Número 4
ISSN 2444-1910
Depósito Legal
D.L. CR 306-2015

UNA MIRADA ATRÁS

Centro de Educación de Personas Adultas
CEPA Montes Norte

Piedrabuena (Ciudad Real) – Spain

Junio 2018

Países visitados por profesores del CEPA Montes Norte en proyectos europeos

Erasmus+
Un Plus en Educación

Erasmus+

HURISTO
HUMAN RIGHTS STORYTELLING

Facultad de Educación
Lorenzo Luzuriaga
Ciudad Real

Este número rinde homenaje a la dimensión europea del centro.
Ya son varios los proyectos que desde 2011 hemos ido llevando a cabo. Unos de ámbito nacional como el **ARCE**[1] y el **PROMECE**[2] y otros de ámbito europeo como el **GRUNDTVIG**[3] y los **Erasmus+**
Con un proyecto Erasmus+ KA2 en pleno desarrollo, titulado **HURISTO**[4], acabamos de recibir la buena nueva de la concesión de un Erasmus+ KA1 con el proyecto "**Somos lo que Comemos**" (2018-1-ES01-KA104-049161)

[1] http://leerfavoreceseriamentelasalud.blogspot.com/
[2] http://puertadigitalabierta.blogspot.com.es/
[3] http://grundtvigsite.blogspot.com/
[4] http://huristo.eu/

Webs de los diferentes proyectos del centro
http://cepa-montesnorte.centros.castillalamancha.es/content/blogs-de-proyectos-del-centro

THE HURISTO PROJECT IN PORZUNA AND IN EL ROBLEDO

When we heard that a new European Project had been granted to our school, we jumped for joy as in past projects.

We had to work on applying the Charter of Fundamental Rights created by the European Union, -that may sound a little bit abstract or something that we take for granted in our everyday lives, but this is quite different in other countries.

The main output of the Project is creating digital stories based on the students' experiences that could be somehow evoked by an analysis and awareness of those mentioned human rights. With the help of those visual stories we try to attract an audience that could empathize to the narrated experiences.

Once we understood the essence of the project we got down to work, implementing several stages.

To start with we wanted the Literacy groups to gain an understanding of the organization that granted our project, that is the European Union, so we worked on its origins, how it developed and its situation today.

We also wanted our students to collect different data regarding the two countries we were about to start working with: Belgium (its historical conection with Spain, its main cities, as the birthplace of several important European organizations,…) and Italy (where Latin-from which Spanish evolved-was born, the Renaissance, its common history with Spain and also its main cities).

It turned out to be very hard work in which we mixed work done on paper with laptop tasks which were introduced little by little (we are still working on this since digital competence is brand new content for our hard-working ladies).

We also wanted to provide a general context for the students' stories, that is, to gain knowledge of the Charter of Fundamental Human Rights of the EU itself, so we read this document focusing on the six pillars/rights it mentions.

Once that analytical work was finished we presented the Photolanguage set developed within the Project –a group of different photographs that illustrate the different articles of the EU Charter. Our students chose one or two photos that evoked a personal experience in the past, after that activity they had to explain how they felt identified with the topic shown in the image.

At the moment we are working on the storytelling structure (how to shape each of the stories the students have shared after choosing one or two photos).

Finally, we cannot forget that all the aforementioned hard work would have been and is impossible without the four main pillars supporting our two Literacy groups, that are: **ENORMOUS COMMITMENT, MUTUAL CONFIDENCE TEACHER–STUDENTS, ENTHUSIASM ABOUT LEARNING and HUMOUR** –so necessary when sharing so many day to day experiences.

Ana Belén Pérez Berges
Maestra del Equipo Didáctico de Enseñanzas Iniciales

SINGAPORE, ON THE TOP OF THE LEAGUE

Reading Top 12	Maths Top 12
01 Singapore ★	01 Singapore ★
02 China: Hong Kong ★	02 China: Hong Kong ★
03 Canada ★	03 China: Macao ★
04 Finland	04 Taiwan
05 Ireland	05 Japan
06 Estonia	06 China: Beijing, Shanghai, Jiangsu and Guangdong
07 South Korea	07 South Korea
08 Japan	08 Switzerland
09 Norway	09 Estonia
10 New Zealand	10 Canada
11 Germany	11 Netherlands
12 China: Macao	12 Denmark

A documentary about the keys of Singapore's educational success I watched last night on Lasexta TV led me to writing this article, and above all, the anecdote an interviewee told about his teachers and a classmate provoked me:

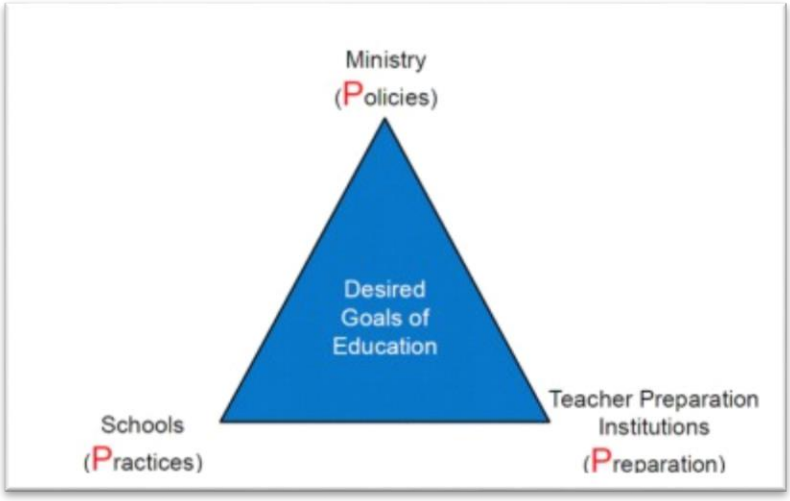
"She was a brilliant student, all teachers agreed on that and they couldn't understand why she decided to become a primary teacher. Teachers told her: "You can study whatever you want, Aeronautical Engineering, Architecture, Medicine, why you want to spoil your potencial…"

I felt completedly disappointed, this is what Spanish society feels, as politicians, parents, students and even teachers ourselves undervalue the teaching force.

In the documentary, experts talked about the key factors that made Singapore change from a small fishermen village into a leader country in education in only 50 years.

Let me summarize them and explained what they call **"Singapore's method".**

Firstly, the country sent teachers to countries where education was successful, these teachers observed the teaching-learning process and they didn't copy it, they didn't adopt it, but they adapted it to Singapore's cultural and national contexts.



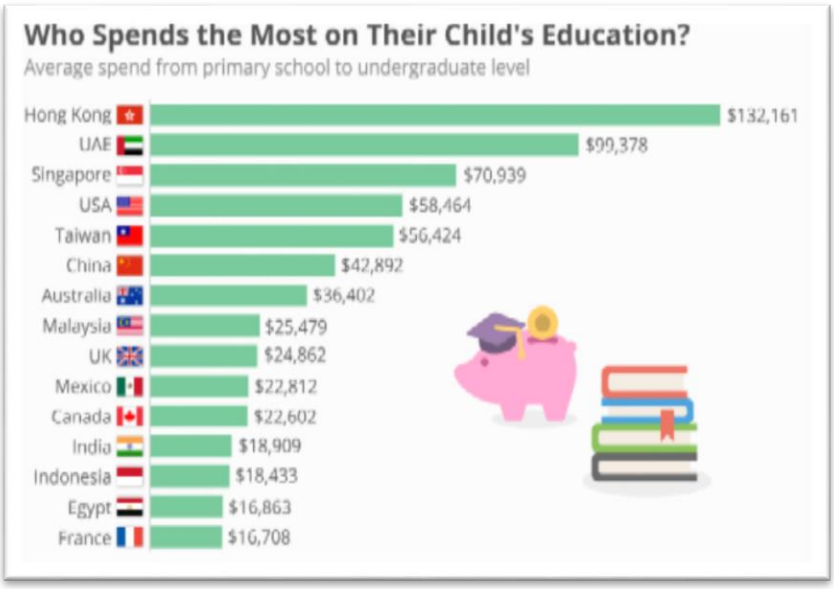
So they needed to be the best in English to be opened to the world, then they needed to be trained in Maths and Science in order to be digitally and technologically competent. For instance, Maths started to be taught as something tangible and concrete.

Teachers and school leaders were trained to become the best, a teaching research institution was created to select and evaluate teachers. They may get a higher salary if their evaluation is positive. Now to be a teacher in Singapore is a very prestigious and respectful profession. Best students are recruited to be teachers.

Society trust in teachers, because teachers are brilliant people, teachers want to be teachers, they are vocational and new generations depend on them.

Secondly, Education cannot be linked to Politics, thay's to say, although government changes, Education needs stability, coherence in good practices and the introduction of gradual reforms. Because in education, objectives cannot be short term, they are always long term

The educational stability can only be reached with coordination among all the agents involved in education: parents, teachers, students and educational authorities.



The country decided to invest everything in people's education, Singapore does not have raw materials so they bet on talent and excellence in their workforce.

There is a balance between Humanities and Sciences, university students and vocational training students have the same relevance and prestige**.**

In few words, **what is important in Singapore is to be competent in whatever you do** and **Education is not considered an expense but an investment for the country development.** For me, these two ideas are the ones our politicians should adopt. And while they are reaching an agreement, let's see that between the "ideal" and the "real", there is always an opportunity for improvement.

