

Nuevo proyecto en el Possumus, Aula Check+. Combatiendo la desinformación

Proyecto realizado por el alumnado de 3º ESO

Monta una noticia, desmonta un bulo. Premisa de este proyecto para fomentar la divulgación científica

¿Es cierto todo lo que vemos en internet y sobre todo en redes sociales? ¿Todas las fuentes de información tienen igual peso y fiabilidad? Partiendo de estas premisas, el alumnado de 3º ESO buceó en internet para desmontar bulos de forma precisa y científica, al mismo tiempo que crearon noticias.

PÁG. 8-9



Imagen de la Ría de Vigo usada para desmentir el bulo ¿son los bosques los verdaderos pulmones del planeta? . POSSUMUS

Sumario

4º ESO participa en la II Edición de CinVigo, "A ciencia na rúa" de la Universidad de Vigo

PÁG. 27

El colegio Possumus sigue apostando por el ajedrez como deporte inclusivo

PÁG. 28

Conversaciones que inspiran: entrevista a Celso García y Lucas Lage

PÁG. 32

Suplemento Plan de Viaje: Illas Cíes

PÁG. 13 - 20

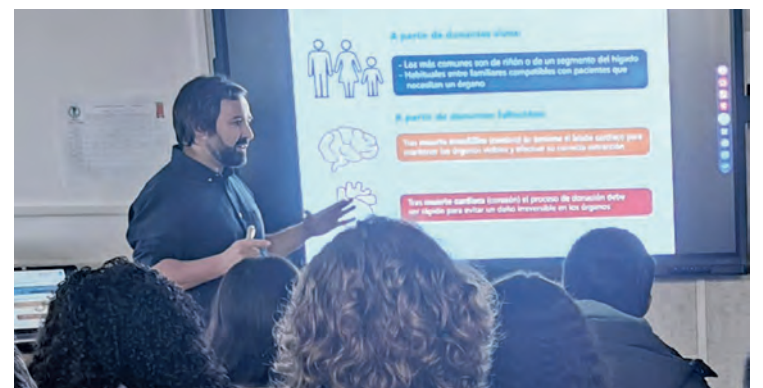
El Possumus "Da Vida"

Participación en el programa para la concienciación sobre donación y transplante de órganos

Conseguir una sociedad concienciada sobre los beneficios de la donación no es fá-

cil, y una forma de conseguirlo es mediante la divulgación en las aulas.

PÁG. 22



Lucas Lage explicando los tipos de donantes . POSSUMUS

La clave para poner fin a la violencia entre iguales está en el alumnado

Aldeas Infantiles colaboró con el colegio para determinar ambientes seguros y sin violencia.

Los alumnos se convierten en agentes del cambio aprendiendo a crear entornos seguros.

PÁG. 11





Punto laranxa no colexio. POSSUMUS

Unha nova caixa de correos no noso centro escolar

Unha forma anónima de comunicar os posibles casos de acoso

GABRIELA A. y ÁNGEL B. Vigo

Estes días estabamos á espera da colocación dunha nova caixa de correos no colexio. Nunha charla na que nos explicaron e traballamos o acoso escolar díxéronnos que íase a colocar un buzón de cor laranxa e así teríamos a oportunidade dende o absoluto anonimato de poder trasladar situacións de acoso propias ou que percibamos doutros de forma totalmente anónima.

O primeiro día que o vimos fíxonos moita ilusión e como verdadeiros periodistas estivemos a preguntar aos compañeiros que lles parecía a iniciativa.

A maioría coincidían que era

unha forma boa de denunciar os feitos que consideramos que non estaban ben porque ás veces podemos non querer se llo contar aos profes. Outros dixeron que eles se observaban feitos que non foran correctos se llo seguirían dicindo ao profesor.

A verdade que pensamos que é outra forma máis de asegurarnos que non se nos escapa ningún caso de acoso no centro e que ninguén está a sufrir. Ademais queda moi ben ese punto laranxa no centro escolar e está moi ben situado porque se queres meter algo nel o podes facer sen que ninguén te vexa.

Con esta iniciativa preténdese ter un colexio seguro e inclusivo.



Taller sobre ciberacoso da Fundación Alborada

Programa de Prevención de riscos derivados do uso inadecuado das TRIC (Tecnoloxías da Relación, a Información e a Comunicación) dirixido a menores e adolescentes

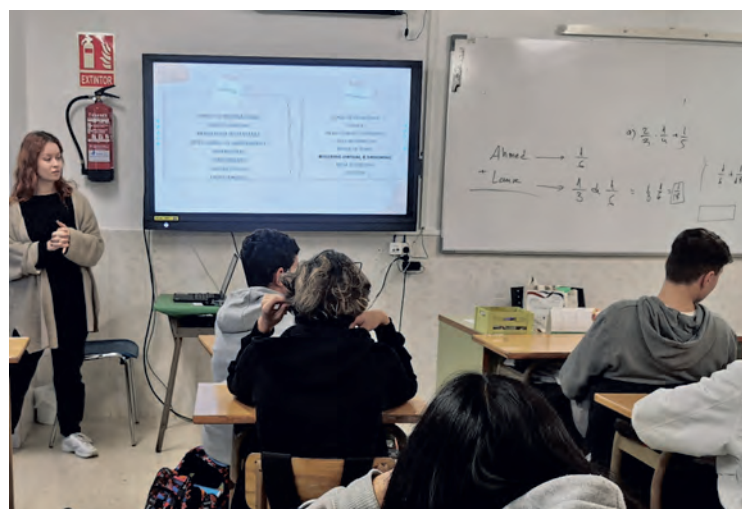
ROI D. y CRISTIAN E. Vigo

O alumnado de 2º de ESO recibiu unha charla da man de Andrea Venn dentro do Programa Alborada «Non EnRedes» sobre Bulling, acoso escolar, mensajes de odio e UNATRIC.

Parece que foi unha charla moi interesante polo que dixeron os compañeiros e compañeiras e imprescindible porque debemos estar informados de todo isto. A esa idade están sempre coas redes sociais e necesitan saber usalas e non cometer erros.

É un Proxecto piloto da asociación Alborada que axuda a alumnos, padres e docentes a identificar as vantaxes e os riscos de internet e as redes sociais.

A ponente, Andrea Venn, logrou que todos eles aprenderan a facer un bo uso.



Dos momentos del taller en 2º ESO. POSSUMUS

Grand Prix Financiero

Programa de Educación Financiera

IZAN F., y AINHOA F. Vigo

El Grand Prix Financiero es un juego educativo diseñado para enseñar a niños sobre el manejo del dinero. A través de situaciones cotidianas, 1.673 niños y niñas participaron en 2017, aprendiendo a distinguir entre lo necesario y lo deseado, así como a entender que el dinero no aparece por arte de magia. Este juego viajó fuera de Galicia por primera vez, llegando a colegios en León. Nosotros hemos disfrutado de un juego parecido a una Oca gigante, y además hemos

aprendido muchas cosas sobre las finanzas. El juego a través de diferentes situaciones nos enseñó a reconocer lo neces-

rio y entender que el dinero no aparece por arte de magia, y que gestionar bien el dinero es muy necesario.



Alumnado jugando al juego del Grand Prix. POSSUMUS

Charlas Científico - Divulgativas

Sesiones divulgativas para alumnado de 3º y 4º de Secundaria para la toma de decisiones en su orientación académica

DAVID G. y SABELA G. Vigo

Los mayores del centro, sobre todo los de 4º de Educación Secundaria, que el curso que viene estarán en otros centros escolares necesitan tener mucha información para la toma de decisiones. Tenemos la suerte en el cole de que nos visiten profesores especializados de la Universidad de Vigo para impartir unas charlas con los temas que anteriormente ha elegido el alumnado.

Este curso escolar nos visitaron Armando Caballero Rúa, catedrático en la Facultad de Biología destacando la importancia de la mutación en la evolución y en la diversidad genética de las poblaciones. También participamos en la charla de Javier López de la Escuela de Ingeniería de Minas y Energía sobre Inteligencia Artificial.

Emilio García Roselló nos sorprendió con la innovación y el negocio digital y nos adentramos en lo que estudian los economistas con Eduardo Luis Giménez.



Dos de las charlas realizadas en el colegio. POSSUMUS

Pintando Bolsas. Otra forma de expresión

Expresando emociones con pincel y sobre tela

JOEL M. y EZEQUIEL P. Vigo

Pintar en tela es una forma de expresión artística que utiliza lienzo o tela como medio de expresión. En nuestro caso, usamos bolsas de tela, y allí con colores pudimos plasmar nuestras ideas.

Este tipo de técnica, permite gran cantidad de posibilidades, dejando fluir la parte creativa de cada uno. La pintura en tela puede ser utilizada para contar historias, transmitir mensajes o

simplemente para dibujar en ella naturaleza.



Pintando las bolsas el Taller. POSSUMUS



Ana Díaz Freiría durante a charla. POSSUMUS

Ecoloxistas en Acción

Charla divulgativa sobre a contaminación e a reciclaxe.

XAVIER P. e IAGO P. Vigo

A situación actual na que vivimos, que implica unha transición enerxética, necesita para poder levar a cabo esta transición unha serie de metais como o Litio, empregado para a fabricación de baterías, o Cobre ou o Ouro, par a fabricación de microchips. Esto supón unha sobreexplotación das minas. Ademais, a sobreexplotación vai a facer que os recursos se esgoten rapidamente. Pensemos na cantidade de dispositivos móbiles e electrónicos que demandan este tipo de metais.

Para facer que os danos sexan menos a ONG Ecoloxistas en Acción propón a reciclaxe e reutilización dos dispositivos que xa están vellos ou ben

dos seus compoñentes e minerais para evitar problemas maiores, como son os grandes vertedoiros de lixo que podemos atopar en determinados países que economicamente están máis desfavorecidos.

A charla, foi levada a cabo por Ana Díaz Freiría, e tivo aproximadamente unha hora de duración, pero tamén foi acompañada dunha exposición situada no patio do colexio da que todos nos beneficiamos. A exposición estivo durante unha semana no patio.

Estas charlas divulgativas, van acompañadas de datos que permiten ao alumnado reflexionar e opinar sobre o gran problema da contaminación e xestión dos recursos que está a suceder a nivel mundial.



Ana Díaz ao comenzo da charla divulgativa. POSSUMUS



Puesto lila en la biblioteca del colegio. POSSUMUS

Ha aparecido un espacio lila en la Biblioteca del colegio

Punto lila para conmemorar el Día contra la violencia de género y para concienciar sobre ello

ROI D., IZAN F., ZARETH R. y YUXI, X. Vigo

Un día nos ha sorprendido que en la biblioteca había un lugar dedicado a la sensibilización e información a favor de la igualdad y contra la violencia de género, esto es lo que nos han dicho, pero nosotros al principio sólo veíamos un espacio muy lila con libros, panfletos y otras cosas.

Al acercarnos unas alumnas de 3º eso nos han explicado que se llama PUNTO LILA y que es un espacio que proporciona recursos y que estará abierto en la hora del recreo.

Algunos nos hemos acercado y Atenea, Lorena y Zaira nos han informado sobre cómo actuar ante un caso de violencia machista, que el punto lila es el símbolo de la actitud de rechazo a la violencia contra las mujeres y que implica un compromiso activo contra este tipo de violencia cuyo origen se encuentra en la desigualdad entre mujeres y hombres.

Este espacio fue creado por

alumnado de 3º ESO con motivo de la conmemoración del **Día Internacional contra la Violencia de Género** y nuestra participación como cada año en las actividades que propone la Consellería de Igualdad del Concello de Vigo y el

Concello Municipal de la Mujer.

Nosotros y nosotras somos las nuevas generaciones y debemos de convencernos y concienciarnos para construir una sociedad más justa e igualitaria para todas y todos.



Zaira, Atenea y Lorena en su puesto lila. POSSUMUS



Alumnas preparando el punto lila. POSSUMUS

FARO DE VIGO
170
AÑOS
AQUÍ CONTIGO

Faro de Vigo cumplió nada más y nada menos que 170 años

Faro de Vigo celebra su cumpleaños

ÁFRICA R., IZAN F. SABELA G., LÍA S. y AINHOA F. Vigo

El Faro de Vigo comenzó su andaina un 3 de noviembre de 1853 en el que su primer diario salió a la luz. Por este motivo, el Faro de Vigo es el periódico más longevo, en activo, de España, el Decano de la Prensa Española.

Para festejar tal hecho, el día 26 de octubre se celebró una fiesta en el Mar de Vigo. Al

acto acudieron numerosas personalidades, entre las que destacaron, el Alcalde de Vigo (Abel Caballero) y el Presidente de la Xunta (Alfonso Rueda) entre otras autoridades políticas. Además, también acudieron otras personalidades del mundo de la cultura.

Los asistentes recibieron una copia del primer ejemplar del Faro. Y la jornada transcurrió con la historia del periódico de forma teatralizada.

Bibliotecas
escolares
de Galicia





¡En nuestro cole no practicamos la ciencia, hacemos ciencia!

Una idea en el aula, se convierte en un experimento. Plantamos legumbres y a experimentar

LÍA S., SABELA G.,
AINHOA F., NOA T., IZAN,
F. y GABRIELA A. Vigo

Una duda en clase, una pregunta muy simple: ¿qué agua es mejor para regar, la de grifo o la de una fuente? y la profesora dijo "¿queréis averiguarlo?" Y así empezó nuestra experiencia de laboratorio.

Lo primero que hicimos fue buscar información sobre el contenido en cloro del agua de grifo y también buscamos información sobre las legumbres. Concretamente sobre las lentejas, que fue lo que nosotros plantamos.

Aprendimos que el agua es fundamental para el crecimiento de las plantas y es muy necesaria para la fotosíntesis (entre otras cosas). Para que una planta no se deshidrate, tiene que absorber agua por las raíces y llevarla a la parte aérea.

