

EL PROGRESO

ESCOLA dEPrensa

MIGUEL ANXO PRADO TRABAJA EN UN NUEVO LIBRO JUVENIL

El ilustrador gallego más internacional prepara una "aventura fantástica" >20

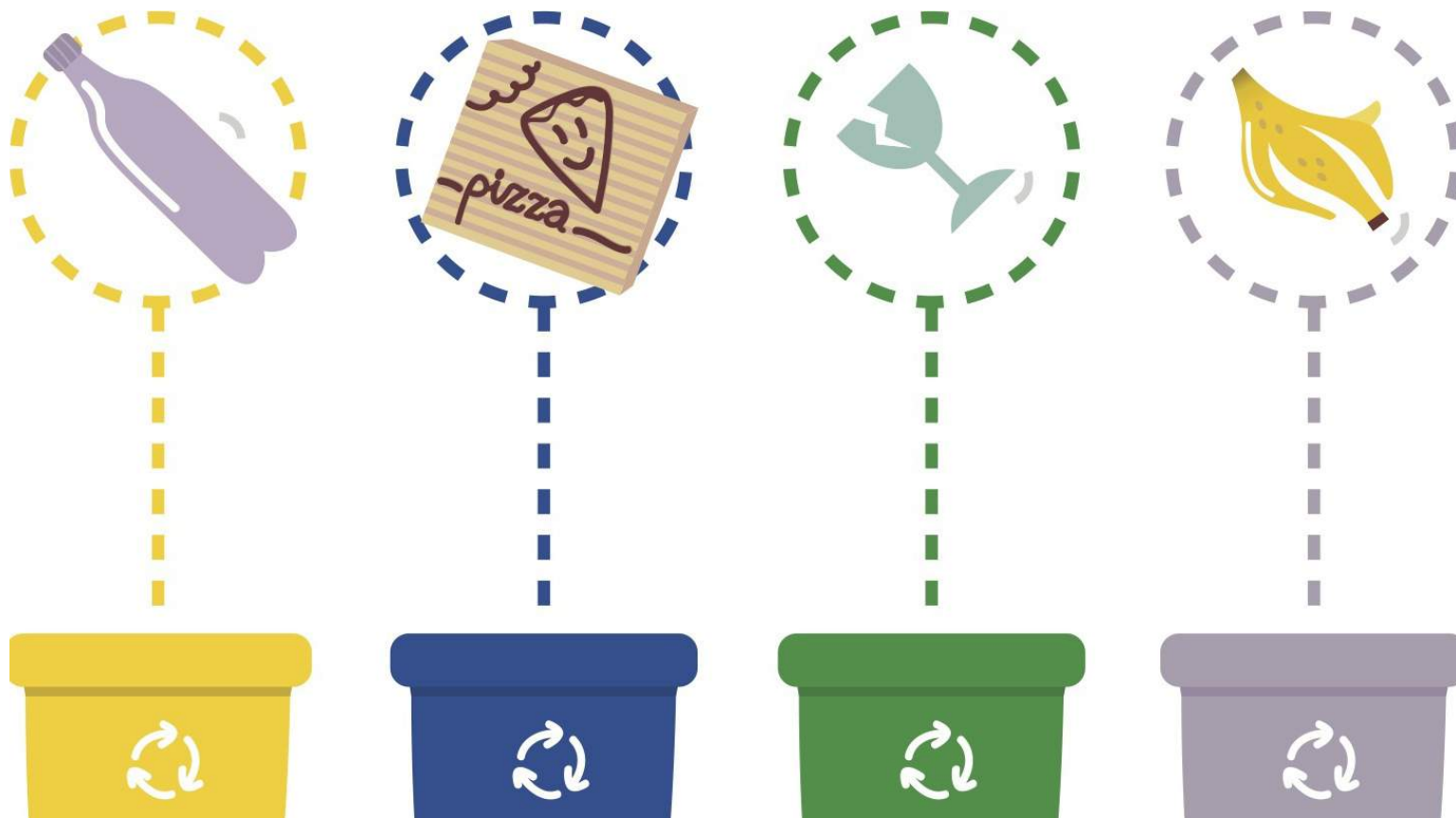
Reciclar, ahorrar agua y utilizar el bus urbano son acciones clave para frenar la contaminación, según los lucenses

Casi la totalidad de la ciudadanía cree que los concellos deben adoptar medidas para restringir el tráfico con el objetivo de disminuir las emisiones contaminantes

Un 83% de los habitantes de Lugo tiene cerca de su domicilio contenedores específicos para el reciclaje de cristal, papel, cartón, plástico y pilas. Por el

contrario, el 17% de la población no dispone de contenedores de estas características en su barrio. Casi ocho de cada diez lucenses separan la basura en sus

casas para depositarla en los lugares específicos. La deforestación, el ruido o el uso de aerosoles preocupan menos a los ciudadanos. >02



Contenedores de reciclaje.