Pilar Castillo Torres
Secretaria y Profesora de inglés del CEPA Montes Norte

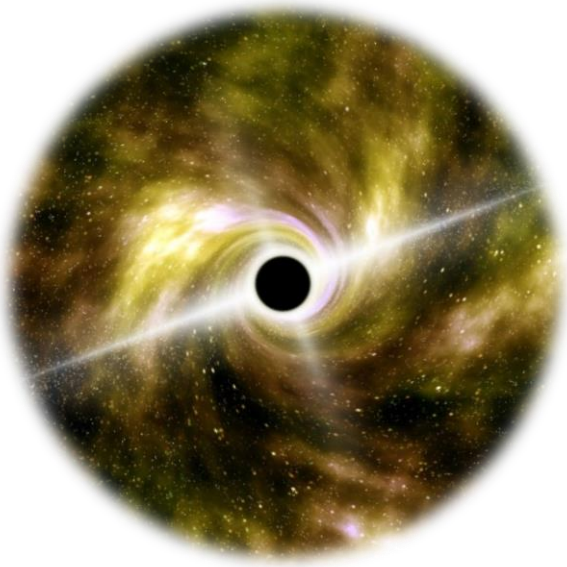
STEPHEN HAWKING

En las siguientes líneas nos toca hablar de un científico relevante, y en estos momentos no se me ocurre mejor nombre que el de Stephen Hawking, que como sabréis ha fallecido recientemente, el pasado 14 de marzo de 2018 a la edad de 76 años.

Ya en su nacimiento Hawking parecía predestinado al estudio de la Física, ya que nace en Oxford el 8 de enero de 1942, el mismo día que se cumplían trescientos años de la muerte de Galileo. La infancia de Hawking fue la de un niño normal de la época, en un tiempo de posguerra de la Segunda Guerra Mundial. Ya desde entonces deslumbraba por su gran inteligencia y su gran interés por la ciencia, lo que le hace licenciarse en el University College

de Oxford, en 1962 con los títulos de matemático y físico. Más adelante ocuparía la Cátedra Lucasiana de matemáticas, la misma que ocupó Isaac Newton.

Hawking era un físico teórico, y a pesar de su seria apariencia tenía un acentuado sentido del humor, además de una mente privilegiada. Tal es así que se licenció con el esfuerzo "*justo*" porque en su entorno universitario se le daba un valor añadido a poder conseguir los logros necesarios para avanzar en sus estudios *"sin estudiar"*. Algo así como que si necesitabas estudiar para aprobar, entonces no eras merecedor del aprobado. Evidentemente, no todos tenemos estas capacidades, pero Hawking sí las tenía.



Al hilo de lo que veníamos diciendo de su sentido del humor, podemos contar la anécdota con el también científico Kip Thorne. En 1975 Hawking se apostó con Thorne una suscripción anual a la revista Penthouse contra cuatro años de la revista Private Eye. En ese momento no estaba segura la realidad misma de los agujeros negros y Hawking creía firmemente en su existencia. Es por ello que Hawking apostó con Thorne que Cygnus X-1 **no** sería un agujero negro. Tal y como explicaría en su libro "Breve historia del Tiempo" esta apuesta era un consuelo, porque como él afirmaba, si finalmente Cygnus no era un agujero negro, por lo menos le quedaría la suscripción a la revista. Después de mucho trabajo, veinte años después, Hawking se declaró vencido, satisfactoriamente para él, Cygnus se considera un agujero negro, y consecuentemente pagó su apuesta, disculpándose eso sí, con la esposa de Thorne.

En "El Universo en una cáscara de nuez" Stephen Hawking, que era profundamente ateo, rebate la afirmación de Albert Einstein, que era muy religioso, "Dios no juega a dados con el Universo". Con esta frase Einstein declara sus dudas sobre algunas visiones probabilísticas de la novedosa mecánica cuántica con respecto al Universo. Para Einstein, todo está determinado por unas leyes fijas y concretas, pero las nuevas corrientes de la física afirmaban cierta probabilidad en las teorías, cierto azar. Hawking contesta al determinismo de Einstein con la frase "Dios no solo juega a dados con el Universo, sino que a veces los lanza donde no podamos verlos". Con esta frase Hawking manifiesta cierto caos, admite las visiones probabilísticas de la física cuántica, que cualquier Universo podría ser posible, y que hay muchas cosas del Universo que no conocemos, y que incluso contradicen a las actuales teorías Físicas.

Como ves, Stephen Hawking además de científico era un gran divulgador científico; como muestra he nombrado dos de sus publicaciones en estas líneas, y recomiendo al lector "Breve Historia del Tiempo", libro que leyera por primera vez con 13 años y es una fantástica lectura que no pasa desapercibida.

A Hawking le entusiasmaban estas apuestas científicas, lo que refleja su espíritu jocoso y juguetón, aunque como físico era brillante como apostador era nefasto. Ganó muy pocas de estas apuestas. Quizás esta faceta suya le servía para contrarrestar la terrible enfermedad degenerativa que le diagnosticaron con 21 años de edad, al final de su licenciatura. Hawking padecía esclerosis lateral amiotrófica (ELA) y su estado fue agravando hasta dejarlo casi completamente paralizado. Con 21 años le pronosticaron unos pocos meses de vida. Pero Hawking se repuso,

se caso dos veces, tuvo tres hijos y ha vivido más de 50 años. Como el mismo hubiera dicho, esto sí que es "jugar a dados con su destino, y lanzarlos donde no podamos verlos".

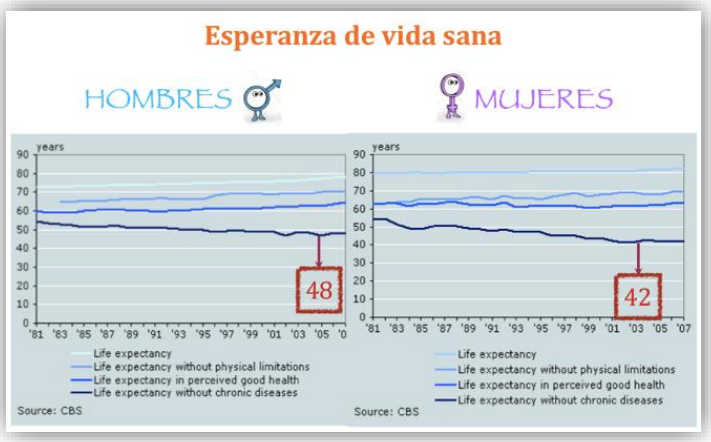
Y hasta aquí, este humilde homenaje a este gran Científico, de parte de este humilde profesor, de un humilde C.E.P.A., de una humilde localidad de una humilde región, desde el planeta más pequeño de una estrella promedio perdida en las "afueras" de una pequeña galaxia dentro de este Universo en el que vivimos. Pero podemos entenderlo. Eso nos hace seres muy especiales. O como diría Hawking, ¿seguro que estamos solos en este Universo?, ¿seguro que únicamente existe este Universo que *medio* conocemos?...

Va por ti maestro Hawking.

Descárgate el artículo en tu móvil y compártelo

Javier Sáez García
Profesor Ámbito Científico Tecnológico
C.E.P.A. Montes Norte

PNI CLÍNICA: HACIA UNA CONCEPCIÓN INTEGRAL E INTEGRADORA DE LA SALUD



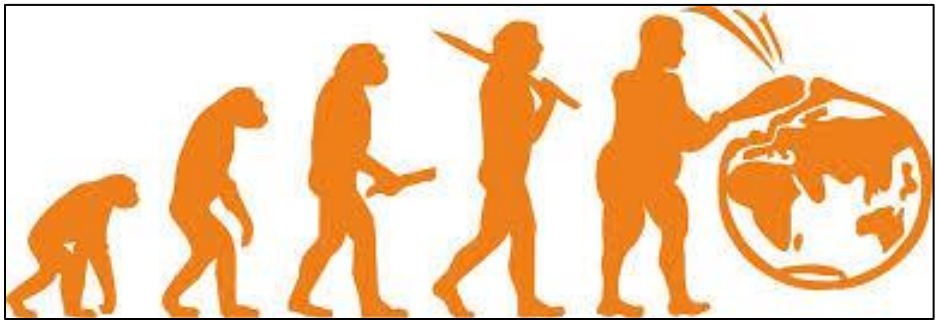
Conseguir un estado de vida sano se ha convertido, en las últimas décadas, en un objetivo cada vez más difícil de alcanzar por una población que tiene los índices más elevados de enfermedades cardiovasculares, obesidad, diabetes y muchas otras enfermedades susceptibles de ser categorizadas como epidemias de los países que se autodenominan desarrollados. Sin embargo, y a pesar de los avances médicos, estas enfermedades propias de las sociedades rendidas a la opulencia, lejos de estar erradicadas surgen, por el contrario, a edades cada vez más tempranas y afectan a un elevado porcentaje de la población. Una de las tendencias actuales encaminada a favorecer un uso inteligente del organismo para conseguir este deseado estado de vida es la Terapia Ortomolecular, que podría ser resumida como el abordaje integral del paciente a través de una visión transversal del funcionamiento del cuerpo, a diferencia del actual modelo fragmentado en el que se estudian de forma aislada las patologías, sin tener en cuenta las relaciones con el resto de sistemas involucrados.

Esta tendencia ha sido desarrollada por una nueva disciplina científica llamada PNIc (Psiconeuroinmunología clínica) a cargo de un grupo de profesionales que tiene como objetivo prioritario el estudio y tratamiento sistémico del paciente.

Su presidenta, la Doctora Begoña Ruiz Núñez, nos concede amablemente una entrevista a modo de acercamiento informal a este nuevo modelo terapéutico, lo cual agradezco enormemente. Diplomada en Fisioterapia, tiene una extensa formación científica entre la que destacamos:

- Máster en ciencias Psiconeuroinmunología clínica.
- Colaboración en proyectos de investigación en Países Bajos, Estados Unidos y Alemania.
- Doctora en Ciencias Médicas, en la Universidad de Groningen, Países Bajos.

1. ¿Por qué surge este nuevo modelo terapéutico o disciplina PNIc?