Las legumbres, son comestibles y para nosotros muy fáciles de cultivar en nuestro laboratorio. Plantamos en semilleros 40 semillas de lentejas. La primera fase fue muy rápida,



Riego de las legumbres en fase inicial y con plántulas. POSSUMUS

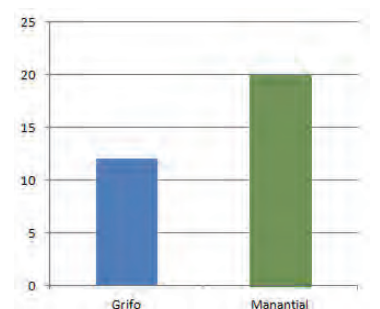


luego tuvimos que regar y esperar unos días. En cuanto empezaron a salir las plántulas, además de regar dos veces a la semana, las medimos una vez por semana. El semillero estaba delante de la ventana del laboratorio para que todas las semillas recibiesen la misma luz

y que la temperatura fuese la misma. De esas cuarenta semillas, la mitad la regamos con agua del grifo del laboratorio y la otra mitad con agua que algún compañero traía de una fuente, que venía sin cloro.

Todas las semanas anotábamos en nuestro cuaderno de labora-

torio los centímetros que crecían y tras un mes y medio de mediciones, observamos que las plantas que regábamos con agua de grifo tenían menos altura que las otras, y además, varias semillas de la zona de agua de grifo ni siquiera llegaron a germinar.



Crecimiento legumbres. AZUL:

AGUA DE GRIFO, VERDE: AGUA DE MANANTIAL





Iria Misa asinando os libros do alumnado. POSSUMUS

Encontros literarios no colexio

Moitos son os beneficios que aportan os encontros literarios en educación primaria

ZARETH R. y DAVID R. Vigo

Moitos son os encontros literarios que temos no colexio ao longo do curso. Moitos autores son os que pasan pola nosa biblioteca para contarnos as súas anécdotas e falarnos dos personaxes dos libros entre outras cousas. Escoltalos é moi beneficioso para nos posto que a través dos encontros podemos coñecer a en persoa a ese autor do libro que nos gustou, e pode inspirarnos e motivarnos para desenvolver a nosa propia creatividade e sobre todo, a fomentar un amor pola lectura e a escrita. Ver a alguén que creou historias pode motivar a algún de nos a querer facer o mesmo, a querer escribir libros.

Ademais, escoitar directamente o proceso creativo que levou ao escritor/a a escribir o libro e todas as historias que se agochan detrás dos seus libros pode crear unha conexión emocional coa literatura. Iso pode facer que os libros cobren vida e todavía nos gusten máis.

No encontros, os autores permiten que comprendamos mellor o proceso de creación dun libro, desde a idea inicial ata a publicación final. E ademais os autores nos explican todos os pasos e nos fan comprender que un libro é un proceso lento, que leva o seu tempo e que son moitas as persoas que participan ata que o libro chega ás librerías. Deste xeito, entendemos que un libro é un traballo que require moita dedicación.

Nos encontros literarios, nós tamén podemos participar e interactuar co autor/a, facerlle

preguntas sobre as curiosidades que foron xurdindo coa lectura do libro, e finalmente, os autores dedican un tempinho ao final do encontro a asinar-nos os libros e iso tamén nos gusta.



Alicia Borrás. POSSUMUS



Pablo Nogueira no encontro. POSSUMUS

RECOMENDACIONES LITERARIAS



FELIZ LECTURA!!!





Un libro para coñecer o funcionamento do Cerebro e o Sistema Nervioso

Paula Rivas, achéganos o seu libro "A increíble viaxe de Antía ao cerebro humano". Unha historia con moita historia contida

ZARETH R. e YUXI XU.
Vigo

Paula Rivas é a autora do libro "A increíble viaxe de Antía ao cerebro humano". Paula naceu en Redondela no ano 1984 e estudou bioloxía na Universidade de Vigo porque era unha apaixonada das ciencias. Unha vez rematado o grado, especializouse en neurociencia facendo un doctorado e estivo traballando no Instituto de Química Orgánica e Bioquímica e no Instituto de Medicina de Praga. Tamén estivo na Universidade de Soborna.

Ademais de investigadora, a Paula lle encanta impartir docencia e ser divulgadora, quizás é iso o que a motivou para escribir un libro de ciencia para rapaces sobre o funcionamento do cerebro humano e do sistema nervioso.

Este asombroso libro, ten como protagonista a unha rapaza que coñecerá o funcionamento dos nosos órganos dos sentidos grazas as explicacións realizadas por uns ratóns de laboratorio con nomes moi peculiares como: Santiago Ramón y Cajal, Severo Ochoa, James Parkinson ou o mesmo Alois Alzheimer.

Paula, contounos que a parte favorita do seu libro son os ratóns e tamén nos falou das



Paula Rivas e o seu encontro literario coa aula de 5º de primaria. POSSUMUS

neuronas, que son as células encargadas da transmisión do impulso nervioso polo corpo. A súa inspiración para escribir o libro foi a súa sobriña, xa que este libro era unha forma moi sinxela e entretida de facer comprender aos rapaces os conceptos do sistema nervioso e o seu funcionamento.

Entre os seus proxectos de futuro están escribir un libro para o alumnado da ESO, e sobre todo, tratou de transmitir a paixón pola lectura, porque segundo Paula, a lectura activa as neuronas e as mantén en perfecto estado. Ao mesmo tempo, aconsellounos realizar exercicio físico posto que o

exercicio físico libera unhas substancias no cerebro que son moi boas para o seu correcto funcionamento. Está claro, que paula como divulgadora científica é moi boa, ademais de explicar as súas novas investi-

gacións con lampreas (e contarnos que non descarta empregar a unha lamprea como protagonista do seu próximo libro).

Para nós, este libro ademais de ter unha lectura moi amena, ensinounos moitas cousas do funcionamento do noso corpo,

como o feito de que existen receptores nos ollos que están especializados en ver de día e outros receptores que están espe-

Durmir e facer deporte é fundamental para manter un cerebro sano

cializados en ver de noite e que explican por que non somos quen de ter unha visión

nocturna moi boa... Pero tamén fixo que profundizáramos nas vidas de científicos que prestaron os seus nomes aos ratos que Antía vai atopando ao longo da historia. Vidas moi interesantes e que fixeron cousas importantes no mundo do sistema nervioso.

Ah! e dous deles españois! Ao rematar o encontro, fíxemoslle entrega duns debuxos que fixemos unicamente coa descrición que fai do primeiro ratón que fai acto de presenza na historia: Santiago Ramón y Cajal. Todo un exercicio de imaxinación!

Foi un encontro literario moi ameno e quedamos á espera de que se decida a escribir un novo libro cunha lamprea de protagonista.



Paula explicando o seu proxecto sobre lampreas. POSSUMUS



Paula Rivas asinando no rexistro da biblioteca. POSSUMUS



Paula Rivas cos debuxos que realizamos de Santiago Ramón y Cajal. POSSUMUS

**Conto,
novela, poesía...**



**AS MELLORES
LECTURAS
EN GALEGO**

XERAIS
xerais@xerais.gal • xerais.gal



Aula Check + "Monta una noticia, desmonta un bulo"

El alumnado de 3º ESO afronta este proyecto en el que tiene que reconocer bulos que circulan por internet, las redes o a través del boca a boca

ROI D., YUXI X., ZARETH R., AINHOA F. y LÍA S. Vigo

AulaCheck es una iniciativa de la Fundación Ibercivis en la que alumnos de tercer y cuarto curso de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) y primer año de Bachillerato de 30 colegios de toda España trabajan juntos para desarrollar un periódico digital con enfoque científico y alcance nacional. El periódico está dividido en dos partes, las cuales son elaboradas por los propios centros involucrados: una sección que contiene noticias, entrevistas e infografías científicas locales, y otra dedicada al análisis de la información falsa.

La necesidad de este tipo de proyectos surge en base a dos estudios realizados: el estudio Media Navigator de Kantar publicado en 2021, en el que se ve que el 71% de los jóvenes entre 16 y 24 años se informa a través de redes sociales, pero no tienen las herramientas necesarias para valorar, analizar y evaluar la credibilidad de las informaciones y el I Estudio sobre el impacto de las fake news en España, en el que se observa que el 78% de los encuestados entre 16 y 24 años no sabe discernir entre noticias

reales y falsas.

El proyecto pretende aumentar la cultura científica y fomentar las vocaciones en divulgación científica entre los jóvenes, además de acercar la investigación al alumnado y dotarlo de herramientas y metodologías para analizar objetivamente la información que circula en RRSS.

Además, es importante analizar cómo los jóvenes se enfrentan, combaten o aceptan las fake news y bulos que aparecen en los diversos medios.

A través del proyecto se pretende conseguir en el alumna-

do un pensamiento crítico que tiene mucho que ver con la velocidad de cambio en las tecnologías de la comunicación

que junto con la sobreinformación requieren herramientas que desarrollen y potencien el pensamiento crítico. Esta capacidad, tiene como meta no dar por verdadera cualquier información con la que nos encontramos. Potenciar esta capacidad ayuda a la toma de decisiones.

Se pretende potenciar una mayor cultura mediática. Esto es muy necesario para conocer el poder de los medios de comunicación sobre las personas. El análisis contrastado de



¿Son Los Bosques Los Verdaderos Pulmones Del Planeta?

Bulo desmontado por la clase de 3º ESO. POSSUMUS

datos e información potencia la adquisición de esa cultura mediática, favoreciendo no solo la reflexión crítica sino actitudes activas en la creación y difusión de contenidos informativos de calidad.

Finalmente, se pretende potenciar también un uso responsable de RRSS. Las redes sociales se han convertido en las principales herramientas de comunicación para una buena parte de la población. El uso inadecuado puede tener graves consecuencias.

En nuestro colegio participa el curso de 3º ESO y desde noviembre está elaborando noticias y bulos para ser publica-

dos en ese periódico. Ya son unos cuantos los publicados. El primer trabajo enviado a Aula Check, se trata de un bulo muy extendido entre la población general, es el hecho de considerar los bosques como los verdaderos pulmones del mundo. Nuestros compañeros de 3º ESO se cuestionaron esta afirmación y tras bucear en diferentes páginas con peso científico, llegaron a la conclusión de que es el fitoplancton el que produce más del 50% del oxígeno que se libera a la atmósfera pudiendo llegar incluso a un 85%. Por lo tanto, los bosques no son los pulmones del planeta, son los océa-

nos.

Si queréis obtener más información sobre este bulo, puedes acceder a todo el artículo leyendo el siguiente código QR. No pierdas la oportunidad de leer las referencias registradas en la noticia con las explicaciones oportunas que han llevado a nuestros compañeros a desmentir el bulo.





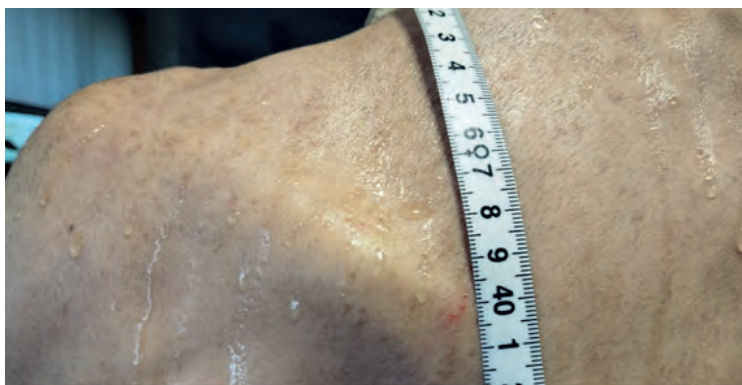
Además del bulo sobre los pulmones del mundo, se adentraron en el estudio del agua a la hora de comer. Se escucha mucho decir que el agua en las comidas engorda y que sudar adelgaza, pues ni lo uno ni lo otro. Lo cierto es que el agua que se pierde al sudar se recupera al beber. Si queréis más información:



Realizaron dos noticias, una sobre los disruptores endocrinos, que son unas sustancias químicas que producen muchos daños a nuestro cuerpo y otra sobre unos experimentos que ellos mismos hicieron en cursos anteriores y que presentaron a diferentes ferias científicas. Más información sobre estas noticias en los dos qr siguientes:



Y el último bulo, es bueno leerlo en el qr, quizá la leche no calcifica tanto como dicen:



El Agua y Su Efecto Sobre La Báscula



Amenaza Silenciosa: Los Disruptores Endocrinos



Conociendo Las Propiedades Edáficas A Través Del Estudio De Los Suelos.



¿Es Necesaria La Leche Para Prevenir La Osteoporosis?



Libro de Oceánicas regalado al colegio por Begoña Pérez. Investigadora del IEO de Vigo. POSSUMUS

Oceánicas: un proyecto sobre las mujeres del mar

Su objetivo es divulgar el trabajo de científicas dedicadas al estudio de los océanos

NOA T. y GABRIELA A. Vigo

Oceánicas es un proyecto del CSIC, en el que se pretende dar a conocer el trabajo de mujeres que se dedicaron y/o se dedican a estudiar los océanos y todo lo relacionado con ellos..

Oceánicas se creó en el año 2018 y para ello colaboró la Fundación para la Ciencia y la Tecnología (FECYT). En este proyecto se refleja el trabajo de científicas del pasado, es decir, las pioneras, pero también de las del futuro. Con este proyecto se pretende provocar vocaciones científicas en niños y niñas y fomentar su creatividad, su

capacidad de decisión y el trato igualitario frente a las desigualdades de género desde edades muy tempranas.

En nuestro colegio hay un ejemplar del libro Oceánicas, fue un obsequio de la científica del IEO de Vigo Begoña Pérez Fernández, que se acercó a nuestro colegio para ser entrevistada por el alumnado de tercero de la ESO para su proyecto de Aula Check+, puesto que uno de los requisitos de este proyecto es hacer una entrevista a un/a científico/a de la zona. Begoña es de Coruxo (Vigo), trabaja en Vigo y además de investigar, se dedica a divulgar.