Los edificios abandonados se disparan en Lugo

Cada vez son más las viviendas que se abandonan a su suerte, creando focos de peligro e infección >04

LOCAL LA ALCALDEASA LARA MÉNDEZ DICE QUE EL PARO ES EL MAYOR PROBLEMA AL QUE SE ENFRENTA LA CIUDAD >03

VIAJAR TOP TEN DE LOS LUGARES MÁS PELIGROSOS Y ESCALOFRIANTES DE LA TIERRA >08

LA VENTANA DEL COLE LOS ALUMNOS DE 1º DE ESO APRENDEN A EMOCIONARSE CON HERVÉ TULLET >14-15

GOURMET MÁS LECHE, ¡POR FAVOR! DOS DELICIOSAS Y FÁCILES RECETAS ELABORADAS CON ESTE VERSÁTIL ALIMENTO >25

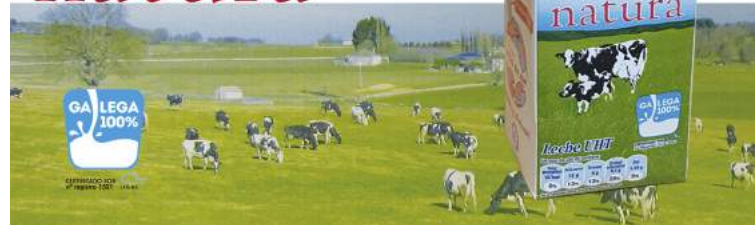
CULTURA LA POETISA MARÍA DO CEBREIRO HABLA SOBRE SU LIBRO 'O DESERTO', PREMIADO POR LA CRÍTICA >22

DEPORTE CABALLERO, DELANTERO DEL CLUB DEPORTIVO LUGO, DICE "SENTIRSE CÓMODO EN EL EQUIPO" >27

NUEVO ENVASE TETRA EDGE

Con Tapón producido por la propia máquina, por consiguiente: más higiénico, más seguro y más económico.

LEYMA
natura



Ocho de cada diez adolescentes creen que pedir ayuda ante un acoso "no es de chivatos"

Una encuesta realizada por alumnos de 1º de ESO del colegio María Auxiliadora revela que, en un conflicto, un 39% pide ayuda >05



No al bullying.

Os cidadáns de Lugo creen que reciclar é a principal acción para reducir a contaminación

Utilizar o transporte público, aforrar auga e enerxía eléctrica son outras medidas útiles segundo os resultados da enquisa elaborada polos alumnos de 1º de ESO do colexio María Auxiliadora

THE LUGO TIMES / LUGO

Un 17% dos lucenses opina que a medida máis eficaz contra a contaminación é a reciclaxe de cartón, papel, latas, vidro, plásticos e residuos orgánicos. Un 12% considera que aforrar auga é a mellor opción e outro 12% cree máis efectivo empregar o transporte público no canto do coche. Son datos da enquisa elaborada polos alumnos de 1º da ESO no marco de distintas actividades relacionadas co Día da paz e o coidado do medio ambiente, baseadas na encíclica 'Laudato Sí' do Papa Francisco.

O ruído, a reforestación dos bosques e o uso dos aerosois preocupan menos aos cidadáns.