La disciplina surge originariamente en los años ´70 del siglo pasado en EE.UU. por unos médicos psiquiatras, los doctores Adler y Cohen, con la intención de integrar los diferentes órganos y sistemas que forman parte de un paciente y que intervienen en su proceso fisiopatológico. Clásicamente se centraron fundamentalmente en la relación entre sistema inmune, el sistema nervioso y la endocrinología, de ahí su nombre. Allí se puede estudiar hoy en día la disciplina como una pseudorrama de la medicina convencional. Sin embargo, en Europa, la disciplina ha evolucionado más a una filosofía de tratamiento que puede adoptar cualquier profesional que trate con pacientes, deportistas, o incluso para uno mismo, integrando los distintos órganos y sistemas del cuerpo de manera transversal, como bien comentas, utilizando la evidencia científica para ayudar al paciente en su camino hacia la salud, utilizando la alimentación, el ejercicio físico, la psicología, el estilo de vida… Quizás el concepto sería similar a la Medicina Evolutiva o Evolucionista, que se basa originariamente en que el *Homo sapiens sapiens* que somos no se ha adaptado al mundo Occidental, mientras que todo su organismo funciona y reacciona únicamente como lo hacía en la era Paleolítica. Si partimos de la base que estamos diseñados para estímulos intensos y de corta duración, imaginemos las consecuencias para nuestro organismo de vivir con estímulos continuos y de poca intensidad como el móvil, exceso de trabajo, falta de sueño, discusiones, hipotecas, mala alimentación constante…

2. ¿Está basado en evidencia científica?

Sí, claro. Todos los tratamientos que realizamos tienen una base científica, aunque también es cierto que se aplica la experiencia profesional. Es el concepto original de ´Medicina Basada en Evidencia´, en que se pretende que el profesional aplique el conocimiento y la evidencia científica en beneficio del paciente y adaptado a él. No siempre hacen falta estudios a doble ciego aleatorizado para confirmar que un tratamiento es efectivo, si bien es cierto que parece ser que es en lo único que se basa parte de la comunidad científica. No quiero decir con esto que ´todo valga´, pero creo que es importante aplicar la experiencia y el sentido común. Dicho esto, no existe ningún estudio a doble ciego aleatorizado sobre el uso del paracaídas…

3. ¿Con qué clase de herramientas trabaja el modelo terapéutico PNIc?

Pues basándose en la evidencia científica, con las herramientas de las que disponga cada profesional. Las básicas son alimentación, ejercicio físico adaptado, *mindfulness*, suplementación de tipo ortomolecular y fitoterapia, estilo de vida, y medicación, en caso de ser facultativo y poder recomendarla.

4. Poniendo el foco en la alimentación, ¿cuáles deberían ser los alimentos básicos en una dieta orientada a conseguir un estado donde prime la armonía entre salud y bienestar?

Lo esencial serían verduras y frutas variadas y de temporada, que nos aporten antioxidantes y vitaminas; pescado, marisco, huevos y carnes de calidad (salvajes o pescados, que se muevan y se alimenten de manera natural, no de granos o piensos) y variadas también a ser posible, que aporten ácidos grasos esenciales y proteínas, entre otros, y a ser posible, incorporar vísceras y algas habitualmente, por la vitamina A, D y yodo, respectivamente.

5. Y en relación con la pregunta anterior, ¿cuáles deberíamos desterrar de nuestra mesa?

Vivimos en sociedad y es cierto que tenemos un montón de excusas para salir de los alimentos que han estado los últimos 150.000 años con nosotros, pero deberíamos limitar el consumo de azúcares refinados (refrescos y zumos incluidos), cereales, lácteos (sobre todo de vaca), carnes procesadas y alcohol en la medida de lo posible.

6. Según tus respuestas, es fácil deducir que la pirámide nutricional «oficial» no está bien diseñada. Ahora bien, ¿cuál sería la pirámide conforme a la filosofía PNIc?

Bueno, tenemos puntos de vista diferentes. Cada vez se va abogando más por la comida ´real´, aunque es cierto que falta mucho camino por recorrer. No veo muy natural que se recomienden seis raciones de cereales al día, ni que se limite el consumo de huevos a cuatro a la semana. La ´pirámide´ del cazador-recolector se basaba en lo que hemos comentado antes: recolección, pesca y, de vez en cuando, caza. En función de ello, cada uno puede componer su propia pirámide, pero es cierto que los carbohidratos no deberían ser la base. Lo más básico que promueve la PNIc es un 30% aproximado de cada macronutriente (proteínas, grasas y carbohidratos), siendo más o menos la mitad o dos tercios del plato productos animales de calidad y el resto una buena ración de verduras, y algún puñado de frutos secos, aunque es cierto que existen muchísimas variaciones a esta fórmula.

7. Dentro del extenso campo de estudios que implica la nutrición humana, ¿cuál crees que es la mentira más exitosa y la verdad más silenciada?

Quizás por la parte que me ha tocado investigar durante el desarrollo del doctorado, las grasas no son responsables de la enfermedad cardiovascular, ni el *bacon* se nos va a ´pegar a la arteria´. Existe suficiente evidencia científica, con meta-análisis y revisiones sistemáticas que confirman la ausencia de tal relación, y lo mismo con la demonizada grasa saturada. Por otro lado, el azúcar sí se asocia con enfermedad cardiovascular, obesidad y diabetes tipo 2, y parece ser que no se hace absolutamente nada por parte de los gobiernos occidentales por reducir su consumo, o se silencian misteriosamente tales políticas una vez iniciadas. Existen algunos documentos de los ´Amigos del Azúcar´ en los años 50 y 60 del siglo pasado, cuando se inició la persecución de las grasas, que muestran como se intenta enmascarar al verdadero responsable por los grandes intereses económicos. Hoy en día tenemos jarabe de maíz alto en fructosa, xilitol, maltitol, fructosa, glucosa, azúcar invertido, azúcar de caña, azúcar mascabado…

8. Por lo que he podido estudiar, "la flexibilidad metabólica» es un concepto clave de la filosofía PNIc. ¿Podrías esclarecer, a grandes rasgos, de qué se trata y cómo podríamos incorporarlo a nuestros hábitos de vida?

El ser humano está diseñado para funcionar básicamente con ácidos grasos libres y el producto de su metabolismo (cuerpos cetónicos) en momentos de reposo y de actividad aeróbica suave, y reserva la glucosa y el glucógeno para las actividades aeróbicas más intensas y anaeróbicas. La flexibilidad metabólica es justamente el disponer de esa capacidad de utilizar las grasas y reservar la glucosa, es decir, ser capaces de reservar los recursos más escasos (glucosa y glucógeno) para los momentos de necesidad. En la sociedad actual, la mayoría de la población depende fundamentalmente de glucosa y glucógeno, por eso necesitan comer cada dos-tres horas, o notan ´bajones de azúcar´ si no desayunan y se van a trabajar a la oficina, o si no meriendan algo dulce. Justamente lo contrario de para lo que estamos diseñados, que es comer pocas veces al día, y movernos en ´ayunas´ utilizando nuestras reservas en la búsqueda de comida mediante actividades aeróbicas con algún pico de alta intensidad.

9. ¿Existe en nuestro país una aplicación real de este modelo terapéutico, o en otras palabras, es posible acudir a un especialista que dirija los pasos a seguir por quienes opten por una forma alternativa de entender y resolver sus trastornos de salud?

Los profesionales que trabajan con esta filosofía abarcan desde los expertos en PNIc a los terapeutas de medicina evolutiva, integrativa… Al fin y al cabo, todas las terapias holísticas basadas en ciencia siguen esta filosofía común. La pena es que no sea algo que se enseñe de manera obligatoria en las universidades a todo profesional sanitario o que trabaje en contacto con personas o deportistas, como farmacéuticos, biólogos o preparadores físicos.

10. ¿Podrías facilitar un ejemplo de algún tratamiento médico habitual en el que se ponga de manifiesto la instrumentalización segmentada del organismo que lleva a cabo la medicina clásica y confrontarlo con la terapia PNI?

Creo que lo más simple es el tratamiento de una alergia primaveral con anti-histamínicos y corticoides. Ni siquiera es algo segmental, sino que es sintomático. La causa de un problema de alergia está en el sistema inmune, que no reacciona de manera adecuada ante los estímulos de las gramíneas, por ejemplo, y decide sacar todos sus recursos: mucosidad, aumento del tamaño de mucosas, rinorrea, lacrimeo… El tratamiento debería ir encaminado a tratar las placas de Peyer intestinales, como ´jefas´ de la inmunidad, el propio intestino, como órgano en que están alojadas, el sistema inmune como órgano diana, y por supuesto, todo el paciente a nivel sistémico como elemento que trabaja a diario con una inmunidad alterada: alimentación que no dañe el intestino y que le ayude a repararlo, evitar histaminas momentáneamente en la alimentación, hacer un ejercicio físico que regule el sistema inmune, dormir 8 h al menos, y de noche a ser posible; y en caso de tener incluso asma, ayudar al paciente con gestión de estrés y técnicas de *mindfulness* y meditación en la medida de lo posible.

Reitero el agradecimiento a la Dra. Ruiz por dedicarnos su tiempo, y me comprometo a seguir estudiando e investigando sobre esta forma holística de entender la salud, que cada vez tiene más adeptos en sus redes, entre los que sumo uno más.

Beatriz Rivas Álvarez
Jefa del Departamento Científico-Tecnológico

DID YOU KNOW THAT… BRITISH ENGLISH IS NOT LIKE THE AMERICAN?

Have you watched an American film and you have not understood it very well? Have you heard English natives that you understood and others that you were not able to decode? Don't worry, this happens everywhere, every time and to everybody.

As every language (included Spanish), English is composed of varieties and dialects which can cause learners some trouble. We learn Standard English, a minority variety that is widely understood but only spoken in the south of England and Wales.

So what happens when we hear native speakers from Ireland, Scotland, Australia or the USA? You may feel that you have not learnt English, but that is not true! You have not been taught that English has varieties, chiefly the British (BrE) and the American (AmE).

The differences between British and American English have historical reasons that could be compared to those existing between Spanish in Latin America and Spain. Both these languages developed independently from their metropolis, though they continue to be essentially the same language.

Although the base language is the same, there are differences between British and American English in many ways, mainly because the Americans have made some changes and developed their own style.