Alumnado de primaria conmemorando el día. POSSUMUS

Día Mundial de Concienciación sobre el Autismo

Vestidos de azul y dando forma a un corazón

XAVI P., IZAN F. y CRISTIAN E. Vigo

La conmemoración de la concienciación sobre el autismo adquiere una relevancia importante el día 2 de abril, puesto que resalta la importancia de la inclusión y el entendimiento hacia las personas con trastornos de espectro autista. Este día, elegido por la ONU para tal fin, hace que el mundo se una para fomentar un entorno donde todas las personas, independientemente de sus diferencias, puedan prosperar y ser aceptadas. Eventos

educativos, campañas de sensibilización y testimonios personales resaltan la diversidad y el potencial de todas las personas, desafiando los estereotipos y promoviendo la aceptación y el respeto mutuo. Este respeto mutuo ha de ser continuo, pero el 2 de abril es un momento para reflexionar sobre el progreso logrado y renovar nuestro compromiso de trabajar juntos hacia un mundo más inclusivo y comprensivo para todos.

Nosotros, los alumnos debemos contribuir a fomentar el respeto entre personas.



Fortaleciendo raíces: por una autoestima sana

Un taller sobre la autoestima en nuestra clase

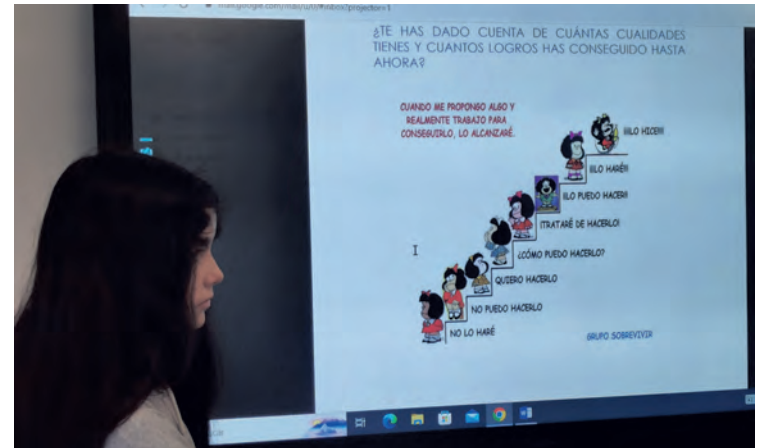
DAVID G. y DAVID R. Vigo

¡Cuántas preguntas nos han surgido cuando la orientadora del centro nos ha dicho que venía a impartir una charla de autoestima!

La verdad que no teníamos muy claro qué era eso. Al principio, en la lluvia de ideas algunos sí que hacíamos referencia al concepto con comentarios como, es “cómo te ves” “si nos queremos”, pero, ¿Qué es tener una autoestima sana? Para reflexionar sobre los logros y cualidades positivas de cada uno de nosotros hicimos una actividad muy entretenida el “ÁRBOL DE LOS LOGROS”. Nos analizamos un poquito y nos centramos en la parte positiva. No todos teníamos el mismo estado de ánimo y a algunos les costaba identificar cosas buenas.

Nos quedó muy claro que la autoestima es el concepto que hace referencia a la forma que tenemos de valorarnos a nosotros mismos, pero ¿todos nos valoramos? Pues para dar respuesta a esta pregunta, nosotros mismos nos preguntamos si nos sentíamos especiales en algo, si tomábamos decisiones y resolvíamos problemas, si recibíamos apoyo cuando lo necesitábamos, o comentarios positivos cuando nos esforzamos, esto favorece mucho la autoestima.

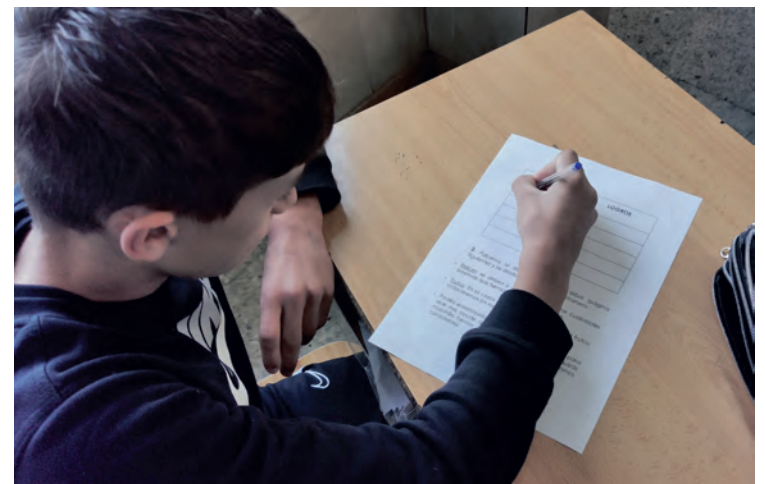
Tomar conciencia de nuestras cualidades y nuestros logros es prioritario y fundamental para aprender a valorarnos porque eso dice la profes Sonia que siempre nos acordemos de esta frase: “Dedícate a sentirte bien contigo mismo, es con quien pasarás el resto de tu vida”



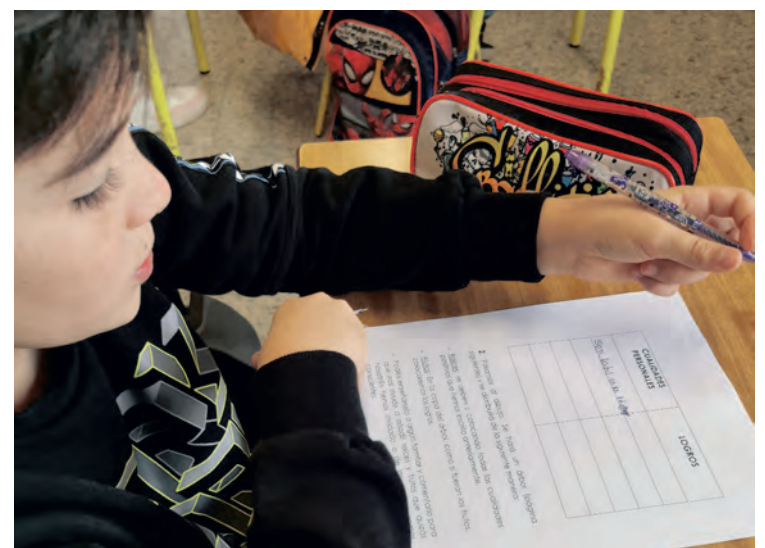
Esquema de los logros. POSSUMUS



Alumna trabajando la autoestima. POSSUMUS



Alumno trabajando la autoestima. POSSUMUS



Alumno trabajando la autoestima. POSSUMUS



La clave para poner fin a la violencia entre iguales está en el alumnado

La colaboración con Aldeas Infantiles, clave para determinar ambientes seguros y sin violencia

ÁNGEL, B. y IZAN F. Vigo

Este año aprendimos que nosotros los alumnos del colegio tenemos la clave para poner fin a la violencia entre nosotros y nosotras.

Gracias a Aldeas Infantiles y a la orientadora del centro, varias clases, incluidos nosotros, el alumnado de 5º de Educación Primaria nos convertimos en agentes de cambio y aprendimos a crear entornos seguros.

Las actividades que nos propusieron Héctor Puig y María Ocaña durante varias semanas fueron muy lúdicas y lo que pretendían era darnos herramientas para prevenir el acoso en el centro. Jugando y casi sin darnos cuenta entendimos el concepto de violencia entre iguales, que nos sonaba un poco raro y nos sensibilizaron sobre la importancia de nuestra implicación.

Además aprendimos lo fácil que es hacer sentir mejor a los demás y que todos somos diferentes y debemos respetarnos.

Ahora nos sentimos con habilidades para detectar cuando hay violencia entre nosotros y nosotras y sabemos qué hacer. Lo que más nos sorprendió fue el impacto que puede tener en una persona el padecer algún tipo de violencia y estamos concienciados de que debemos evitarlo.

El hecho de tener más habilidades relacionales y ser más competentes emocionalmente nos está ayudando a reflexionar antes de actuar o tomar decisiones. La confidencialidad o saber guardar un secreto también es muy importante.

En conclusión, conseguir erradicar la violencia entre iguales



María explicando una actividad grupal. POSSUMUS



Héctor y María leyendo nuestras propuestas. POSSUMUS



Héctor y María trabajando con un juego. POSSUMUS

es nuestra labor y a partir de ahora usaremos las herramientas aprendidas para reconocer esas señales de violencia y actuar como nos han enseñado.

Será mucho más fácil con la ayuda de nuestras familias que a través del Proyecto Fortaleza de Aldeas Infantiles también recibieron formación para estar capacitados y protegernos y asegurar nuestro bienestar.

Gracias a Aldeas Infantiles por preocuparse por nuestro bienestar y dejar que Héctor y María vinieran con todas sus propuestas.



2º ESO también pudo beneficiarse de las actividades para poner fin a la violencia entre iguales, Sonia, orientadora del Centro también realizó actividades que tenían ese mismo

objetivo, porque al final el cambio están en nosotros y si nosotros entendemos nuestro poder para el cambio, tomaremos decisiones adecuadas para eliminar toda violencia.



Sonia impartiendo una actividad en 2º ESO. POSSUMUS



Éxito agrícola en Galicia, cultivos de fuera florecen en nuestras tierras

La diversificación agrícola abre nuevas fronteras: innovación y adaptación en los campos de Galicia

EZEQUIEL P., XAVI P., DAVID R., DAVID G., JOEL M., IAGO P., ROI D., NOA T., GABRIELA A., LÍA S., SABELA G., IZAN F., ÁFRICA R. y AINHOA F. / Vigo

Hace más de 160 años, que llegaron a Galicia las primeras semillas de un árbol alóctono, el eucalipto. Llegaron a Galicia desde Oceanía. Llegaron aquí enviadas por un misionero de Tui, Pontevedra. Aunque otras especies exóticas, como la patata de América, ya se habían introducido tres siglos atrás, fue en el siglo XX cuando el eucalipto empezó a usarse para reforestación y explotación forestal, hoy en día se limita su plantación por los daños al ecosistema.

Otras especies de fueran llegaron y también se dieron bien en Galicia, dos son frutas, el kiwi y el aguacate. Llegaron para quedarse y parece que el clima de aquí les sienta muy bien.

El kiwi llegó a Galicia procedente de China. El



Frutas entre las que podemos ver aguacate y kiwis. PEXELS - VIKTORIA SLOWIKOWSKA

empresario José Fernández y el ingeniero Carlos del Río hicieron la primera plantación

en Gondomar, en 1969 y desde aquella muchas son las plantaciones que se realizaron.

La planta fue muy aclamada en Galicia porque el mercado en sus inicios procedía exclu-

sivamente de Nueva Zelanda y tenía un precio muy elevado.

En las últimas décadas, el cultivo de kiwi se ha popularizado en Galicia, cada vez con más productores y sobre todo con la creación de la asociación Kiwi Atlántico, el mayor distribuidor de kiwis en España.

El aguacate es originario de México, y norte de Guatemala. Los conquistadores debieron traer el aguacate a España sobre el año 1600, y se conocen cultivos en Málaga del año 1770. Aquí en Galicia los cultivos fueron en principio como plantas ornamentales en las casas dedicadas al autoconsumo, pero hoy en día existen plantaciones de aguacateros para venta desde hace unos diez años. La mayoría situadas en el bajo Miño, donde al igual que las plantaciones de kiwi tienen un clima es muy adecuado para su crecimiento.

En Galicia se cultivan dos variedades de aguacate, la Hass y la Bacon.

El poder verde en Galicia: kiwi y aguacate, superalimentos

El kiwi tiene mucha vitamina C, más que la naranja.

Además, es rico en fibra, por lo que tiene beneficios a nivel intestinal y también en el control del colesterol.

También tiene vitamina K,

vitamina E, potasio y antioxidantes.

El aguacate es muy rico a nivel nutricional. Tiene muchas grasas saludables, como los ácidos grasos monoinsaturados que son

muy buenos para el corazón.

Al igual que el kiwi, también tiene de potasio (¡incluso más que el plátano!). También contiene una gran diversidad de vitaminas y minerales, incluyendo vitamina K,

vitamina E, ácido fólico y magnesio.

Vamos, unas frutas que aunque son adoptivas en Galicia, se dan muy bien y aportan mucho para una nutrición saludable.

Espabila!

dieta atlántica
Alimenta a tu saúde

Unha dieta moi nosa para unha vida moi sa.

comerico
vivesan

Sabías que a dieta Atlántica favorece o desenvolvemento intelectual?

Moitos dos alimentos que forman parte da dieta Atlántica, como o peixe azul (xarda, bocarte, sardiña) son fonte de minerais, ácido fólico e vitaminas A e B12, nutrientes que contribúen a mellorar a concentración, a memoria e a aprendizaxe.

Vegalsa
EROSKI



Plan de VIAJE



Destino: Islas de los Dioses

Conociendo las islas



Islas Cíes, también llamadas Islas de los Dioses. POSSUMUS

Proyecto: conocer las Islas Cíes

5º EP. Vigo

Todo comenzó con una propuesta de nuestra profe, ¿qué os parece hacer un vídeo para

el concurso "el paraíso de todos"? Nuestra respuesta fue unánime... pues genial. Problema: hacer un vídeo sobre las Islas Cíes supone bus-

car y aprender muchas cosillas sobre ellas. Y en eso nos embarcamos, y al final aprendimos mucho sobre las Islas, su flora, su fauna e incluso un po-

quitín de su historia. Realizar el vídeo fue muy divertido, y al final nos quedó bastante chulo y eso que la profe tuvo que hacer recortes

porque con los nervios nos trabábamos un poco. Pero quedó tan bien que al final conseguimos el premio: ¡un viaje a las Cíes!



