezahualcóyotl • 18:00 horas • \$50 • Boletos con los descuentos habituales*			

*Boletos con el 50% de descuento personal con credencial vigente:
Estudiantes y maestros en general • Ex alumnos y trabajadores de la UNAM • Jubilados del ISSSTE, IMSS e INAPAM
Acceso a niños mayores de 8 años, excepto donde se indica. Se aceptan las tarjetas de crédito y débito Visa, Visa Electron y MasterCard, excepto en el Anfiteatro Simón Bolívar.



PSICORIENTA

Julia Gaspar Martínez
Departamento de Psicopedagogía

Cerrando ciclos

A lo largo de nuestra vida, una constante que experimentamos es el cambio. Circunstancias nuevas aparecen en el camino con o sin nuestro permiso. Nos transformamos física y emocionalmente, pasando de una etapa de vida a otra. Cambiamos de domicilio, de escuela, de trabajo, de ciudad. Dejamos amigos de la infancia y conocemos nuevos. Terminamos relaciones e iniciamos otras.

Quizá, para algunas personas, “volver a comenzar” resulte altamente motivante y genere ilusión; sin embargo, para otras, la sola idea de dejar atrás ‘cosas’, situaciones o personas conocidas, puede vivirse de manera difícil y dolorosa. Depende de la historia de cada uno y las habilidades de enfrentamiento que han desarrollado.

Pero lo que sí es necesario para un buen inicio, es un proceso de cierre o conclusión de la etapa anterior para la aceptación y preparación de la nueva.

Eso requiere de toda tu conciencia para reconocer que cada nuevo comienzo, representa otra oportunidad para mejorar. Y se necesita uno o varios momentos para recuperar, revisar, y evaluar lo que funcionó, lo que no, lo disfrutado, los inconvenientes; lo que hizo falta, lo que hiciste bien, lo que diste, lo que recibiste con la intención de despedirte de ello, agradeciendo que esta experiencia apareciera en tu vida, porque la finalidad de todo esto que has vivido ha sido para aprender y crecer.

Imagina esa situación (que según tu percepción) no has podido superar. Un amor, la separación de tus padres, la época de secundaria,



Dejar atrás sucesos, situaciones y personas es parte de la evolución y crecimiento personal y de cada una de las personas con las te encuentras en la vida. ¿Por qué dejarlo atrás? Por salud mental, por amor a ti mismo (a), porque es lo mejor en este momento y bajo estas circunstancias, porque ya no es necesario, o no tiene nada más que aportar a tu vida. Pero, sobre todo, porque ahora tú también eres diferente y decides que así sea.

la juventud. Enlista aquellos momentos que te proporcionaron alegría, registra también las situaciones en las que no la pasaste muy bien (que fueron incómodas o desagradables), visualiza todo aquello que diste, hiciste o provocaste. ¿Qué aprendes con todo ello? ¿Para qué crees que apareció en tu camino? ¿Qué aplicación productiva tiene para tu presente? Si en tus respuestas encuentras sólo pensamientos negativos, desalentadores, relacionados con descalificaciones hacia ti mismo (misma), entonces no has llegado a la etapa de aprendizaje y cierre. Por lo tanto, volver a comenzar (un ciclo escolar, un noviazgo o integrarte a otro ambiente) no será tan sencillo.

Para iniciar una nueva etapa es importante reconocer que el cambio es parte inherente de tu vida, necesario para sobrevivir y adaptarte a nuevas circunstancias. Integrando a tu vida aquello productivo de la experiencia, reconociendo los aciertos y errores, retomando aquello que te sirve para enfrentar los nuevos retos y encuentros, para disfrutar nuevamente de las experiencias y soltar lo que ya no es indispensable en tu vida.

Muchas de nuestras tradiciones y algunos rituales de cierre pueden colaborar para facilitar estos procesos. Los cambios externos también facilitan procesos internos. Los ritos funerarios, las ceremonias de clausura; celebraciones de fin de año o de cumpleaños, incluso tareas tan sencillas como la limpieza de tus cajones, borrar mensajes, contactos y fotos, pueden ayudarte a cerrar círculos (etapas) y prepararte para darle la bienvenida a otras, maravillosos momentos y nuevos aprendizajes.

Como podrás darte cuenta no es tarea sencilla, pero con el propósito de querer sentirte mejor y disfrutar de los cambios de tu vida, tendrás avanzado una parte. Quizá un poco de ayuda te vendría bien, para ello recuerda que cuentas con el servicio de asesoría psicológica en el Departamento de Psicopedagogía. 📍

Fuentes:

López, Edu. 2012. Blog Coaching de vida. CoachingExitoPersonal.com *La aceptación del cambio*.
<http://www.coachingexitopersonal.com/coaching-exito-personal-de-vida/la-aceptacion-del-cambio/>



Jean Pierre Georoy Dechaume, (1951)
Cafetería del Liceo Franco Mexicano



XXXVII Feria Internacional del Libro del Palacio de Minería

17 al 29 de febrero de 2016
Tacuba núm. 5, Centro Histórico, Ciudad de México
Estado invitado: Chihuahua

Jornadas Juveniles 22, 23 y 24 de febrero

Universidad Nacional Autónoma de México / Facultad de Ingeniería

<http://mineria.unam.mx>



CDMX
CIUDAD DE MÉXICO



Chihuahua
Gobierno del Estado



Instituto
Chihuahuense
de la Cultura