Let's see some of them…

SPELLING

Americans have made things much easier and logical by transforming the spelling system into a more phonological one.

BrE	AmE	Examples
-our	-or	colour/color, honour/honor
-re	-er	theatre/theater, centre/center
-ce	-se	defence/defense, offence/offense
-ise	-ize	organise/organize, apologise/apologize
-double consonant-	-single consonant-	waggon/wagon, kidnapped/kidnaped
en-	in-	enquiry/inquiry, enclose/inclose

PHONETICS

In the same vein, Americans have a more orthographic pronunciation.

Phoneme	BrE	AmE
/r/	Silent, except when it is followed by a vowel	Pronounced in almost all positions
/t/ intervocalic	Plosive	Tapped (/d/)
/j/	Pronounced	Non-existent
-o-	Rounded sound /	Unrounded sound /

GRAMMAR

- AmE has regularised some **irregular verbs** → learned (learnt), dreamed (dreamt), burned (burnt).
- AmE has dropped the present perfect and **past simple** is used in its place.
- AmE **collective nouns** normally take a singular verb.

VOCABULARY

Followed by the pronunciation, the vocabulary holds the most noticeable differences.

Same word, different meaning

Word	BrE	AmE
Pants	Underpants	Trousers
Pavement	Foothpath, sidewalk	Road surface

Same word, additional meaning in one variety

Word	Meaning in common	Additional meaning
Dumb	Mute	Stupid (AmE)
Leader	One who guides	Editorial (BrE)

Same word, different in style, connotation and frequency of use

Word	BrE	AmE
Autumn	*Common. All styles*	*Formal/Poetic* → fall
Perhaps	*Common. All styles*	*Formal* → maybe

Same concept or item, different word

Spanish	BrE	AmE
Jersey	Jumper	Sweater
Ascensor	Lift	Elevator
Vacaciones	Holiday	Vacation
Zapatillas	Trainers	Sneakers
Película	Film	Movie
Gasolina	Petrol	Gasoline, gas
Edificio	Building	Block
Linterna	Flashlight	Torch
Tienda	Shop	Store
Cartero	Postman	Mailman
Cola	Queue	Line

According to all this, wouldn't you say that American English is easier than British English for Spanish learners? Think about American history and geography…

Elena Arráez Jiménez
Profesora Ámbito Comunicación
C.E.P.A. Montes Norte

JUGANDO CON LA LENGUA

El doble sentido es un recurso literario en el que una frase o palabra puede ser entendida de dos maneras, generalmente como una forma de humor.

Vaya este pequeño homenajea al genial D. Francisco de Quevedo, cuya estética conceptista se basaba en el concepto, en la palabra. En impactar, en tratar de llamar la atención del lector por medio de las asociaciones ingeniosas de ideas y de palabras.

Imaginemos, por tanto, la realidad deformada, caricaturizada en sus defectos de mayor relieve. Enfoquémosla con las lentes deformantes del mencionado escritor y observemos unos cuantos ejemplos de frases con doble sentido que en nuestras actuales circunstancias vitales han pasado ya a formar parte del colectivo común:

El trabajo es sagrado, por eso ni lo toco.
La esclavitud no ha sido abolida, solo se ha puesto en nómina.
Vuelve a subir la prima de riesgo. Los bancos no dan crédito.
No te dejes influir por los demás. ¡¡ Hazme caso!!
Los hospitales se quedan sin anestesia. Se acabó lo que sedaba.
Un cliente mató al abogado que lo defendía. Debió perder el juicio.
Un joven murió atropellado por un camión cuando iba al cine… no vio el tráiler.

Y para ser concisa, como mandaban los cánones conceptistas, y no olvidarme de la famosa frase de otro conceptista, Baltasar Gracián, que decía: "Lo bueno, si breve, dos veces bueno y, si es malo, es menos malo", agradezco la invitación del Jefe de Estudios de colaborar en esta revista y me despido animándoos a desvirtuar unas cuantas palabras para extraer de ellas significados ocultos y divertidos. Leed pues, con atención estas alocadas definiciones:

***Anómalo**: Hemorroides.*
***Bermudas**: Observar a las que no hablan.*
***Camarón**: Aparato enorme que saca fotos.*
***Decimal**: Pronunciar equivocadamente.*
***Diadema**: Veintinueve de febrero.*
***Diógenes**: La embarazó.*
***Endoscopio**: Me preparo para todos los exámenes, excepto para dos.*
***Manifiesta**: Juerga de cacahuetes.*
***Meollo**: Me escucho.*
***Platón**: Plato grande.*
***Reparto**: Mellizos.*
***Talento**: Va despacio.*
***Telepatía**: Aparato de televisión para le hermana de mi madre.*
***Telón**: Tela de 50 metros o más.*
***Zaragoza**: ¡¡Bien por Sara!!*

¡Es vuestro turno! Completad con las que faltan alfabéticamente intentando sacarles el significado humorístico que esconden.
¡Muchas gracias y feliz verano!

Gloria García de Mora Reguillo
Profesora de Lengua castellana y Literatura

PLANTAS DE NUESTRO ENTORNO EMPLEADAS EN USOS MÁGICOS Y SUPERSTICIOSOS

Son numerosas las plantas que se asocian tradiconalmente con rituales supersticiosos, con usos protectores, a veces empleadas como amuletos, otras relacionadas con malas influencias y brujerías; además de las que producen curaciones mágicas en hombres y animales.

Entre las plantas protectoras encontramos el romero, el olivo, el acebo, el gordolobo, la ruda o el paloduz. El **romero** (*Rossmarinus officinalis*) es una de las especies con más usos y propiedades en la cultura popular ("De las virtudes del romero se puede escribir un libro entero" reza el aforismo). Y entre estas propiedades están las mágicas: para evitar el rayo, para atraer la buena suerte y alejar los malos espíritus se ha quemado en Nochebuena, para proteger al caminante, etc. Si estas ramas estaban bendecidas en Domingo de Ramos, aumentaban su poder; lo mismo sucedía con las ramas de **olivo** (Olea europaea) o de **manzanilla de la sierra** (Helichrysum stoechas), su protección contra el mal de ojo, el demonio o las brujas era mayor de resultar bendecidas en esta fecha o en el día de la Ascensión (Blanco, 2000).

Gordolobo (*Verbascum thapsus*).

Fuente: Caspari, 1954.

La tradición de poner una rama de **acebo** (Illex aquafollium) en la puerta de las casas en Navidad también tiene un significado originario de protección contra los malos espíritus. El **gordolobo** (*Verbascum thapsus*) nos muestra en su nombre el uso mágico con que se empleaban sus hojas para proteger al viajero de ataques de lobos al atravesar los bosques. La **ruda** (*Ruta graveolens*) se ha utilizado en rituales para proteger del mal de ojo, contra malos espírutus y en exorcismos; llevar un rama en el bolsillo se consideraba útil para aliviar el cansancio y espantar a las brujas. El **boj** (*Buxus sempervirens*) también se ha usado para ahuyentar tormentas, quemándolo, y para evitar el cansancio del camino portando una ramita. Llevar una cruz hecha con rizomas de **paloduz** o regaliz (*Glycyrhiza glabra*) atados con un hilo rojo se ha considerado amuleto protector contra malas influencias.

Si nos referimos a curaciones mágicas de diferentes dolencias, podríamos mencionar especies como el ajo, el torvisco, el cardo corredor, el mimbre o la retama. Son populares los usos, en este sentido, que se hacen de los **mestos,** ejemplares híbridos de encina y alcornoque, o bien de encina y quejigo, principalmente. Así tendríamos, por ejemplo, el mesto de Santa Quiteria, en el que lugareños tradicionalmente cuelgan prendas de enfermos para su curación o bien toman su corteza para infusiones con el mismo fin.

El **torvisco** (*Daphne gnidium*), en nuestra provincia, se ha usado frecuentemente para cortar la diarrea en los corderos, atando una cuerda de torvisco en el rabo (Consuegra, 2009). En Porzuna se han dado testimonios sobre el uso del torvisco clavado en las cercanías de cultivos de garbanzos para que estos no se "mareen". Contra las fiebres se ha usado una cabeza de **ajo** (*Allium sativum*) debajo de la axila, mientras que llevándola en el bolsillo era protectora contra el mal de ojo.

Torvisco *(Daphne gnidium)*

Fuente: http://www.naturalista.mx/taxa/82836

El **cardo corredor o santo** (*Eryngium campestre*) se usaba para curar a las vacas cuando tenían gusanos por la puesta de la mosca *Hypoderma* haciendo una cruz con sus ramas en la pisada o la pata del animal. Esta misma planta se ha usado en Toledo para prevenir rozaduras colocando un trozo de tallo en el sombrero (Gª Carrero, 2011). Con ramas de **mimbre (***Salix fragilis*) se han practicado rituales para curar hernias en niños y con ramas de **retama** (*Retama sphaerocarpa*) se han tratado las verrugas, además de hacer nudos en ellas y tomar sus semillas contra el paludismo.

En relación con esta temática, citaríamos plantas que producen malas influencias, inducen enfermedades o mala suerte. Es frecuente la creencia que dormir bajo una **higuera** (*Ficus carica*) o cobijarse bajo su sombra, producirá fiebres, dolor de cabeza o enfermedad (Blanco, 2000). En cuanto a la **adelfa** (*Nerium oleander*) se previene que al arrancar sus flores se te caerá el pelo. Otras especies asociadas a la mala suerte han sido el **rosal de pasión** (*Passiflora caerulea*) y el **moral** (*Morus nigra*).

Para buscar agua los zahoríes han empleado tradicionalmente varas de avellano o de olivo.