Pinos en las Islas Cíes. POSSUMUS

Una breve Historia de las Islas Cíes

Las Islas Cíes, a pesar de ser un archipiélago al que solo se puede acceder en barco tienen mucha historia.

ROI D., DAVID G. y DAVID R. Vigo

Las Islas Cíes tienen una historia muy bonita que nos lleva a miles de años atrás. En un principio, las Islas estaban habitadas por tribus celtas, además, estas islas fueron testigos de asentamientos humanos desde la prehistoria. Existen restos arqueológicos como petroglifos y restos de antiguos asentamientos, que son una muestra de esta larga presencia humana en las Cíes.

Durante el Paleolítico y la Edad de Bronce, se estableció en ellas un poblado llamado "As Hortas", que incluía estructuras interesantes como un "altar druídico". Los romanos las llamaron "Islas de los Dioses".

Después de la Edad de Bronce, las islas estuvieron deshabitadas hasta que los monjes llegaron en los siglos XI y XII y construyeron monasterios. Estos monjes mantuvieron una

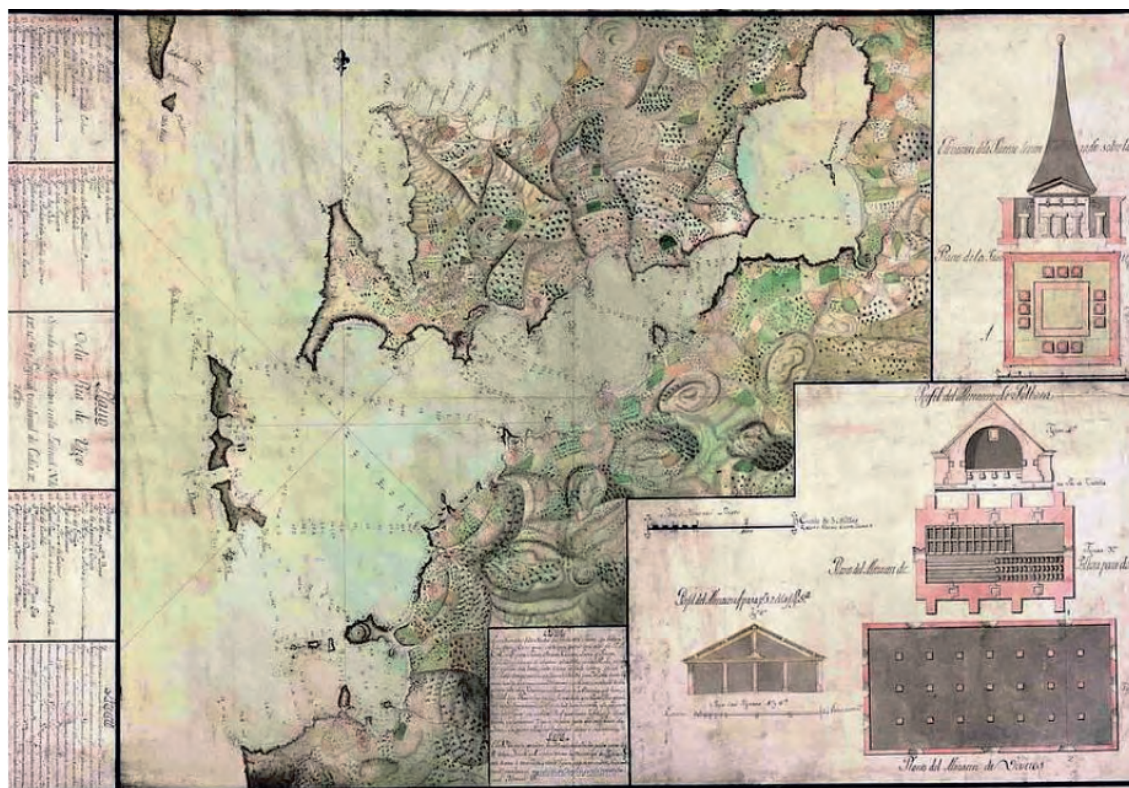
pequeña población y vivieron una vida similar a la de un régimen feudal hasta el siglo XVI.

Posteriormente, las islas sufrieron ataques de piratas (como el corsario Drake) y también conflictos internos, lo que llevó al abandono de los monasterios. En el siglo XIX, se construyeron defensas militares en las islas debido a los ataques continuos. También se instalaron fábricas de salazón y una taberna.

A pesar de la disminución de la población en el siglo XX, el interés turístico en las islas creció, y en 1980 fueron declaradas Parque Natural. En 2002, se convirtieron en parte del Parque Nacional de las Islas Atlánticas de Galicia. Actualmente se está intentando conseguir que sean declaradas Patrimonio de la Humanidad por UNESCO.

Así pues, a lo largo de la historia, las islas tuvieron diferentes visiones, en la época romana,

eran un punto estratégico de defensa y vigilancia de la costa. También estuvieron en manos de los señores feudales y los gobernantes las querían para controlar la zona. Fueron interesantes para navegantes, exploradores y religiosos. Y también para turistas.



Mapa de la Ría de Vigo con las islas. WIKIMEDIA COMMONS

Xeoparque Illas Cíes, o Paraíso de todos

5º EP realiza un vídeo das Illas Cíes que resulta gañador

SABELA G., LÍA S. y AINHOA F. Vigo

As Illas Cíes son un Xeoparque, eso significa que teñen unha gran importancia xeolóxica.

Coa temática das Illas Cíes, a nosa clase aventurouse a facer un vídeo para participar no concurso promovido polo Faro de Vigo, o Concello de Vigo e FCC.

O noso vídeo foi a recreación dunha clase calquera na que

lle explicamos a unha compañeira que non é galega o maravillosas que son as Illas Cíes e as súas características e os animais e plantas que se poden atopar nelas. O vídeo comenza cunha nai que esperta a un rapaz que non quere chegar tarde a clase ese día, saber sobre as Cíes é algo moi interesante.

A gravación foi algo difícil, os nervos foron reais, pero o certo é que foi moi divertido. Lendo o QR podedes visionar o vídeo!





Rochas nas illas. POSSUMUS

Xeoloxía das Illas

As Illas Cíes teñen un relevo e unha modelaxe caracterísca das rochas típicas de zonas costeiras

IAGO P., IZAN, F. e CRISTIAN E. Vigo

Existen moitas investigacións xeolóxicas sobre a orixe xeolóxica das Illas Cíes. Aínda así, hay 3 eventos moi importantes na formación das illas, estes eventos son: a formación, a finais do Paleozoico, da cordilleira Varisca, a apertura do Océano Atlántico e a formación, no Cenozoico da cordilleira Cántabro-Pirenaica. Nas illas podemos atopar diferente xeomorfoloxía, e tamén moitos tipos de rochas, minerais e incluso fósiles.

Tanto uns como outros foron creados e transformados durante moitos miles de anos. Por outra banda, existe unha historia xeolóxica que fai que o relevo se modelase, de feito, existen rochas modeladas tanto pola acción do vento como por acción do mar ou mesmo a choiva, con marcas características de ambos. As illas son casi todas de rochas ígneas graníticas. Aínda así, podemos atopar algunha rocha metamórfica dentro dos granitos. Este tipo de rochas é similar ás que podemos atopar na zona entre Baiona e A Garda.



Rocha granítica. POSSUMUS

A Arqueoloxía e a Arquitectura nas Illas Cíes

As illas tamén recollen restos de arqueoloxía pasada, e varias son as mostras de arquitectura que podemos atopar nelas

ÁNGEL B., GABRIELA A. e JOEL M. Vigo

A nivel arqueolóxico, nas illas podemos contar co Monasterio ou Convento de San Esteban (na illa do Faro) e o Eremitorio e Templete na illa Sur de Cíes. Ademais, nas súas augas, podemos atopar diferentes pecios de barcos que amosan que as illas foron testemuñas de batallas no mar. Exemplos de esto son os submarinos alemáns que datan da segunda Gerra Mundial e que foron destruídos

por barcos aliados, galeóns antigos e navíos como o Santo Cristo de Maracaibo, que foi afundido durante a batalla de Rande. Estes naufraxos deixaron historias cargadas de áncoras, xoias e tamén cerámica entre outros obxectos. Se prestamos atención ao noso patrimonio arquitectónico, temos que mencionar as ruínas de casas, hórreos e dunha cetárea no lago. Ademais, ferrerías e forxas así como muiños, un na illa Sur e otura de vento ao sur do lago.

Este último aínda foi usado durante o século pasado. Temos que considerar tamén o muro que une as dúas illas. Ademais tamén había fábricas de salazón, tabernas e viveiros. E non nos esquezamos dos elementos relixiosos: capillas, cementerio, convento de San Estevo. E finalmente, e como arquitectura representativa das Cíes, os faros: faro de Cíes construído en 1852 e faros do Peito, da Porta e Bicos, que foron construídos no século XX.





Comunicación peatonal entre las islas. POSSUMUS

Islas Cíes, un paraíso muy cerca de Vigo y con una gran biodiversidad

Muchas son las especies de seres vivos que podemos encontrar en las Cíes, tanto animales como vegetales.

CRISTIAN E., IAGO P., DAVID R., DAVID G., ÁNGEL B. y ROID D. Vigo

Las Islas Cíes, están situadas en la costa de Vigo, y son un verdadero tesoro para los viguenses, con sus playas y su vida.

Para llegar allí, hay un barco, y

antes de llegar a ellas, ya se ve lo verdes que son, puesto que tienen vegetación.

La arena de la playa es muy fina y blanca, es como las de las islas tropicales pero en el Atlántico. El agua es muy cristalina (y también suele estar muy pero que muy fría).

Los acantilados de las cíes son

muy escarpados y tienen bastante altura, ofreciendo vistas impresionantes. Las rocas, están desgastadas por el viento y algunas de ellas tienen formas muy curiosas, como llenas de agujeros.

La isla está llena de caminos para poder recorrer todos los espacios, eso sí, algunas zonas

están protegidas. Entre la vegetación se pueden ver muchas aves, la más conocida es la gaviota patiamarilla, una desvergonzada que roba los bocadillos a los turistas despistados. La verdadera magia de las Islas Cíes es el mar. Sus aguas son muy cristalinas y permiten ver todo lo que pasa en ellas. Los

peces nadando y también se pueden ver estrellas de mar en las zonas de rocas.

Las Islas Cíes son un paraíso natural lleno de mucha vida, tanto de animales como de plantas. Allí se pueden encontrar animales curiosos como los caballitos de mar o los erizos.



Este archipiélago destaca por su naturaleza y su riqueza a nivel fauna y flora. De hecho, existen muchas especies autóctonas como el tojo, la esparraguera, la genista "xesta" y otras muy interesantes como la ortiga, la hierba de enamorar... En cuanto a la fauna, las islas cuentan con especies autóctonas que son únicas en el mundo. Es un paraíso y punto de cría para muchas aves, algunas en peligro de extinción. Allí podemos encontrar la gaviota patiamarilla, el cormorán moñudo, el caballito de mar o la mariposa arlequín entre otros. En sus aguas podemos encontrar más de 200 especies de al-



Imagen de una gaviota patiamarilla disfrutando en las Cíes. POSSUMUS

gas que forman los espacios naturales donde viven muchas especies de peces, moluscos y crustáceos. Incluso podemos ver mamíferos marinos como el delfín mular, en ocasiones

las orcas o las ballenas azules. Tampoco es raro encontrarse con alguna nutria que campa a sus anchas en la isla. En tierra firme podemos encontrar conejos y erizos pero también algunos reptiles como los lagartos arnales, el eslizón, las lagartijas ibéricas o el lución y alguna que otra especie de culebra no venenosa. De toda esta fauna, la gaviota patiamarilla es la más representativa, puesto que se encuentra en estas islas la mayor colonia europea de gaviotas y crían todos los años en sus acantilados. Allí se encuentran más de 18.000 parejas reproductoras y hay 1.500 parejas de cormoranes crisados, quizás la mayor colonia de Europa.

Las Islas Cíes a través de la Hemeroteca del Faro de Vigo

Muchas son las noticias recogidas en los diferentes faros y que se han ido publicando a lo largo de la historia.

NOA T., GABRIELA A.,
EZEQUIEL P. y XAVIER P.
Vigo

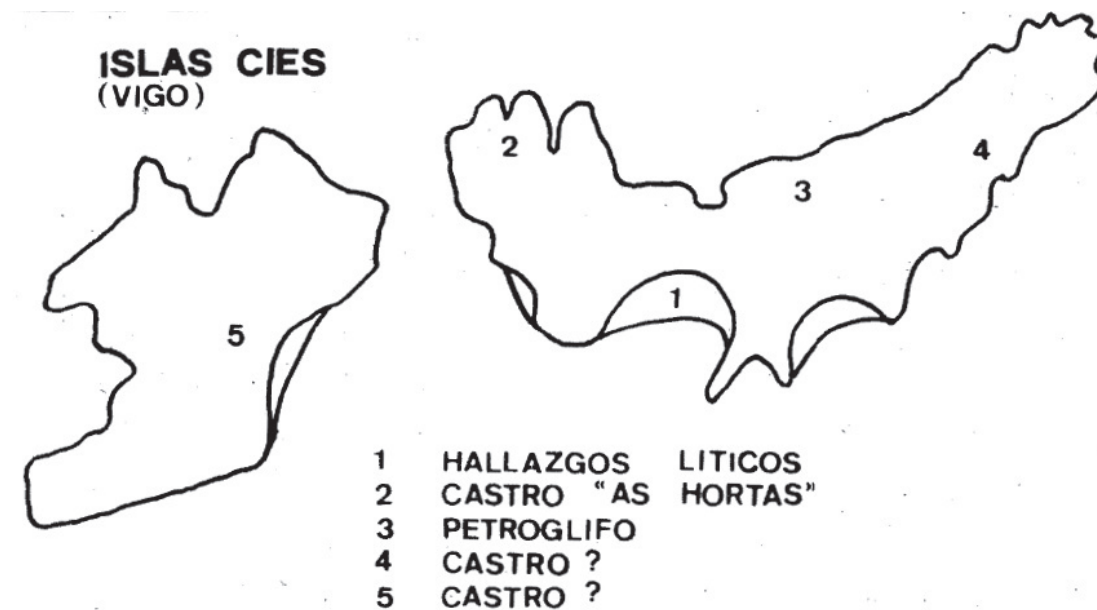
Poder acceder a la hemeroteca del periódico decano de la prensa española es todo un lujo, y mediante este acceso, hemos recogido noticias que hacen referencia a las Islas Cíes desde 1929 hasta la actualidad. En 1929 (FV del 4 de agosto, página 3) sale publicado un artículo en el que se recoge la fama que tienen las islas, además, recoge que fue gracias a Julio César que estas islas se hicieron más conocidas.