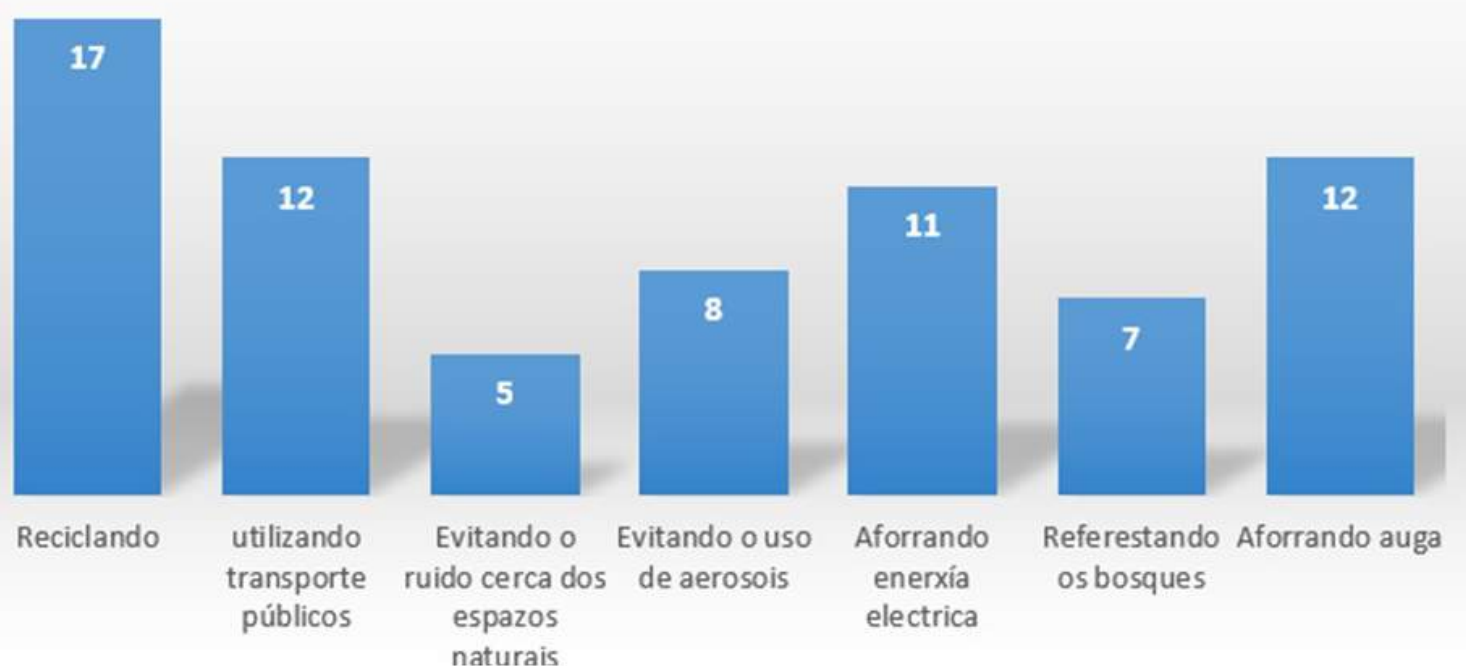
Outro dato sorprende é que o 79% dos lucenses clasifican a basoira das súas casas para posteriormente reciclala.

Por outra banda, ante a pregunta: "Considera que os concellos deberían adoptar medidas para restrinxir o tráfico nas grandes cidades e así diminuír a contaminación ambiental?", o 96% dos enquisados respondeu afirmativamente, fronte á negativa do 4%.

Un 83% dos habitantes de Lugo posúe preto do seu domicilio contenedores específicos para a reciclaxe de cristal, papel, cartón, plástico e pilas. Un 17% non dispón de contenedores para a reciclaxe. O tamaño da mostra foi duns 56 cidadáns de Lugo, de 18 anos en diante, seleccionados ao azar na Avenida Ramón Ferreiro e que se mostraron colaborativos ca iniciativa.

Esta actividade desenvolveuse baixo o lema 'Laudato si, ecoloxía pola paz', tratando os problemas medioambientais do noso planeta, tomando conciencia da importancia de protexer os ecosistemas.

¿De que maneira cree que pode reducirse en maior medida a contaminación?

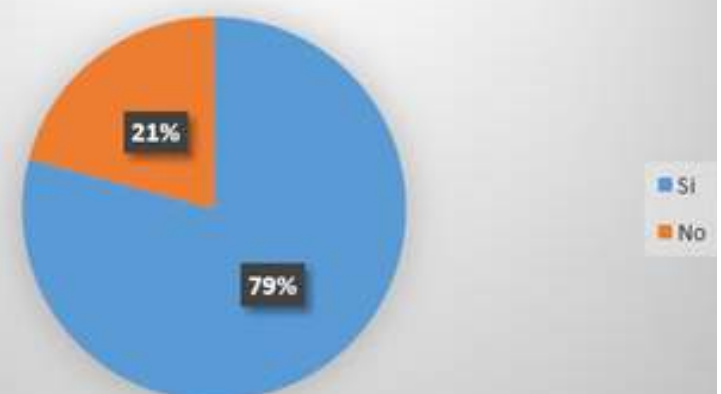


Resultados da enquisa elaborada polos alumnos de 1º de ESO polo Día da Paz e a Ecoloxía. THE LUGO TIMES

¿Considera que os concellos deberían adoptar medidas para restrinxir o tráfico nas grandes cidades e así diminuír a contaminación ambiental?