Fuente:http://blog.ruralmur.com/zahori-el-buscador-de-agua/

Juan Carlos Mendoza Jiménez
Maestro del AEPA El Robledo

Bibliografía:

Además de las plantas ya mencionadas que se asocian con influencias positivas y protectoras, podriamos mencionar otras que atraen la suerte o que ayudan a potenciar los poderes mágicos. Tadicionalmente se considera al **avellano** *(Corylus avellana)* como madera para fabricar varitas mágicas y varas de zahoríes. Es muy conocida la búsqueda de los **tréboles** (*Trifollium sp.*) de cuatro hojas como amuleto de buena suerte ("A coger el trébole la noche de San Juan" se canta popularmente pues las mozas buscaban el de cuatro hojas que garantizase casarse con el primer joven apuesto que se encontraran). El **mirto** (*Myrtus communis*) usado para conservar el afecto y aligerar el cansancio.

BLANCO CASTRO, E. (2000) "Etnobotánica en Extremadura" CEP Alcoba de los Montes y E.Blanco. Madrid.

CONSUEGRA COELLO, V (2009) "La cultura de las plantas en la Mancha" Diputación de C. Real.

GARCÍA CARRERO, P (2011) "Estudio etnobotánico en el municipio de Borox (comarca de La Sagra)" Diputación de Toledo.

RIVERA NUÑEZ, D et al. (1991) "Guía INCAFO de las Plantas útiles y venenosas de la península Ibérica y Baleares" Ed. Incafo.

LA EDUCACIÓN EN LOS PAÍSES BÁLTICOS

En primer lugar y para situarnos, habría que recordar cuales son los Países Bálticos y no confundirlos con los Países Nórdicos que son los primeros que nos vienen a la mente cuando hablamos de buena educación.

Estos Países Bálticos eran hasta hace poco antiguas repúblicas de la extinta URSS (Unión de Repúblicas Socialistas Soviéticas) y por ello tienen una relación de amor y odio con la madre o madrastra Rusia.

Como la historia de cualquier otro país, su caso no es una excepción. Tanto la historia lejana, como la reciente, se impregnan en el ADN de los países y aquellos que lo habitan, haciendo que sean como son y no de otra forma. Esta historia reciente se hace patente cuando los visitas y según barrios, parece que estuviéramos visitando el escenario de una peli de espías rusos vs americanos, KGB vs CIA.

A todo esto, todavía no hemos aclarado que las tres Repúblicas Bálticas de las que hablamos son Estonia, Letonia y Lituania.

Durante la Segunda Guerra Mundial, las tres republicas fueron anexionadas por la Unión Soviética y no fue hasta finales de los años 80, con la "Revolución Cantada", que volvieron a ser independientes y retomaron su identidad e idioma propio, por cierto, ininteligible para la mayoría de los mortales.

Si a cualquiera de nosotros nos preguntaran si conocemos algo relacionado con estos países, pediríamos el comodín del público, pero haciendo un poco de memoria seguro que nos acordamos del lituano Sabonis, del festival de Eurovisión de 2003 en Riga (Letonia) y de Skype, creado en Tallin, capital de Estonia, así, a bote pronto.

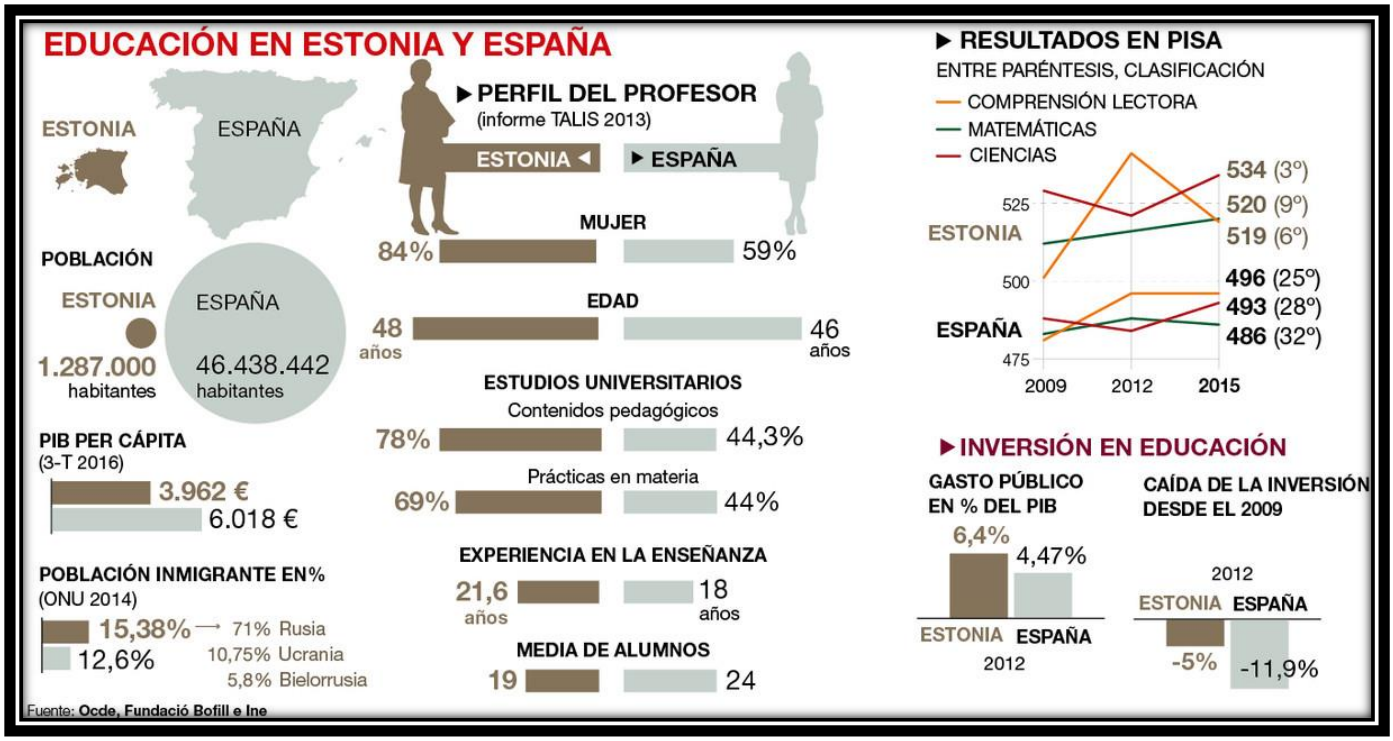
La atracción que ejerce lo desconocido, especialmente a los que somos curiosos por naturaleza, hizo que en sendos proyectos europeos Grundtvig (2012) y Erasmus+ (2016), visitásemos las tres repúblicas y conociésemos in situ ciudades, gentes, gastronomía, costumbres y sistemas educativos, aunque no tan a fondo como nos hubiese gustado.

Aunque no podemos hablar de las tres repúblicas bálticas como un todo, ya que cada una de ellas tiene entidad propia y varias diferencias, también es cierto que guardan muchos elementos comunes, sobre todo en el imaginario de un hispano como yo, nacido y criado tan lejos de esos lares. Por eso, vamos a hablar de "las repúblicas bálticas" como un ente (justo lo contrario que al principio del párrafo decía, ¡Vaya por Dios!).

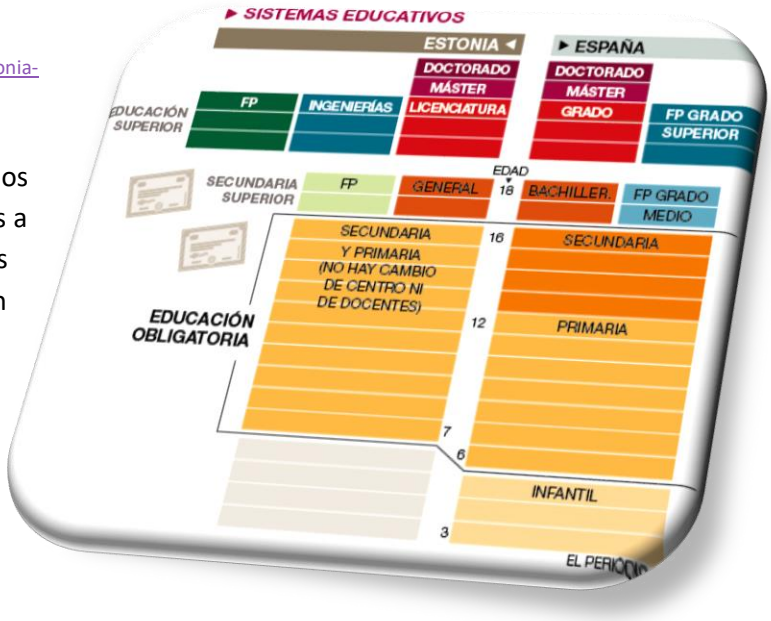
Sin grandes recursos naturales, sin petróleo ni coltán, y con una extensión de terreno tres veces más pequeña que España, sumando las tres repúblicas, la población total apenas llega a 6 millones, frente a los 46 de nuestro país.

Con estos mimbres había que hacer cestos y se pusieron, apostando todo al capital humano. Teniendo como referente a su vecina Finlandia, que siempre ocupa los puestos de cabeza en el famoso informe PISA, sacaron la educación de

las aulas, le dieron alas a los docentes, apostaron por las “Nuevas Tecnologías” y actualmente son líderes en los resultados de Ciencias y Matemáticas.



El 'sorpasso' educativo de Estonia
MARÍA JESÚS IBÁÑEZ (*elperiodico.com*)
https://www.elperiodico.com/es/sociedad/20170128/sorpasso-educativo-estonia-nuevo-referente-educacion-5771678



No es difícil encontrar multitud de informes, estudios comparativos y cifras oficiales a poco que le preguntemos a nuestro amigo Google. No aportaríamos nada nuevo si nos dedicásemos a arrojar cifras y a poner gráficos. Ya lo han hecho otros. Como muestra un botón.

Lo que sí podemos contar nosotros es a qué sabe, cómo huele y el color que tiene. Es decir, aprovechando que el Pisuerga pasa por Valladolid y nosotros pasamos por aquellas lejanas tierras no mucho tiempo ha, estamos en disposición de opinar, nada vinculante, sobre lo visto en el terreno, fuera del laboratorio.