Resulta, que Viriato, romano, había cosechado muchos éxitos en la Península, y eso hizo que Julio César viese en España una oportunidad para su éxito y fama (FV del 3 de agosto de 1958, página 6).

En aquella época, los gallegos defendieron con uñas y dientes los castros y Viriato tuvo que marchar en retirada, por lo que César decide atacar a estos pueblos que residían en las montañas, los rebelder herminios (pueblo celta que vivía entre el Duero y el Miño) no lo permitieron (FV del 3 de agosto de 1958, página 6).

Julio realiza una emboscada y reduce a los herminios que se refugian en Galicia. Llegan a Baiona (conocida como Erizana) y allí ayudados por las gentes, se van a las Cíes, consideradas como lugar sagrado y protegido por los dioses, de hecho se llaman "las islas de los dioses".

Los romanos intentan un asalto, pero con sus balsas son esquilados. Tras esta pérdida, César pide refuerzos a Cádiz y con sus galeras y hombres



Localización de los restos arqueológicos de las Islas Cíes. FV (7 JUNIO 1981)

cercan las islas de tal forma que los herminios, al quedar cercados por el hambre, pactan su rendición (FV del 3 de agosto de 1958, página 6). Los herminios fueron llevados a tierra y la isla fue romanizada. Alfonso XI ya había concedido derechos sobre las Islas a Don Pedro I, y existen pergaminos que así lo dicen.

Las islas tienen unas historias de batallas bastante importantes, de hecho, en 1152 fueron atacadas por 4 buques franceses, algunos de estos buques tenían 150 remos y en ellos iban unos 250 hombres (FV del 3 de agosto de 1958, página 6).

Las islas, en principio pertenecían a Baiona, pero la villa de Cangas pleitea (allá por el año 1565) puesto que las reclama como suyas.

Las islas fueron bien prolíficas y por el año 1561 se protegen para evitar la caza en ellas y además, 14 años después se envía cebada y centeno para sembrar.

Lejos de acabar con las batallas, las islas se exponen a los ataques del corsario Drake. Es-

tos piratas, sufrieron daños en sus navios en A Coruña y los repararon en las islas, cosa que aprovecharon para saquear el Convento de San Esteban y la Iglesia de San Martín.

A pesar de la lucha entre Baiona y Cangas por la pertenencia de las Islas, en 1967 las islas ya se consideran de Vigo y en 1840, definitivamente esta posesión se consolida y las Islas Cíes son de Vigo.

Muchos son los valores arqueológicos y turísticos de Vigo, y en ellos hacen muchas referencias a las Islas Cíes (FV del 3 de agosto de 1956). De hecho, en 1969 (FV del 13 de septiembre, página 5) aluden a las miles de personas que visitan las Cíes, asegurando que un 70% de ellos llegan de otras zonas de la Península, y que la mayoría de los extranjeros son ingleses. Es tal el éxito de las Cíes que en 1958 se imprime en los talleres del Faro de Vigo una "carta y noticia arqueológica de las Islas Cíes", también llamadas Cicas. Describen las características de las Cíes, y las defienden como un protector mural de la ría de Vi-

go, y sostienen que aunque parecen 3, en realidad son dos islas, una al norte (Monte Agudo o San Payo, Albiano para los romanos) y otra al sur (San Martiño).

Otro nombre por el que se conoce a las Islas Cíes es Las Palomas, por la abundancia de aves que hay (FV del 26 de marzo de 1972, página 25). El invierno es duro en la cumbre Norte y de hecho, hay una piedra horadada que se llama "Sillón de la Reina" desde donde se ve una buena parte de las islas.

En el año 1975 se recoge una pregunta muy curiosa, ¿qué hacemos con las Islas Cíes? puesto que en una sesión en el Concello se aprueba un proyecto para convocar a concurso ideas sobre el futuro de las islas, y aunque la opinión de todos es el máximo respeto a la naturaleza, hay opiniones muy variadas como: hacer un complejo turístico de lujo, convertirlas en un pequeño Capri, que tengan uso público sin concesiones particulares o un lugar de estudio para la Universidad del Mar (FV del 9 de

abril de 1975, página 15).

En 1980, Eugenio Eiroa recoge nuevamente la historia de las Cíes, hablando incluso de la epidemia de conejos y la mixomatosis (FV de 26 de octubre de 1980, página 28 y 29). En el suplemento dominical del 7 de junio de 1981 se recoge la realidad arqueológica de las islas, las más antiguas son piedras talladas y pulidas que remontan al Paleolítico. Más tarde, en la Edad de Bronce o Hierro, se mantienen una serie de pías artificiales que están en una laxa de granito.

También se encuentra en las islas un asentamiento castreño, en un lugar conocido como As Hortas.

De la romanización, se conservan restos de ánforas y cerámicas, pero lo más sorprendente es el anillo de oro que hoy en día esta en el museo de Pontevedra (FV del 7 de junio de 1981, página 38).

Ese mismo año, un artículo recoge en su titular que la scies no son tan paraíso como lo pintan, puesto que hay mucha basura y ratas en las islas debido fundamentalmente al incivismo. Y a pesar de que el servicio de limpieza funciona, las basuras se siguen acumulando en el interior de sus bolsas (FV 4 de agosto de 1981, página 19).

Por estas y otras razones, 9 días después en los titulares del faro se puede leer "si hay que clausurar el parque, se clausura", de hecho, en el artículo se hace referencia al grave riesgo de incendio en las islas, recomendando, en caso de ir a las Cíes acudir a la zona de la playa de Rodas, como medida preventiva.



Es tanta la gente que quiere visitar las islas, que en 1982 se propone que haya "una sola puerta" y afirman que se controlará a cada uno de los visitantes (FV 11 abril 1982. pág 27).

En 1983 se realizó una evaluación de la importancia ecológica de los fondos, describiendo las áreas de mayor interés, empleando técnicas de fotografía submarina para ayudar a topografiar la flora y fauna, que servirá de material de divulgación de las bellezas del Parque Submarino (FV 29 mayo 1983, página 31).

En 1984 ya hay una gran preocupación por la sobrevisita que se está haciendo a las Cíes, y por eso, se toma la determinación de que no van a poder ir más de 2.200 personas por día (FV 22 de abril de 1984, página 15).

LÍA S., ÁFRICA R., SABELA, G. y AINHOA F. Vigo

En años posteriores la prensa se centra en la calidad de las aguas de las islas, por ese motivo, en 1989 un titular recoge que es el tercer año consecutivo que las Cíes reciben la bandera azul (fv 15 de julio 1989, página 10).

Las banderas azules las concede la Comunidad Europea a las playas que considera que cumplen con las normas sanitarias y se encuentra dotada de unos servicios óptimos. Tal es el interés en conservar las islas en condiciones, que en 1990 el Ayuntamiento comunica que va a proceder al derribo de las construcciones ilegales (FV 28 de abril 1990, página 6). En 1990 las islas ya llevaban unos 90 años de turismo, y de hecho, algunas de las personas que vivieron en ellas no reconocían a las islas al visitarlas de nuevo, por ejemplo, la hija de "o coxo" decía que las dunas estaban totalmente estropeadas, y esto a pesar de que fue su padre el pionero en pro-



Playa de Rodas. FV 5 JULIO 2020



José Rodríguez Bastos "O coxo das Cíes". FV 19 DE AGOSTO 1990

mover el turismo.

A pesar de que son pocas, todavía hay unas 30 familias que disfrutan de las islas teniendo una casa en propiedad. La mayoría proceden de familias de Bueu y Cangas que se instalaron allí debido a la pobreza que padecieron a principios del siglo pasado.

Algunos de estos propietarios solo acuden a las islas en verano, otros intentan ir cuando hace buen tiempo y no hay temporales (FV 28 de marzo de

1991, página 14).

En 1993, debido a la crisis económica hay una menor afluencia de turista a las Cíes, y eso que el acceso está limitado a 3200 personas (FV 14 de julio de 1993, página 4).

En 1996 las Islas Cíes cumplen 10 años de izado de la bandera Azul, hecho importantísimo porque significa pureza de sus aguas y servicios a los turistas (FV 20 de julio de 1996).

Las islas, constituyen un espacio rico en especies, tanto en

tierra como en el mar, y muchos son los turistas que se acercan con el objetivo de hacer submarinismo, incluso se pueden obtener los diferentes títulos de buceo en las islas (FV 7 de agosto de 1999).



Caballito de mar. FV 5 JULIO 2020

En el año 2020, las Cíes cumplen 18 años como joya del Parque Nacional Islas Atlánticas de Galicia y queda seguir con el equilibrio que tiene que darse entre conservar esta joya, explotar sus recursos marinos y por supuesto el uso de ella por parte de los visitantes, que en 2019 fueron casi 300.000 (FV 5 julio de 2020, página 14).

En julio de 2020 (FV 26 de julio 2020, página 41) el Faro de Vigo lanza un libro sobre las Cíes, un libro lleno de historia e historias sobre las Islas y que se vende en los quioscos.

En el 2021 se hace público otro libro, Islas Cíes: un ecosistema en la frontera. Elaborado el Comité científico de la candidatura "Islas Cíes Patrimonio de la Humanidad".

Candidatura promovida por el

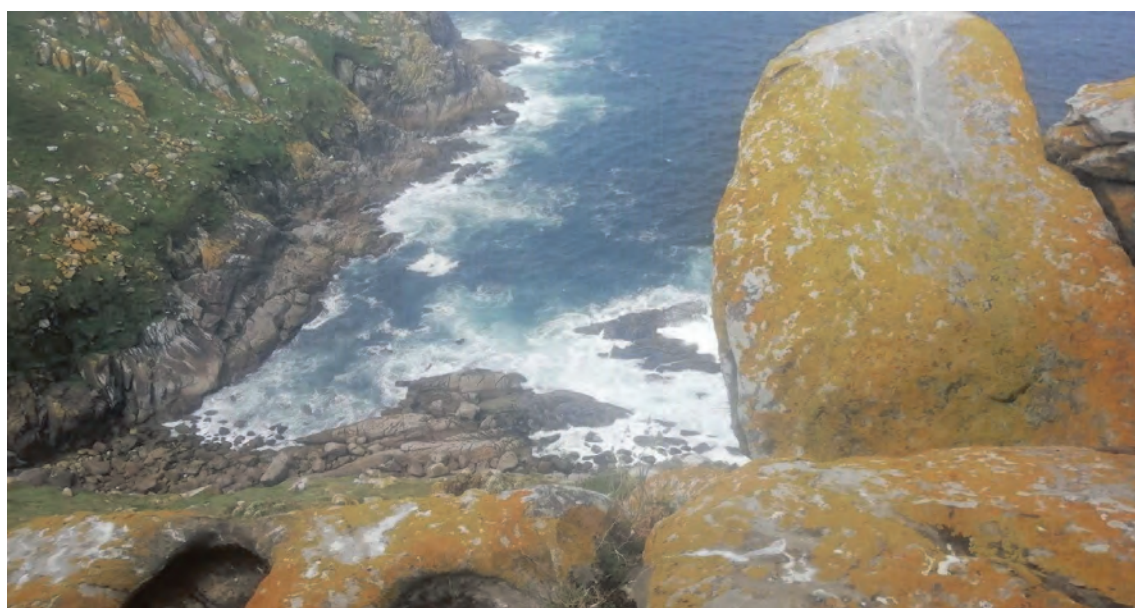
ayuntamiento de Vigo y respaldada por toda la ciudad y su entorno, y por toda Galicia, aunque no por todas las instituciones. El hecho de presentar candidatura, hace que se realicen un montón de programas en las escuelas.

En 2022, Anne Lise Sorensen, periodista del New York Times incluyó a las Islas Cíes en el listado anual del New York Times de viajes. Este hecho, sitúa a Galicia en una posición muy buena en cuanto a posibles turistas, puesto que está en su lista de 52 destinos por su valor ecológico. (FV 19 de enero de 2022, página 10).

Ahora toca restaurar los hábitats mediante dispersores de semillas de carballos, cerquiños o laureles. Estos dispersores son: el mirlo, la paloma torcal o la tarabilla, conejos, lagartos, musarañas, topes y pequeños roedores y la rata negra.

Este proyecto se lleva a cabo en el Parque Nacional Marítimo-Terrestre das Illas Atlánticas para potenciar la biodiversidad y recuperar lo autóctono. Es un proceso ecológico importante para el mantenimiento de la biodiversidad de los ecosistemas y para la regeneración de las comunidades vegetales (FV 2 de marzo de 2023, página 15). Tiene que existir también un control de la acacia negra y el eucalipto, que también está presente en las islas.

Todo para proteger la islas y mantener su biodiversidad para que consigan la categoría de Geoparque de la Unesco, (FV 16 de diciembre de 2023, 13).