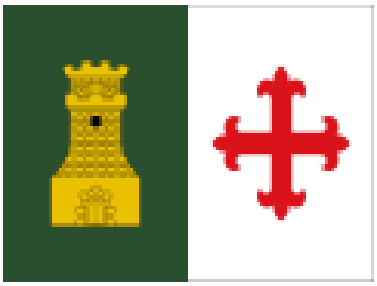
Cuando uno está allí, por momentos tiene la impresión de haber viajado en el tiempo, más que en el espacio, y estar situado en la España de los ochenta, eso sí, con unos pocos grados menos de temperatura. Con algo más de medio siglo en la mochila de la vida, recuerdo el final de aquella década con una libertad de acción que en esta sociedad que nos estamos creando mega súper organizada, legalizada y “normatizada”, ya no disfrutamos.

La educación, su sistema educativo, es reflejo de esta libertad que se traduce en una sana y responsable flexibilidad a la hora de trabajar. Cuando aquí a alguien se le ocurre algo nuevo y quiere llevarlo a la práctica, entre permisos, autorizaciones, inspecciones, Ley de Protección de Datos y otras historias, se queda sin energía antes de empezar. Lo que por allí se considera original y vanguardista, por aquí lo tachan con tono despectivo de “ocurrencia”… y así nos va.

De todos los hechos diferenciadores entre cómo lo hacemos aquí y cómo lo hacen allí, no son los millones de euros gastados en educación, no es la ratio de alumnos por clase, no es la cualificación del profesorado, ni por supuesto, el nivel intelectual del alumnado, lo que creo que marca la diferencia es la **consideración hacia el docente**. El respeto no es algo que diga la Ley de Autoridad del Profesorado, es algo que se tiene, como aquí se tenía. La docencia es algo que se ejerce y se hace, y no algo que se escribe y se dice que se hace en programaciones, memorias, estándares de aprendizaje, competencias, estándares de evaluación y un largo etcétera.

Juan Francisco Lozano Ramírez
Director del CEPA Montes Norte

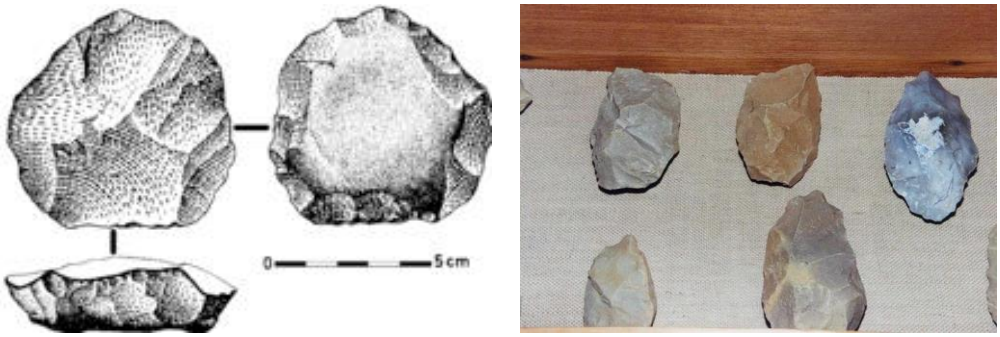
BREVE HISTORIA DE PIEDRABUENA
De la Prehistoria a la Edad Media



Prehistoria y Edad Antigua

Los yacimientos arqueológicos encontrados señalan un poblamiento continuo sobre el término desde el Paleolítico Inferior, (desde hace 2,85 millones de años hasta 127.000 años), y Medio, (desde hace 127.000 años hasta hace unos 40.000 años), hasta nuestros días, exceptuando únicamente el despoblamiento común a toda la región que tuvo lugar durante el Paleolítico Superior, (desde hace unos 40.000 años hasta hace 12.000 años).

No han sido hallados yacimientos del Paleolítico Inferior dentro del término, pese a su cercanía a los yacimientos Musterienses y Achelenses encontrados en Porzuna, Las Casas del Río y Las Tiñosillas, en torno al curso del río Bullaque.



Núcleo, (izquierda), y bifaces, (derecha), de la industria Achelense, (Paleolítico inferior)
(yacimiento arqueológico de Porzuna)

Si existen restos dentro del término de Piedrabuena, en torno a las redes fluviales del Bullaque, pertenecientes al Paleolítico Medio, en la Fonteva, la Dehesilla, la Dehesa, Casa de los Castillejos y Las Laborcillas.

Durante la Edad del Bronce, (Edad del Bronce en La Mancha 2.400-700 a.C.), el término de Piedrabuena albergará numerosas poblaciones de entidad no determinada, que se pueden enclavar en la facies conocida como de los poblados de altura, de entre todas en las que se ha dividido este período del Bronce en La Mancha. Dichos poblados se encuentran en cotas de altitud cercanas a los 800-890 m, localizados en las sierras que circundan la citada cubeta de Piedrabuena. Morro del Sotajo, Morro Pinto, Cerro Benavente, Collado de los Criminales, Hoya del Lobo, Aljibe de la Vieja, Aljibe del Moro y Morro de la Dueña son los yacimientos del Bronce encontrados en Piedrabuena y catalogados en la Carta Arqueológica de Ciudad Real.

Cerámicas y armas de la Edad del Bronce

Los resultados obtenidos por dichos estudios dejan al descubierto un gran vacío de poblamiento o despoblamiento total, según autores, durante los períodos posteriores al citado Bronce: Edad del Hierro, pueblos prerromanos y Romanización. Ni las prospecciones realizadas, ni las fuentes clásicas nos informan de la existencia de un poblamiento de cierta entidad y estabilidad dentro del término en dichos períodos.

Edad Media

Los siglos de dominio visigodo (V-VIII) son de un progresivo despoblamiento. Los textos históricos son parcos en información relativa al municipio, únicamente la Hitación de Wamba, (año 676), documento de la época que designaba el límite entre los obispados de Mentesa, (la actual Villanueva de la Fuente), y Oreto, (cerca de Granátula de Calatrava), menciona a la población de Betra o Petra, que se quiere identificar con la actual Piedrabuena.

Tras la conquista islámica del Reino Visigodo de Toledo la presencia musulmana en el término de Piedrabuena se extendió desde el siglo VIII al siglo XII. Durante este periodo el territorio fue ocupado principalmente por comunidades beréberes, procedentes del norte de África. Son muy escasos los vestigios de la presencia musulmana. Cabe citar las cerámicas de época emiral y califal, (siglos IX y X), halladas en el cercano castillo de Miraflores, que podría, por lo tanto, tener un origen islámico. (Por el contrario, no está claro el origen del castillo de Mortara).

En el siglo XII las tierras del término de Piedrabuena, junto con todo el valle del Guadiana, eran frontera entre musulmanes y cristianos, sometidas, por lo tanto, a una intensa actividad bélica y a un continuo cambio de manos, de manera que, si bien esta zona pasó a manos cristianas a mediados de dicho siglo, volvió a control musulmán tras la victoria de los almohades sobre el rey de Castilla Alfonso VIII en la batalla de Alarcos, (1195). Es precisamente de esta época la primera mención escrita de la localidad de Piedrabuena, que aparece citada, en una bula del Papa Gregorio VIII, fechada el 4 de noviembre de 1187.

La decisiva victoria cristiana en la batalla de Las Navas de Tolosa, (1212), supuso la consolidación definitiva del dominio cristiano del todo el territorio castellanomanchego.

Los reyes de Castilla concedieron a la Orden de Calatrava el señorío sobre Piedrabuena, que paso a constituir una encomienda del extenso Maestrazgo de dicha orden militar.

Castillo de Miraflores y escudo de la Orden de Calatrava

Al perder el castillo de Miraflores su función defensiva frente a los musulmanes los comendadores de la encomienda de Piedrabuena dejaron de residir en él y se trasladaron al núcleo de población, estableciéndose en el castillo de Mortara, (denominado así porque en el siglo XVIII pasó a pertenecer a los marqueses de Mortara), cuyas primeras construcciones se cree que pertenecen al siglo XIII. Dicho castillo fue objeto de mejoras y ampliaciones a lo largo del siglo XV, como lo atestigua un documento de 1423, en el que se menciona la necesidad de *"poblar y reparar la casa donde mora el comendador".* Fruto de estas obras hacia finales del siglo XV el castillo constaba de una torre cuadrada de dos plantas en el centro, rodeada por una muralla, contando en su interior con caballerizas y un horno de pan, de uso obligatorio para todos los habitantes de la localidad.

Reconstrucción del aspecto que debía tener el castillo de Mortara en el siglo XV.

Durante los últimos siglos de la Edad Media, (siglos XIII al XV), la encomienda de Piedrabuena fue objeto de disputas entre la Orden de Calatrava y el Arzobispado de Toledo, cuyo alfoz, (territorio bajo su señorío y jurisdicción), llegaba a las sierras situadas justo al norte de la localidad. Finalmente, en 1477, Fernando el Católico colocó todas las tierras y bienes de la Orden de Calatrava bajo la autoridad de la Corona, por lo que Piedrabuena pasó a ser un territorio bajo el control de los Reyes Católicos.

Luis Carlos Ramos Molpeceres
Profesor del Ámbito Social del CEPA "Montes Norte" de Piedrabuena.

NO SON TODAS LAS QUE ESTÁN,

NI ESTÁN TODAS LAS QUE SON

Rita Levi Montalcini

Mª Teresa Toral

Rosalind Franklin

Dorothy Crowfoot

¿Qué tienen en común estas mujeres?

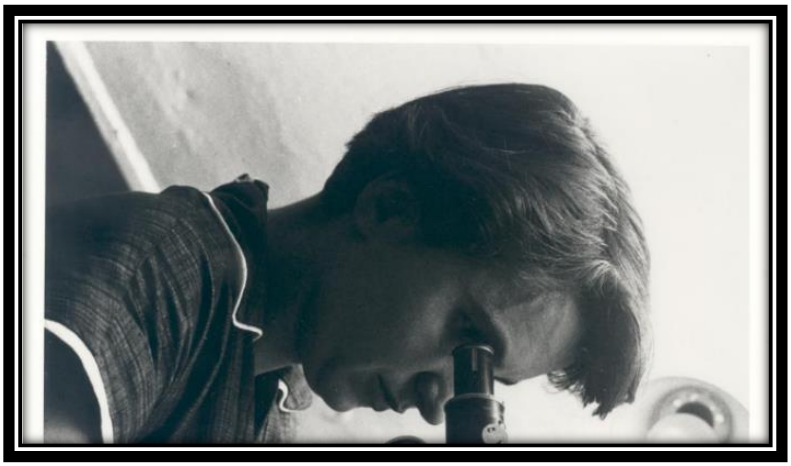
Sí, son CIENTÍFICAS

Aunque pueda parecer que tradicionalmente la ciencia ha sido "cosa de hombres", lo cierto es que son muchas las mujeres que han contribuido y contribuyen al avance científico con sus estudios y descubrimientos.

A lo largo de toda la historia científica, tanto las instituciones, la sociedad como los propios compañeros, no han dado la publicidad y el reconocimiento que merecían los trabajos llevados a cabo por mujeres, e incluso las han mantenido en un injusto anonimato.

Pero afortunadamente, la sociedad está cambiando en este sentido, y hoy día, gracias a las redes de comunicación de las que disfrutamos, cualquier información está al alcance de todos, por lo que podemos profundizar en conocer un poquito más de todas y cada una de estas científicas.

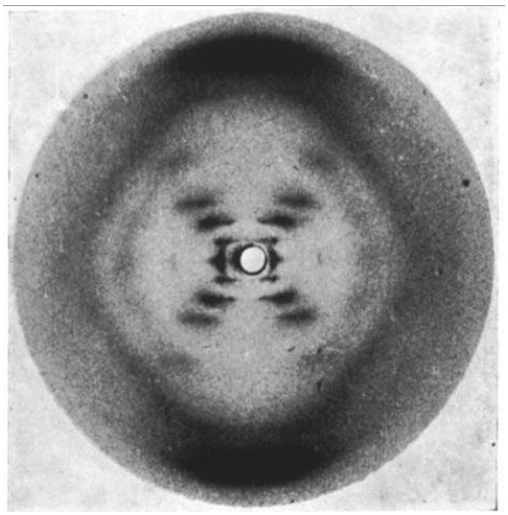
En esta ocasión descubriremos a Rosalind Franklin, ya que probablemente pocas personas conozcan quién es y qué aportó a la ciencia.



Nació en Londres un 25 de julio de 1920, y pronto mostró interés por las ciencias, por lo que se graduó en la Universidad de Cambridge en Física y Química, centrando su doctorado en las microestructuras del carbón y el grafito (año 1945).

Más adelante se interesó por la cristalografía y la difracción de los rayos X cuando atravesaban un cristal de manera que cada uno de ellos deja una huella de identidad.

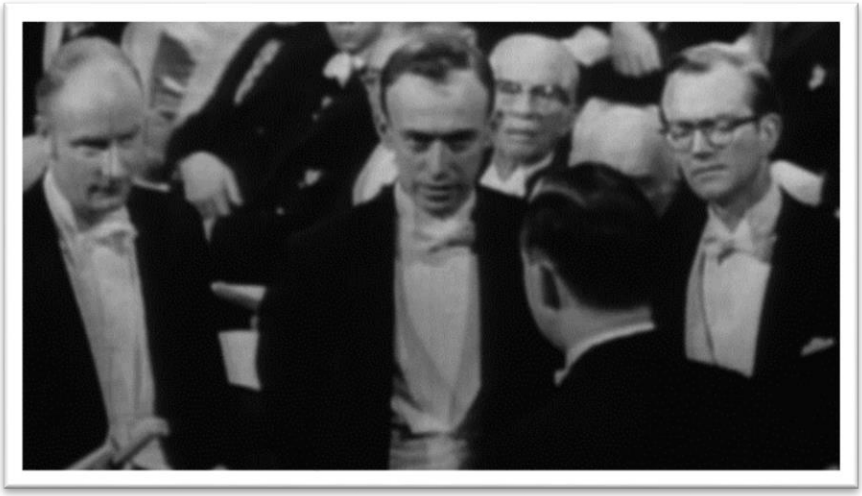
Aplicó esta técnica al estudio de la materia, convirtiéndose en poco tiempo en una especialista, obteniendo una fotografía de difracción de rayos X que reveló, inconfundiblemente, la estructura helicoidal de la molécula del ADN.



Esa imagen, conocida como la famosa fotografía 51, era la columna vertebral del ADN, y fue un respaldo experimental crucial para que James Watson y Francis Crick, junto con Maurice Wilkins, publicaran su hipótesis sobre la doble hélice en 1953.

Por aquella época, no se aceptaba un modelo sin un apoyo matemático e imágenes de difracción de rayos X, por lo que la fotografía 51 de Rosalind, así como sus estudios, mostrados sin su consentimiento a los tres científicos, fueron determinantes y esclarecedores para que ellos sacaran su obra.

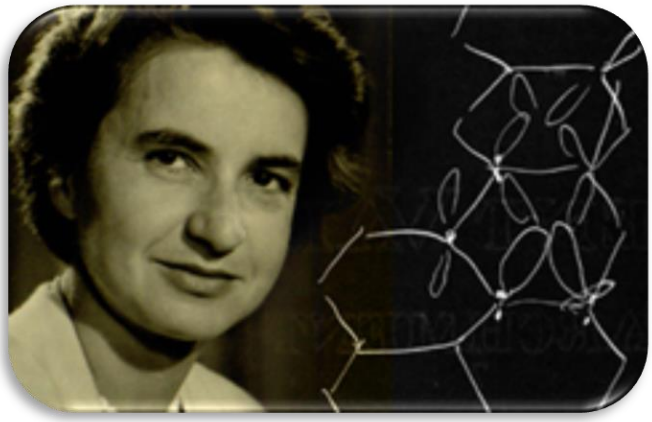
Pese a no reconocerle su mérito, presentó innumerables publicaciones ya que continuó entregada a la ciencia, siendo otro de sus estudios el virus del mosaico del tabaco; descubriendo que el virus RNA tenía una estructura helicoidal, cuyo interior no era sólido si no hueco. Además, trabajando con otros compañeros, pronto descubrirían que la cobertura del virus eran proteínas dispuestas en forma de hélice.



Lamentablemente, Rosalind falleció antes de los 38 años, y cuatro años más tarde se otorgó el premio nobel a Wilkins, Watson y Crick "por sus descubrimientos en relación a la estructura molecular de los ácidos nucleicos y su importancia para la transferencia de información en material vivo".

Molestó a muchos que no se la hiciera mención, por ello, desde aquí, mi felicitación y agradecimiento por sus esfuerzos y dedicación absoluta a la investigación científica.

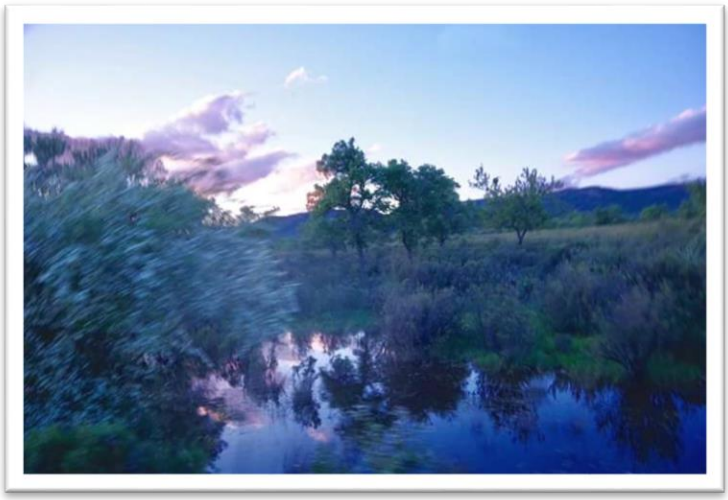
Rocío Benítez Rayo
Profesora Ámbito Tecno-Científico
C.E.P.A. Montes Norte



MI EXPERIENCIA EN LA ESCUELA DE ADULTOS

Cuando me apunté para sacarme la ESO en la escuela de adultos estuve a punto de no ir. Desde Horcajo...Carretera, gasoil, trabajo, vida familiar; sentía miedo y porqué no decirlo...Pereza.

Llegué como "un animalillo"de 55 años asustado, pero a medida que pasaban los días me fuí transformando en una estudiante "adolescente". Empecé a sentirme como en casa, y mucha culpa de ello la tuvieron mis "seños": Ana Belén y Juan Carlos. Ellos me introdujeron en este mundo tan fascinante.



Cada logro, cada evaluación me servían para continuar adelante. Este "mundillo" se fue convirtiendo en mi espacio, mi tiempo, algo que sólo era mío. Aún recuerdo mis primeras clases; sudaba y sudaba, sentía vergüenza (empecé restando). Poco a poco esos sentimientos fueron cambiando.

Me alegro de no haber tirado la toalla: El conocer a compañeros tan estupendos, a mis "seños" que nunca los voy a olvidar. Éstos no sólo me enseñaron el ciclo del agua, ¡jajajaja! (siempre había pensado que el agua era llover y punto) Y como no, a "pronunciar"en inglés: "El chose" y el "guere" ¡jajajaja!, sino a crecer como persona y a quererme más.

Seguiré estudiando, da igual lo que sea. Eso sí, desde estas líneas os animo a matricularos.

<u>Nunca es tarde para nada, y que nadie os diga nunca lo contrario</u>.

GRACIAS "SEÑOS" GRACIAS "COMPIS"

Juliana Toledano Ventas

Alumna Graduada en ESO - Curso 2017/18

HERENCIA GENÉTICA

Hoy aquí quiero expresar una reflexión que a mí me parece por lo menos curiosa, aunque seguramente a la mayoría ni siquiera le interese.