POSSUMUS

Caloplaca mariña. Os granitos das Illas Cíes están tapizados por un lique que lle da as rochas esa cor dorada característica.



POSSUMUS

Vexetación. Nas illas existen 31 variedades diferentes de plantas autóctonas. Na foto unha vermicularia.



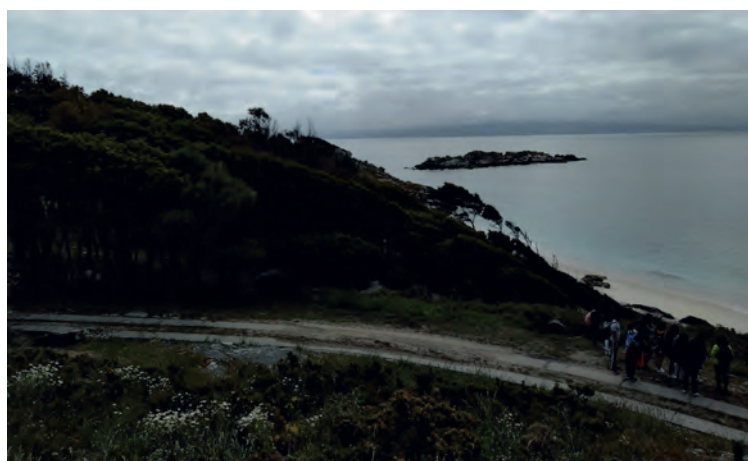
POSSUMUS

Rochas graníticas. Os cantís están formados por rochas graníticas e entre elas algunha rocha metamórfica.



POSSUMUS

Barra de area que une as dúas illas. As illas están unidas por un areal que é a praia de Rodas.



POSSUMUS

Camiños. As illas dispoñen de camiños para que os turistas e demais grupos que as visitan as recorran sen producir danos no espazo natural.



POSSUMUS

Crestas escarpadas. Os perfís das illas forman crestas escarpadas, nelas aniñan as aves mariñas.



POSSUMUS

Formas curiosas. Os fenómenos climatolóxicos deixan debuxos nas rochas, moitos deles singulares.



Monte Lobeira e o Faro das Lúas, miradoiros en Vilanova de Arousa

Miradoros que teñen unha visión de parte das Rías Baixas moi ampla, ademais dunha historia e un yacemento baixo o mirador.

YUXI X., GABRIELA A.,
NOA T. e IZAN F. Vigo

O monte Lobeira, atópase no concello de Vilanova de Arousa. Para chegar a el, hai que abandonar a estrada e continuar o camiño por unha pista forestal bastante irregular ata o Monte Lobeira, que ten 292m de altitude.

Na súa cima atópase un mirador dende onde se pode observar a illa de Ons, o istmo de O Grove, e incluso a serra do Barbanza e o val do Salnés, sempre é cando o día o permita (se está nublado, non se verá

nada). Alí, tamén se ergue un monumento ás vítimas do mar e unha placa do Almirantado británico que lembra aos mariñeiros mortos no naufraxio do buque escola "Serpent".

Varios traballos arqueolóxicos permitiron descubrir na propia cima do monte 25 metros da antiga muralla e un gran alxibe no que se recollía a auga da chuvia para os moradores da fortaleza. No monte Lobeira están a realizar unha serie de traballos arqueolóxicos para descubrir os segredos dunha antiga fortaleza medieval, pertencente á nai do rei Afonso

Henriques, Dona Urraca. Estes traballos inclúen un levantamento topográfico para identificar a dimensión do xacemento. Os técnicos tamén descubriron un posible alxibe entre as rochas, que servía para acumular auga para os residentes da fortaleza.

Ademais, atopáronse restos de cerámica de valor patrimonial. Para chegar ao Faro, o mellor é partindo das proximidades da Igrexa Parroquial de Andrés e camiñando uns metros pola estrada e adentrámonos á dereita por unha pista forestal ata o Faro das Lúas, que está a 228

m de altitude. A escasos metros da cume hai un círculo de pedras do período neolítico e dúas mámoas, poba da maxia do lugar, esto espertou a curiosidade dos habitantes da comarca ao longo dos tempos. Esta construción de aceiro inoxidable, foi creada polo artista de Vilagarcía Manolo Chazo

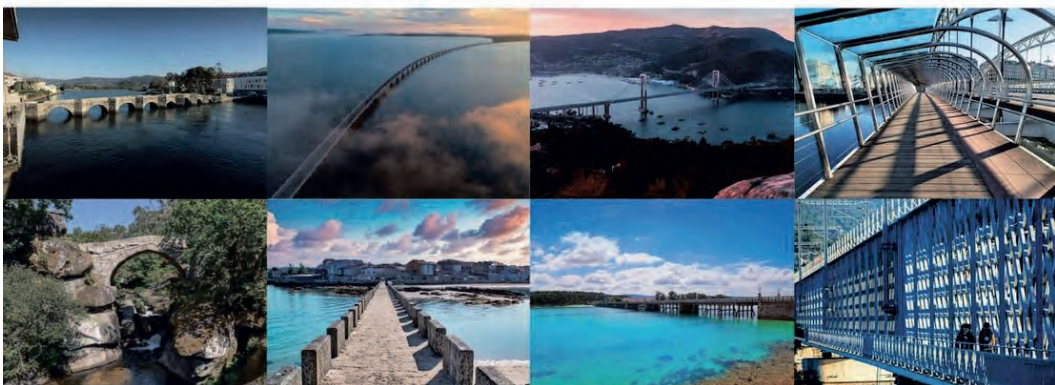
no ano 2002, adoptou este nome porque as tres lúas (en cuarto menguante) que están na parte alta, reflicten os raios do sol de forma diferente segundo a hora do día. Subindo pola estrutura, novamente hai un excelente miradoiro da Ría de Arousa e das illas de Arousa e A Toxa.



Vistas dende o miradorio do Monte Lobeira. POSSUMUS



Vistas dende o miradoiro do Monte Lobeira. POSSUMUS



Unha provincia **unida, moderna, en transformación, de todas e todos**

Unha **Deputación municipalista** que mira polos 61 concellos da provincia

Que **xera lazos e tende pontes**

Tendemos
pontes

www.depo.gal

El Possumus "Da Vida"

El alumnado de 5º de primaria y posteriormente, los de 3º y 4º ESO, participan en un programa para la concienciación sobre la donación y transplante de órganos. Donar, es dar vida

5º EP. Vigo

Conseguir una sociedad concienciada sobre los beneficios de la donación no es fácil. Desde el Departamento de Orientación del colegio se lleva a cabo una labor de divulgación desde hace muchos años (exactament desde el 2016), pero este curso escolar, por primera vez los alumnos y alumnas de 5º de Primaria han sido los protagonistas puesto que han dirigido el proyecto "El Possumus da vida", a través del cual han conocido a dos personas muy importantes para que el Programa de divulgación en donación y transplantes funcione.

El alumnado de 5º ha entrevistado a Lucas Lage, coordinador del área de Vigo, médico en UCI y a Celso García, paciente trasplantado y presidente de ADROVI (Asociación de Donantes y Receptores de Órganos de Vigo). Podéis leer la entrevista completa en la página 32 de este periódico. Los alumnos de 5º EP prendieron muchas cosas y resolvieron muchas dudas porque es muy complicado esto de la donación de órganos. Conocer de cerca el trabajo tan importante que hacen tantos profesionales que consiguen que la donación de órganos sea una realidad y que personas como Celso puedan contarlos ha hecho sentir muchas emociones.

Además, Lucas Lage y Celso García también impartieron una charla a los compañeros de 3º y 4º de Secundaria para que generen actitudes ante la donación, ya que ellos que son más mayores y pronto podrán tomar decisiones sobre el tema. Además de la charla, el alum-

nado de quinto de primaria ha recibido mucha formación e información sobre transplantes y donación de órganos, tanto por su tutora como por la orientadora del centro.

Tanto en la parte formativa como la informativa el alumnado iba realizando preguntas que se le pasaban por la cabeza y obteniendo las respuestas oportunas. Muchos de ellos nunca habían hablado en casa sobre ello, ya que no es un tema que salga a la hora de comer cuando se vuelve del cole a casa.

Tras el proyecto, los alumnos y alumnas de 5º EP tienen un mayor conocimiento sobre el tema y además trasladaron sus inquietudes y dudas a los adultos. Y también se concienciaron de que el transplante y donación de órganos y tejidos hace que muchas personas puedan seguir viviendo y mejorar sus vidas. Con este proyecto, pretenden eliminar los miedos y prejuicios que impiden tomar decisiones tan vitales.

Entre las preguntas surgidas en el proyecto, podemos destacar: ¿Si un familiar expresara en vida su deseo de donar, respetarías su voluntad? ¿Cuándo se puede donar? ¿Se puede donar en vida? ¿Quién puede ser donante? ¿Qué tengo que hacer para ser donante?, etc.

Este proyecto, también dio lugar a una noticia en el Faro de Vigo, puesto que todos sabemos que cuanto más se hable, cuanto más se divulgue, más personas podrán tomar una decisión adecuada.



Celso García y Lucas Lage, al inicio de la sesión. POSSUMUS



Lucas Lage explicando los pasos a seguir en una donación. POSSUMUS



Celso García contando su experiencia a el alumnado de 3º y 4º ESO. POSSUMUS



Periodistas buscando información en las hojas extraídas de la hemeroteca. POSSUMUS

Tirando de la hemeroteca del Faro de Vigo

De no saber que es una hemeroteca a hacer una búsqueda completa para elaborar el suplemento central

5ºEP. Vigo

Cuando la tutora nos pregunta si sabemos lo que es una hemeroteca, tenemos que responder que ni idea. Menos mal que nos explicó que es una base de datos, una biblioteca online del periódico Faro de Vigo a la que podemos acceder. Pudimos ver como se entra a la hemeroteca y como se hace la búsqueda de la información. El problema es que somos muchos para acceder todos a la vez por lo que la

profesora imprimió las noticias para que pudiésemos trabajar por grupos con ellas.

Todas las noticias tienen que ver con las islas Cíes, ya que nuestro suplemento es sobre

esta temática.

Participar en el concurso de las Cíes nos incitó a buscar información y aprender más cosillas sobre ellas, hasta el punto de dedicarle un suplemento.



Alumnado trabajando con la biblioteca del Faro. POSSUMUS

Descubriendo el poder de la amistad

Nuestras aventuras en los círculos restaurativos

5º EP. Vigo

Queremos compartir nuestra experiencia participando en los círculos restaurativos con nuestros compañeros. ¡Fue una aventura llena de diversión, aprendizaje y nuevos descubrimientos!

Todo comenzó cuando nuestra tutora guiada por la orientadora del centro nos presentó la idea de los círculos restaurativos como una forma de mejorar nuestras relaciones.

Uno de los aspectos más divertidos de los círculos restaurativos fue poder compartir historias y anécdotas con nuestros amigos, que fuimos respondiendo de forma

voluntaria gracias a nuestro objeto de diálogo, la tortuga Felipe (nosotros mismos le pusimos el nombre).

Además de la diversión, también aprendimos cosas sobre el respeto, la empatía y la comunicación efectiva.

Después de establecer unas normas, que nosotros mismos propusimos, estamos aprendiendo a escuchar de forma activa a los compañeros y eso implica la primera norma: RESPETO.

Lo importante de estos círculos es que nos sentimos escuchados y valorados, y eso nos da confianza para hablar de cualquier cosa que nos preocupe y buscar soluciones a nuestros conflictos.



Círculo con la Tortuga Felipe, objeto de diálogo. POSSUMUS



Los beneficios del transporte público en Vigo

El uso del transporte público, en Vigo, los autobuses de Vitrassa, produce un impacto positivo en el medio ambiente y la sociedad

5º EP. Vigo

Viajar en autobús urbano, es decir, en VITRASA es una opción muy beneficiosa para el medio ambiente por diferentes razones. Para empezar, la utilización de un solo vehículo para transportar a muchas personas disminuye en gran cantidad la cantidad de emisiones de gases de efecto invernadero por persona en comparación con el uso de vehículos particulares. Esto significa que va a haber una menor contaminación atmosférica y una contribución positiva a la lucha contra el cambio climático. Además, VITRASA, tiene en su flota motores más eficientes y tecnologías más limpias en comparación con muchos vehículos privados más antiguos, a pesar de que ahora se están empezando a ver coches eléctricos o híbridos en mayor cantidad. Esto significa que la huella de carbono por pasajero es mucho menor al utilizar el transporte público en lugar de conducir un automóvil individualmente. La huella de carbono repre-



Vitrassa haciendo su ruta. FLICKR

senta el impacto que tiene sobre el clima el desarrollo de una actividad, y mide la cantidad de gases de efecto invernadero que emitimos a la atmósfera. Si quieres saber cual es tu huella de carbono, no dudes en escanear el siguiente código QR, y si resulta que tu huella es alta, toma medidas para mejorar-

la, por ti y por el medio ambiente.



Otra cuestión muy importante es la reducción del tráfico en las ciudades, y por tanto la congestión que se produce a nivel centro en las ciudades. Menos coches en las calles significan menos atascos, menos tiempo que echan los coches con el motor encendido en los semáforos o en caravana y por tanto menos combustible

que se usa de forma innecesaria y menos contaminantes emitidos a la atmósfera

El transporte público, como los autobuses de VITRASA, pueden contribuir a un diseño de la ciudad más sostenible. Fomenta la creación de zonas peatonales y carriles bici.

El uso del autobús urbano por otro lado también fomenta la inclusión social puesto que proporciona un medio de transporte accesible y asequible para personas de diversos grupos socioeconómicos. Esto puede ayudar a reducir la brecha de movilidad y garantizar que todos los ciudadanos y ciudadanas de Vigo tengamos acceso a los servicios que ofrece la ciudad.

En resumen, viajar en VITRASA es beneficioso para el medio ambiente ya que reduce las emisiones de gases invernadero, contribuye a una mejor eficiencia energética, disminuye atascos (y con ello el mal humor de las personas al volante), promueve una ciudad más sostenible y fomenta la inclusión social. Es una opción de transporte que beneficia a todos y también al cuidado del medio ambiente. ODS implicados:





Un Halo de luz en Vigo

En noviembre de 2023 se podía ver el Halo iluminado. El mayor ascensor de Vigo asombra a los viandantes

IAGO P., JOEL M., NOA T.
y GABRIELA A. Vigo

Con una altura de 50 metros, el ascensor Halo en Vigo evita unos 2 km de cuestas a los vigueses. Este ascensor está situado entre la calle Serafin Avendaño y la Estación Intermodal de Trenes y Autobuses (VIALIA). Este ascensor tarda 50 segundos en subir esos 50 metros.

Este ascensor fue inaugurado el 16 de febrero de 2024 tras 16 meses de obras y un presupuesto de unos 15,8 millones de euros. Este ascensor, son realmente dos, puesto que tiene dos cabinas de 3 metros cuadrados con capacidad para 17 personas.

Debido a su ingeniería y majestuosidad, recibió un premio internacinal de arquitectura, el Loop Design Awards.

Bien es sabido por todos que Vigo es una ciudad con muchas cuestas, y que en muchas de ellas se están construyendo rampas y escaleras mecánicas para salvar estos desniveles sin esfuerzo por parte de las personas. Está claro, que el Halo es la obra más costosa y la de más larga duración en cuanto a la



Ascensor Halo. YOUTUBE. JOSE BAO

construcción, pero también es la más espectacular y más visitada puesto que es un reclamo turístico además de servir a los vigueses y viguesas a salvar un desnivel importante.

El Halo de Vigo es una gran pieza de ingeniería y arquitectura, de ahí que haya recibido el premio. Pero además, tiene un gran impacto en la ciudad. Está claro, que su nombre fue

elegido a conciencia y dotando a este ascensor de una gran espiritualidad y majestuosidad. El Halo ofrece una vista panorámica que abarca todo el paisaje urbano y natural que

rodea la ciudad de Vigo. Este es un medio de transporte de transporte vertical seguro y confiable, y ofrece tanto a los vigueses como a los visitantes una sensación de comodidad y tranquilidad al viajar entre diferentes niveles de la ciudad. Este aspecto de seguridad y protección se refuerza aún más con su diseño moderno y eficiente, que cumple con los más altos estándares de calidad y tecnología.

De hecho, en su primer fin de semana de funcionamiento, el Halo fue visitado por más de 25000 personas, y concidas son las colas que se producen a determinadas horas. En su primer mes de vida ya había sido visitado por más de 160000 personas,

Y no podemos olvidar que hizo posible la movilidad desde García Barbón a Vía Norte en un tiempo mínimo y sin necesidad de "patear" media ciudad.

Indagando en el significado de la palabra halo

Un halo de luz es un círculo luminoso alrededor de una fuente de luz, como el sol o la luna, causado por la refracción o reflexión de los rayos lumínicos en partículas atmosféricas, como cristales de hielo o polvo.

Culturalmente, se asocia con

lo divino o lo sagrado en el arte religioso, mientras que en la literatura recuerda imágenes de belleza y pureza. En ciencia, forma parte de la óptica atmosférica, demostrando cómo la interacción luz-partículas atmosféricas crea efectos

visuales fascinantes en el cielo.

Esta definición de halo nos hace preguntarnos: ¿qué conexión hay con el Halo de Vigo? pues se nos ocurre que tal y como se dice que el halo de luz conecta con lo divino, realmente el Halo produce una

conexión a las personas que lo usan con vistas maravillosas y desde una altura impresionante que pueden provocar una sensación de asombro y admiración hacia lo que se está viendo. Y que decir tiene de la iluminación nocturna, que lo convierte realmente en halo.

VIGO, A MELLOR CIDADE PARA APRENDER

Becas libros e material escolar • Becas comedor

Becas inglés • Escolas infantís gratuitas



VIGO, A MELLOR CIDADE PARA VIVIR



Un nuevo contenedor se une a los ya existentes en todo Vigo

Cada vez vemos más contenedores marrones en las zonas de recogida de basura. Un paso más en el reciclaje y sostenibilidad

ÁNGEL B., DAVID G. y
DAVID R. Vigo

Un nuevo sistema para los residuos llega a Vigo, se trata de lo que llaman el "quinto contenedor", este contenedor recoge los residuos reciclables de la alimentación. Los residuos orgánicos reciclables van al nuevo contenedor marrón. Una novedad de este nuevo contenedor es que necesita la PassVigo para poder abrirse, y además, es necesario usar bolsas biodegradables para meter los residuos en el contenedor.

En el contenedor marrón se echan restos de alimentos, crudos o cocinados y cualquier sobrante de las comidas como: cáscaras de huevo, mondas de patatas y frutas, restos de café molido, restos de infusiones, etc. También se pueden echar en el tapones de corcho o restos vegetales que no sean de gran tamaño. También papel y otros productos derivados de la madera siempre y cuando no estén tratados con productos químicos.

En cambio, en el contenedor



Imagen de contenedor marrón con lector de tarjeta PassVigo. POSSUMUS

marrón no se deben colocar cerámica, pañales, toallitas, colillas, chicles, entre otros, que van al contenedor de

residuos no reciclables.

Otros materiales como pilas, aparatos electrónicos, muebles, fármacos caducados, etc...,

deben llevarse al punto limpio o a la farmacia. Los otros contenedores se siguen utilizando como hasta ahora, para

papel y cartón (azul), envases de plástico, metal y tetrabriks (amarillo), vidrio (verde) y residuos no reciclables (rojo). Cada vez tenemos una mayor concienciación por el reciclaje y es muy importante separar bien las basuras para que el reciclaje se pueda hacer adecuadamente.

Un estudio realizado sobre "Hábitos de la población española ante el reciclaje", dice que 4 de cada 5 ciudadanos, es decir, el 82,9% de los encuestados, declaran tener, de media, 3 cubos, bolsas o espacios en casa para reciclar. Si tienes dudas de como funciona el contenedor marrón, te dejamos un enlace a la página del concello en la que a través de un vídeo podrás resolver esas dudas y realizar el proceso correctamente.



¿Por qué es importante reciclar?

Permite la conservación de recursos naturales. El reciclaje ayuda a preservar los recursos naturales, como minerales o madera, puesto que se extrae

menos. Esto contribuye a mantener un equilibrio en los ecosistemas y a evitar la sobreexplotación de recursos escasos.

Reduce la contaminación ya que disminuye la cantidad de residuos que van a vertederos o incineradoras, por tanto menos

contaminación del aire, suelo y el agua. Disminuye la producción de nuevos materiales, y por tanto hay menos contaminación.

CONCELLO
DE VIGO



Para consultas relacionadas co servizo de limpeza e recollida de residuos
chama ao 986 485 682 ou ao 010
www.fcc.gal





Participantes en CinVigo 2024. POSSUMUS

Alumnos de 4º ESO participan en la II edición de "Ciencia na Rúa" CinVigo

Su investigación sobre Disruptores Endocrinos tuvo una gran aceptación por el público asistente

IZAN F., SABELA G., LÍA S. y ÁFRICA R. Vigo

Poco es lo que se sabe de los disruptores endocrinos, pero el grupo de 4º de la ESO del Colegio Possumus sabe de sobra lo que son y cómo afectan a las personas. Los disruptores son unas sustancias químicas que están presentes en la mayoría de los cosméticos, productos de higiene, pinturas, sprays, limpiadores, etc. que tenemos en casa y también en los productos que se emplean como

pesticidas, herbicidas y otros productos de tratamiento agrícola. Estas sustancias químicas afectan al sistema hormonal y causan muchas enfermedades endocrinas y de otros tipos. Para comprobar su efecto, criaron tenebrios (gusanos de la harina) en dos grupos diferentes, unos alimentados con comida ecológica y otros no. Los mantuvieron así durante 6 meses, pesándolos y contando el número de pupas (en las que las larvas de tenebrio se transforman) dos veces a la semana.

Los resultados tras estos 6 meses de estudio no son muy esperanzadores, puesto que los tenebrios aumentaron más de peso en el grupo que comía no ecológico, y además también en este mismo grupo se comprobó que su transformación a pupa era mucho más rápida. Noa, Fernando e Isaac fueron los tres voluntarios encargados de defender ante los jueces (científicos) de CINBIO y ante el público que por allí pasó esta investigación, y lo hicieron maravillosamente bien.



Al finalizar el evento con el Excmo. Sr. Alcalde de Vigo. CAROLINA ROJO



BigVan Ciencia en Vigo

Prueba de subtítulo para Faro da Escola para ver como queda con

EZEQUIEL P., AINHOA F. y YUXI. Vigo

BigVan Ciencia es un grupo de personas dedicadas que se dedican a la ciencia y a la investigación. Además, quieren transmitir esos conocimientos a la gente de forma más lúdica y divertida, haciendo espectáculos donde se junta la ciencia con el humor. Los alumnos de 1º y 2º ESO tuvieron la suerte de poder asistir a un evento protagonizado por BigVan Ciencia en

el Marco de Vigo. Allí presentaron su proyecto CazaBulos, una interesante explicación sobre como se detectan y desmontan los bulos que circulan por internet, sobre todo en redes sociales y concretamente en TikTok. Caza Bulos pretende combatir la desinformación que existe en edades comprendidas entre los 12 y 14 años, y en este proyecto está impulsado también por el Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC).



1º y 2º ESO durante el evento en el MARCO. POSSUMUS





Clase de ajedrez impartida por Brais Otero. POSSUMUS

Moviendo las piezas de ajedrez hacia la inclusión en la escuela

En el ajedrez todos juegan y nadie pierde. Un deporte que motiva, fortalece y es inclusivo

ROI D., IZAN F. y ZARETH R. Vigo

Las clases de ajedrez son estu-
pendas y divertidas. Nos en-
canta el sonido de las piezas de
ajedrez chocando contra el
tablero. Cuando sabemos que
hay clase de ajedrez y vemos
llegar al profe cargado con las
piezas y los tableros por el
pasillo saltamos de emoción.
En nuestro cole el ajedrez no
es solo ajedrez. Es una ac-
tividad que además de ser
accesible para todos y todas se
convierte en una herramienta
fascinante y poderosa para
crear igualdad.

Brais Otero, nuestro profe,

tiene unas habilidades impre-
sionantes para que sea una
jornada especial, no sólo un
juego. Convierte el ajedrez en
un símbolo de respeto y se
asegura que todo el alumnado
tenga la oportunidad de par-
ticipar y disfrutar a su propio
ritmo. Esto ha creado un am-
biente de apoyo en el aula,
entre nosotros que se observa
de un vistazo.

La clase de ajedrez se con-
vierte en un espacio donde
cada movimiento cuenta y
cada voz es escuchada.

Muchas veces se mezcla con
murmullo y algunas risas mie-
ntras desarrollamos habili-
dades de pensamiento crítico y

resolución de problemas, tam-
bién la concentración y la
paciencia que a muchos nos
falta.

Creemos que a medida que
movemos nuestras piezas en el
tablero, también movemos los
corazones y las mentes de
nuestro centro escolar hacia un
futuro más inclusivo y brillante
para todos.

Muchos nos animamos des-
pués a participar en el torne del
colegio, porque nos lo pasa-
mos súperbien y recibimos una
medalla al finalizar el torneo,
da igual la posición en la que
hayamos quedado.

¿Quién se anima a unirse a
nuestra próxima partida?



Duelo de colores en el aula. POSSUMUS

VI Torneo de Ajedrez Possumus y OpenChess en el Montecastelo

Participamos en dos importantes
torneos de ajedrez. Toda una expe-
riencia y diversión

ROI D. Vigo

Los dos torneos son muy pa-
recidos, con partidas de 15
minutos. En nuestro cole, fue
el día 8 de marzo y en el
Montecastelo el 19 de abril.
En ambos torneos había 4

partidas y al acabar recibimos
una medalla en el nuestro y
un diploma en el OpenChess.
Los ganadores absolutos, un
trofeo.
Al final de cada partida,
jugábamos en el patio y tam-
bién merendamos.



Participantes en el Torneo de Ajedrez Possumus. POSSUMUS



Participantes en el Open Chess Montecastelo. POSSUMUS



VI TORNEO DE AJEDREZ

VIERNES 8 DE MARZO DE 2024
HORARIO: 16:30



LUGAR:
Colexio Possumus
Purificación Saavedra,
62 Vigo

INSCRIPCIONES:

- Escaneando el CÓDIGO QR
- Llamando al: 986 37 13 30
- En: www.possumus.es

Hasta completar aforo.
Inscripción gratuita.




SISTEMA SUIZO
PREMIOS PARA
TODOS LOS PARTICIPANTES



ANUNCIOS BREVES

1
SE BUSCA

BUSCO gato perdido en alrededores colegio.
657778847

BUSCO trabajo con buen sueldo.
847125322

BUSCO carne de mamut.
657778847

2
SE VENDE

VENDO a mis hermanos por 50 €.
986476029

VENDO a profesora Rocío, 105€, enseña: mates, natu y soci.
986471129

VENDO de todo.

VENDO muebles viejos y en mal estado.
966576029

VENDO un papel muy chulo y mágico que lanza arcoiris. Soy el del anuncio anterior.
966576029

VENDO pelucas de muchos colores, rosas, azules, verdes.
366548874

VENDO pelucas de muchos colores, rosas, azules, verdes.
986357421

FONEMORAMAS:



- Unha sor que vai a presa, é unha sorpresa?
- Unha danza que tarda, é unha tardanza?
- Se Dora vai de caza, é unha cazadora?
- Se andas con Lucía, estás en Andalucía?
- Se a Sor lle gusta Teo, fará un sorteo?
- Se lle tomas o pulso a unha era, tes unha pulsera??