La gente que actualmente vivimos en este pueblo tenemos una herencia genética interesante.

Este pueblo se originó en los últimos años del siglo XIX, con la llegada de gente (familias enteras), que venían de otras regiones de España. Al saber que estas tierras, por pertenecer a los Estados del Duque, podían roturarlas y llegar a ser propietarios, decidieron venir e instalarse en ellas.

Se trasladaron de Extremadura, Andalucía, Castilla, etcétera… se quedaron aquí, se hicieron con sus terrenos, construyeron sus casas y se mezclaron entre sí aportando cada uno sus costumbres y su manera de vivir.

Esto, ahora, no nos parece importante porque los medios de comunicación de que disponemos nos facilitan estos contactos a todos los niveles, pero teniendo en cuenta la falta de recursos y las limitaciones de aquella época, los desplazamientos entre los pueblos eran escasos, incluso aunque fueran cercanos.

Y todo esto nos lleva a la conclusión de que los actuales habitantes de nuestro pueblo somos una mezcla de aquellos primeros vecinos que sin conocerse ni saber unos de otros, decidieron venir a vivir a un sitio que ninguno de ellos conocía.

Lo curioso es que cuando hace muchos años me enteré de que nos llamaban "*Tánger, la ciudad sin ley*" no me gustaba porque me parecía un insulto, pero después, con los años, entendí que este mote se refería a que al igual que la ciudad africana, este pueblo, entonces aldea, se componía de gente de todas partes.

Esto, ahora, me parece una gran ventaja, ya que mezclar diferentes caracteres y maneras de vivir enriquecida perspectivas más amplias para convivir.

En conclusión: Tenemos que estar satisfechos de pertenecer a este pueblo. que, aunque no sea ni el más bonito ni el más rico, es el nuestro. Y lo mejor es su gente.

Mª Carmen del Álamo
Alumna de Enseñanzas Iniciales
AEPA El Robledo

EL ROBLEDO 31 DE MAYO DE 2018

Mi nombre es Martina, tengo 73 años y nací en El Robledo en 1944, en plena posguerra.

Eran tiempos difíciles, recuerdo que siendo niña carecíamos de muchas cosas, pero al mismo tiempo éramos privilegiadas en mucha otras.

Pasábamos mucho tiempo en la calle con las amigas y como las familias tenían muchos hijos, por lógica, éramos muchos primos y nos hacíamos muchas visitas. También visitábamos a nuestros abuelos en Navalajarra. En estas visitas, todos nos alegrábamos mucho y lo pasábamos muy bien.

En Navalajarra, donde vivían mis abuelos, hay una sierra y en ella hay una cueva donde solíamos subir sobre todo el día 1 de marzo que es el día del Ángel y que tradicionalmente íbamos a "espantar al diablo", nos llevábamos la merienda y pasábamos el día por allí.

Algunas carencias que ahora recuerdo, que en la escuela solo había una maestra para las niñas y un maestro para los niños. La enseñanza que dejaba mucho que desear. A mí, no sé por qué, me gustaba mucho leer, pero no teníamos libros. Era un bien escaso. Alguna amiga te dejaba leer en su casa, aunque no había mucho que leer. Cuando me fui a Madrid a trabajar, allí tenía para leer todo lo que quería, fue una de las cosas que más disfruté, seguramente por la carencia que había tenido de niña.

La mayor parte de carencias que tuve de niña, hoy afortunadamente y con la jubilación, las estoy realizando. Viajo, voy al colegio a aprender (lo que no pude aprender de niña), porque la escuela es maravillosa, aprendes muchas cosas y convives con las compañeras.

En definitiva, que estoy encantada con la vida que me ha tocado vivir hasta hoy.

Martina Alonso
Alumna de Enseñanzas Iniciales
AEPA El Robledo

REFRANES

Algunas personas cuando me ven que voy a clase, me preguntan ¿A qué vas a clase si ya con lo que sabemos a nuestra edad con eso tenemos que nos sobra?

¡Qué mentes tan retrasadas! pienso yo, porque nunca es tarde para aprender.

Tengo 70 años, estoy en clase desde hace 5 años más o menos. Para mí es una experiencia muy bonita e interesante, pues aparte de pasarlo bien, estoy aprendiendo muchas cosas que ya tenía casi olvidadas, gracias a la paciencia que tiene con todas, este gran profesional que es nuestro profesor, Juan Carlos.

Todo lo que aprendemos aquí es muy interesante, aunque hay cosas que nos cuesta entender, unas más que otras, como por ejemplo componer frases que nos pone en la pizarra, descolocadas, por eso se me ha ocurrido escribir algunas, en forma de refranes.

Frases y refranes:

- *No hay cosa tan bien repartida como el talento, cada cual con el suyo está contento*
- *Más vale una onza de buen tiento, que una arroba de talento*
- *El secreto de poner en ridículo a las personas, reside en concederles talento a aquellos que no lo tienen*
- *La persona que no comete nunca una tontería, nunca hará nada interesante*
- *Pocos hacen el bien por el bien, todo el que da espera que le den*
- *Es más tonto que Macario, que puso índice a un diccionario*
- *Conviene reír antes de ser felices, por el miedo de morir sin haber reído*
- *El número de locos es tan grande, que la prudencia se ve obligada a ponerse bajo su protección*
- *Los libros son maestros que no riñen y amigos que no piden*
- *Ladrones que roban millones, son grandes señores*
- *Mejor sirve a España un gañán arando, que un mal político discurseando*
- *El alcalde de mi pueblo me lo enseñó, quítate tú para que me ponga yo*
- *Hay algo que Dios ha hecho mal, a todo le puso límites, menos a la tontería*
- *La Prudencia, el que la tiene, muchos daños y males previene*
- *Una gran parte del arte del bien hablar, consiste en saber mentir con gracia*
- *Quién compra lo que no puede, vende lo que le duele*
- *Quien oye las 12 y no va a comer, no tiene ganas o no tiene qué*
- *Un amigo es aquel que me socorre, no el que me compadece*
- *Guiso recalentado y amigo reconciliado, dales de lado*
- *Reniego del amigo que cubre con las alas y muerde con el pico*
- *Amor de madre, lo demás es aire*

Mª Carmen Jorge
Alumna de Enseñanzas Iniciales
AEPA El Robledo

Castilla-La Mancha

CURSO 2018/2019

Centro de Educación de Personas Adultas "Montes Norte"

Centro cabecera (Piedrabuena)

- **Educación Secundaria (ESPAD)**
- **Acceso a la Universidad para mayores de 25 años.**
- **Inglés Básico (**igual que Escuela Oficial de Idiomas**): A1 y A2**
- **That's English (**Nivel Intermedio – 1º B1**)**
- **Informática Básica (**presencial**)**
- **Informática Avanzada (**presencial**)**
- **Internet (**presencial**)**

Plazo de Admisión: **Hasta el 19 de septiembre 2018**

Aulas (Alcolea, Porzuna y El Robledo)

- **Educación Secundaria (Apoyo a ESPAD)**
- **Enseñanzas Iniciales**
- **Castellano para Extranjeros**
- **Inglés de Iniciación (***solo Aula de Porzuna***)**

Contacta con nosotros usando este código QR

CEPA Montes Norte
C/ Ruperto Villaverde, 48
13100 - Piedrabuena

Tel: 926 778 803
e-mail: 13009582.cepa@edu.jccm.es

http://cepa-montesnorte.centros.castillalamancha.es/

GRADUADOS EN EDUCACIÓN SECUNDARIA

2017-2018 Primer Cuatrimestre

Chicano Gómez, Nerea
Diestro Fernández, Luis Mario
Domínguez Esteban, Mª de las Mercedes
Fernández Esteban, Juan Francisco
Gómez Muñoz, Miguel Ángel
Hernández Sánchez, María Isabel
Herrera Herrera, Ana Beatriz
Laguna Navas, Sheila María
Laguna Navas, Tamara
Lucío Martín, Javier
Lucio Martín, Raquel
Lucio Megías, Francisco
Luna Gutiérrez, Francisco
Mansilla Álvaro, Beatriz
Nicolás Lucio, Oscar
Ortega González, Francisco Javier
Parralejo Madrid, José Tomás
Ramírez Leonor, David
Ramos Hidalgo, Lourdes
Rojas Sánchez, Hortensia
Ruíz Romero, Miguel Ángel
Santos Jiménez, José Andrés
Serrano Sánchez, Olga
Toledano Ventas, Juliana

2016-2017 Segundo Cuatrimestre

Abellán Archilla, Daniel
Asensio Manchado, Ángel Agapito
Boudlal Hernández, David Ismael
Burgos Bastante, María Carmen
Casero García, Pablo
Casero Romero, Pedro
Da Pena Martins, Jessica Mayra
Fernández Sánchez, Mónica
García Gómez, Alba
González Solanilla, Álvaro
Gutiérrez Narváez, Sergio Alejandro
Martín Hernández, Estrella
Matilla González, Joel
Navarro Vera, Eva María
Pérez González, Víctor
Pesquera Céspedes, Rubén
Poyatos Redondo, Manuel Ángel
Rodríguez López, Silvia
Salgado Navarro, Andrés
Sánchez Pozo, Noelia
Serrano Casero, Gabriel
Trinidad Macías, Elisabeth

Participan en este número
- Pilar Castillo Torres
- Beatriz Rivas Álvarez
- Ana Belén Pérez Berges
- Gloria Gª de Mora Reguillo
- Elena Arráez Jiménez
- Rocío Benítez Rayo
- Juliana Toledano Ventas
- Mª Carmen del Álamo
- Martina Alonso
- Mª Carmen Jorge
- Juan Fco. Lozano Ramírez
- Juan Carlos Mendoza Jiménez
- Luis Carlos Ramos Molpeceres
- Javier Sáez García

CEPA Montes Norte