SOPA DE LETRAS



VACA - TIGRE - LEÓN - OVEJA - PATO - PIRAÑA

M	F	G	H	K	I	R	V	S	G
O	K	O	V	E	J	A	L	D	A
N	J	G	Y	L	F	S	M	L	L
O	P	V	A	C	A	T	B	E	L
P	A	R	H	E	U	E	L	Ó	I
G	T	I	G	R	E	G	O	N	N
B	O	Ñ	T	S	V	Y	T	U	A
K	J	I	R	P	I	R	A	Ñ	A
A	G	J	M	O	H	D	J	P	T



SUDOKU

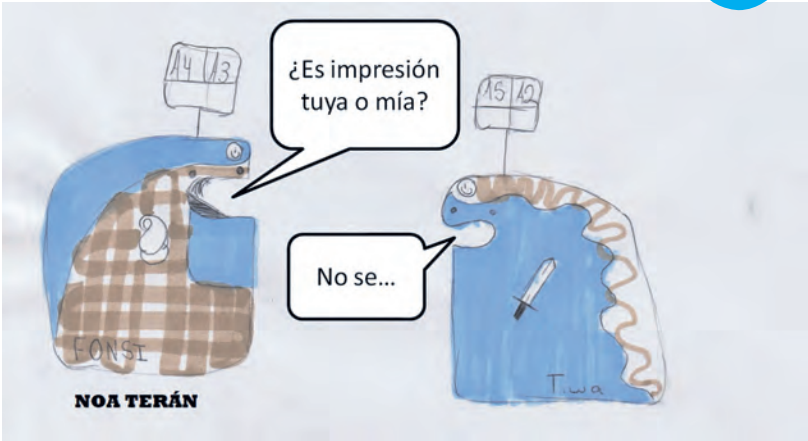


				9	6			5
9	4			8	2			
6	2			7	5		3	
5		4		3		8		6
3							4	
	6	7				9		
	8	9		6	3		7	2
	3			4				
							6	

QUE RISA!!!



SOLUCIONES



7	5	1	8	2	9	3	6	4
2	3	6	7	4	1	5	9	8
4	8	9	5	6	3	1	7	2
8	6	7	2	1	4	9	5	3
3	9	2	6	5	8	7	4	1
5	1	4	9	3	7	8	2	6
6	2	8	1	7	5	4	3	9
9	4	5	3	8	2	6	1	7
1	7	3	4	9	6	2	8	5

M	F	G	H	K	I	R	V	S	G
O	K	O	V	E	J	A	L	D	A
N	J	G	Y	L	F	S	M	L	L
P	A	R	H	E	U	E	L	Ó	I
O	P	V	A	C	A	T	B	E	L
B	O	Ñ	T	S	V	Y	T	U	A
K	J	I	R	P	I	R	A	Ñ	A
A	G	J	M	O	H	D	J	P	T



Pareja de leones en Kenia . PEXELS. TWILIGHT KENYA

Descubriendo Kenia

Kenia tiene una gran diversidad cultural y de seres vivos que invita a visitarlo

ÁFRICA R. y LÍA S. Vigo

Kenia está en el este de África. Este país tiene una gran diversidad tanto en paisajes como en vida silvestre. Conocidas son las llanuras del Serengeti y el Monte Kenia. País que destaca por tener una belleza natural espectacular y una rica cultura.

En las llanuras del Masái Mara, se pueden encontrar los famosos "cinco grandes" animales: leones, elefantes, bú-

falos, leopardos y rinocerontes. Además, también hay jirafas, cebras, ñus, hipopótamos y guepardos. Allí encontramos los parques nacionales y reservas como el Parque Nacional de Amboseli y el Parque Nacional de Tsavo, que son refugios importantes para la conservación de esta vida.

Sus ecosistemas van desde las selvas tropicales hasta los desiertos.

Kenia tiene una rica herencia cultural con muchas etnias y

tradiciones. Los pueblos masái, son conocidos por su vestimenta colorida. La música y la danza tienen un papel importante en la vida cotidiana. Además, Kenia es conocida por su artesanía tradicional de tejidos, tallados en madera y joyería elaborada.

Kenia es un país maravilloso para visitar. No solo por la fauna y flora que presenta, este país encanta a los visitantes por su gran belleza y su gran diversidad.



Niños divirtiéndose en Kenia. PEXELS. RIC ANDY



III Carrera Solidaria

Carrera solidaria en favor de Habari Njema Hope School (Kenia)

NOA T. y YUXI X. Vigo

Por tercer año consecutivo, el colegio corre el día de la paz por una buena causa, ayudar a un colegio de Kenia, el Habari Hope School.

El día de la carrera fue un día soleado a pesar que los anteriores amenazaba lluvia. Se realizó una ruta alrededor del colegio con diferentes distancias, para adaptarse a todas las edades.

Unos días antes de la carrera, hubo una conexión en directo con el colegio de Kenia, Habari Njema Hope School. La conexión ayuda a conocer

la realidad diaria del colegio y sus alumnos, pero también se muestran las mejoras realizadas en el colegio con la ayuda recibida en años anteriores. Sus instalaciones van creciendo poco a poco y año tras año.

La carrera finalizó sin ningún contratiempo y no hubo que contabilizar bajas. En la carrera participaron también familiares del alumnado del centro que voluntariamente así lo decidieron. Además, al finalizar, hubo un sorteo de camisetas para las que era necesario tener el dorsal a mano.



Imágenes de participantes en el sorteo final. POSSUMUS



Alumnado de 1º e 2º de primaria en A Guía. POSSUMUS

Non é necesario ir moi lonxe para vivir aventuras, basta con cambiar de aires e pasalo en grande cos compañeiros

ÁNGEL B. y GABRIELA A. Vigo

As viaxes a zonas próximas ao noso centro escolar poden producir moitos beneficios para o alumnado por diferentes razóns. Para empezar, estas pequenas viaxes a lugares da contorna permiten aos estudantes experimentar de primeira mana o que están a aprender na aula, por exemplo, as saídas ao Museo do Mar, ou a Naturnova, ou incluso a coñecer o outono na carballeira de A Guía ou no Vixiador. O

que fan estas saídas e favorecer o aprendizaxe dos conceptos traballados na clase.

Por outra banda, ao ir a sitios moi cercanos, os alumnos están conectando coa súa comunidade, fomentado a fachenda de pertencer a ese entorno.

Todas as saídas, sexan cerca ou lonxe, permiten ao alumnado comunicarse entre si e co profesorado, facilitando o desenvolvemento de habilidades sociais como a colaboración, o traballo en equipo ou ben a resolución

de problemas.

Saír do centro escolar tamén é unha motivación para o alumnado, posto que sabe que ese día non vai a estar sentado na clase, senón que vai a facer cousas diferentes que son moi motivadoras. E que dicir ten o custo da actividade. Non é o mesmo pagar por unha actividade realizada nunha longa distancia como nun sitio preto, é dicir, a experiencia vai a resultar igualmente enriquecedora pero con menor gasto por parte das familias.



Alumnado de 1º e 2º de primaria na Casa de Rosalía De Castro. POSSUMUS

4º ESO gañador dunha viaxe a Santiago

Unha visita guiada para coñecer a historia de Santiago

CRISTIAN E. Vigo

O alumnado de 3º e 4º ESO tivo a sorte de gañar unha viaxe a Santiago no certame Escola en Camiño.

Como dicía Federico García Lorca, Chove en Santiago... laio de pedra e cristal.... A visita estivo pasada un pouco

por auga, un orballo (de cando en cando) que non impediu aos rapaces e profesorado gozar da visita guiada polas súas rúas e coñecer a historia que estas agochan, ver a Catedral tamén desde dentro, admirando a súa arquitectura e rematar na alameda coas "dúas Marías".





JUEVES
13 de junio de 2024

Fundado en 1853 por don Ángel de LEMA

FARO da escola

© FARO DE VIGO, S.A.U. • Prohibida toda reproducción a efectos del artículo 32,1 párrafo segundo, de la Ley de Propiedad Intelectual. Esta publicación no puede ser reproducida, ni en todo ni en parte, ni registrada en, o transmitida por, un sistema de recuperación de información, en ninguna forma ni por ningún medio, sea mecánico, fotoquímico, electrónico, magnético, electroóptico, por fotocopia, o cualquier otro, sin el permiso previo por escrito de la editorial.



ISSN 1131 - 8163 D.L.: PO-1519-58

CELSO GARCÍA / Presidente de ADROVI

LUCAS LAGE / Coordinador de trasplantes del área de Vigo

Conversaciones que inspiran: Entrevista con el Coordinador de Trasplantes y un Paciente Trasplantado

Una entrevista que abre las mentes y los corazones. Dos posiciones diferentes, pero ambas dirigidas hacia lo mismo, salvar vidas mediante la concienciación y a través de la divulgación.

5º EP. Vigo

Los periodistas de 5º recibimos con una gran sonrisa a Lucas Lage, coordinador del área de Vigo, médico en UCI, y a Celso García, paciente trasplantado y presidente de ADROVI para conocer el trabajo de muchos profesionales que consiguen que la donación de órganos sea una realidad.

¿Cuánto tiempo llevó la operación?

Celso: En mi caso duró 10 horas, parece que fue complicado extraer el órgano malo.

Lucas: Suelen ser cirugías muy largas. El órgano llega sobre las 10h de la noche y a partir de ahí todo el equipo trabaja toda la noche.

¿Cómo te sentiste al despertar?

Celso: Despiertas medio dormido, incómodo y entubado. Es una situación extraña, no sabes si estás bien o mal. Tu mente empieza a funcionar de una manera lenta pero poquito a poco te vas recuperando. Al principio es muy incómodo pero no tienes dolor porque estás con mucha medicación y siempre hay que pensar de forma positiva porque sientes que te vas a poner bien y que pronto vas a recuperarte.

Lucas: El trasplantado va siendo consciente en unos días. Al principio sólo siente incomodidad.

¿Pensaste en algún momento que no ibas a despertar de la operación?

Celso: Nunca, siempre pensé en positivo y no pensé en que me iba a morir.

¿Cuántos días estuviste recu-



Celso García y Lucas Lage durante la entrevista realizada por 5º EP. POSSUMUS

perándote de la operación?

Celso: Pues tuve la mala suerte que las pastillas que hay que tomar para el rechazo me hicieron daño, entonces el problema es que me provocó una parada renal, también cogí un virus en la UCI, así que fueron 19 días en la UCI cuando suelen ser 6. Después con un nuevo tratamiento y una medicación para estimular la médula salí adelante. En planta estuve 3 meses porque no tenía defensas y debía estar protegido de todo virus.

Lucas: Todos los trasplantados tienen que tomar una medicación para que su propio cuerpo no lesione el órgano que recibe: nuestras defensas son muy listas y detectan que ese órgano no es nuestro y atacan pudiendo destruirla. No obstante, como veis, cada caso es diferente, algunos es más rápido pero cuando hay complicaciones todo va más lento. La médula a la que se refiere Celso

es la médula ósea, que es la parte del cuerpo que produce la sangre, las células que hay en la sangre. Nosotros respiramos por-que los pulmones consiguen llenarlos de oxígeno y luego hay unas células en la sangre que transportan el oxígeno por todo el cuerpo, la hemoglobina. La médula ósea genera esas células de la sangre.

¿Qué medicación tomas desde el trasplante y a cuántas revisiones tienes que asistir?

Celso: La medicación es para toda la vida y la tomo todos los días. Las revisiones se van distanciando en el tiempo. Al principio cada 3 meses, luego 6 meses y anuales después de un tiempo, para hacer cambios en los tratamientos y controlar como nos sienta.

Lucas: Tened en cuenta que Celso ya hace 26 años que se operó y le siguen revisando.

¿Haces una vida normal?

Celso: Totalmente normal.

¿Notaste diferencia antes del trasplante y después?

Sí, mucha, física y mentalmente. Una diferencia muy grande, te cambia la vida porque tratas de ser mejor persona y valorar todo lo que te parecía indiferente. Físicamente también estoy mejor que antes. Valoro todo y tengo muchas ganas de vivir.

¿cómo llevó tu familia todo el proceso?

Celso: Mi familia lo pasó muy mal porque pensaban que me iba a morir pero cuando apareció el órgano todo fue diferente, la esperanza hizo que lo vieran todo de otra manera. Me acompañaron en todo el proceso.

¿Cómo se creó ADOS?

Lucas: La Agencia de Donación de Órganos y Sangre es reciente pero ya se venía trabajando desde hace muchos años en la donación de órganos y sangre. Antes se denominaba Coordinación de Trasplante

de Galicia y también Centro de Transfusión de Galicia se unieron y se convirtió en ADOS hace 4 o 5 años y coordina la donación de sangre y el trasplante de órganos.

¿Cuántos años llevas trabajando como coordinador de ADOS?

Lucas: Empecé en el 2008 para aprender, es muy importante y necesario aprender y estar con los que eran mis jefes que me enseñaron muchísimo.

En total son 15 años los que llevo y ya estuve aquí, en vuestro centro impartiendo una charla a vuestros compañeros mayores en el 2018.

¿Qué hacéis si hay una hemorragia?

Lucas: Los cirujanos la ven y la controlan. Suturan el vaso y hay opciones de tratamiento tanto durante como después de la operación. Hay opciones de tratamiento en ambos casos.

¿Puede ser Celso donante después de ser trasplantado?

Lucas: Celso podría donar cualquier órgano, incluso su hígado trasplantado.

¿Qué harías si vieras a la persona que te cedió su órgano?

Celso: Está prohibido saber quién es la persona que te dona los órganos, debe y tiene que ser anónimo. Yo estoy enormemente agradecido.

Lucas: En España está prohibido conocer la persona o la familia de de paersona que dona el órgano. Hay países que sí se puede.

Muchísimas gracias a los dos por esta visión tan importante y vital sobre la donación.