¿Clasifica vostede a basoira que produce na súa casa?



Os estudantes realizando a enquisa na rúa. THE LUGO TIMES

Cerca do seu domicilio, ¿hai contenedores específicos para a reciclaxe de cristal, papel, cartón, plástico, pilas?



LARA MÉNDEZ ALCALDESA DE LUGO

«O maior problema que ten a cidade de Lugo son os máis de 7.000 parados»

A rexidora lucense asegura que o desemprego afecta especialmente á xuventude, que se ve obrigada a "marchar fóra para buscarse o futuro"



Lara Méndez. EP

THE LUGO TIMES / LUGO

ADRIÁN SANTOS E JUAN D. OBALLOS.

Lara Méndez, nas eleccións municipais de 2015, foi a número dous da lista do PSdeG-PSOE ó concello de Lugo e candidata a presidir a Deputación, pero ao renunciar Xosé López Orozco, pasou a ser cabeza de lista do partido e foi elixida alcaldesa, sendo a primeira muller en ocupar este cargo.

Despóis de dous anos no cargo e, segundo o seu criterio, cal é o peor problema que ten a cidade de Lugo?

O problema que máis me preocupa é o desemprego. Hai moita xente na nosa cidade, máis de 7.600 persoas, que queren traballar pero non atopan un posto, moitas delas,

xente nova que ten que marchar fóra para buscarse o futuro.

Vimos no periódico que ía poñer a velocidade máxima na Ronda da Muralla en 30km/h. A que se debe esta decisión e como se está desenvolvendo a medida?

O noso obxectivo é mellorar a seguridade dos peóns e dos conductores, reducir a contaminación do aire, pero tamén acústica, é dicir, reducir o ruído e as vibracións dos coches no entorno da Muralla, que é Patrimonio da Humanidade e debemos coidar entre todos. Recoñezo que nun principio, o feito de reducir a velocidade puido non gustar ou ser chocante, pero os veciños e veciñas reaccionaron moi ben e están sendo moi respectuosos coa limitación.

Cambiando de tema, a vostede gústalle o seu cargo de Alcaldesa de Lugo?

Moito. É unha inmensa honra e orgullo ser a Alcaldesa da cidade na que vivo, unha cidade que me encanta dende que vin aquí a rematar os estudos de Secundaria. De feito, elixín unha carreira universitaria en función das opcións que ofrecía o Campus de Lugo, e non ao revés.

"A POLÍTICA É UNHA ETAPA DA MIÑA VIDA, MÁIS OU MENOS LONGA, PERO CON DATA DE CADUCIDADE"

Cal foi a peor orde que tivo que firmar dende que está no seu cargo? E a mellor?

O peor de ser Alcaldesa sempre é non poder resolver un problema a un veciño ou a un

colectivo porque non está nas mans do Concello ou porque é inviable, e o mellor, como as dúas caras dunha mesma moeda, é poder darlle solución aos problemas dos veciños.

Como Alcaldesa de Lugo, que lle parece o trato que dan a Lugo dende o Goberno central e dende a Xunta de Galicia?

O meu traballo como Alcaldesa é tamén falar co resto de institucións, como o Goberno central e a Xunta, chamar á súa porta cantas veces sexa necesario para que fagan melloras e creen servizos na nosa cidade. A realidade é que dende hai uns anos o trato podería mellorar moito porque teñen moitos proxectos pendentes que levar a cabo na nosa cidade.

Vostede quería dedicarse á política cando era pequena? Pensou algunha vez que podería chegar a ser

Alcaldesa?

É certo que na miña casa, na miña familia, sempre se falou de política, pero eu de nena non pensaba en dedicarme á política, nin tampouco pensei que ía ser Alcaldesa. Creo que a política é unha etapa da miña vida, máis ou menos larga, pero unha etapa con data de caducidade, na que trato de servir o mellor posible aos meus veciños e veciñas.

A que adica o seu tempo libre?

Pois non teño moito tempo libre, pero todo o que teño o dedico fundamentalmente a estar coa miña familia.

Gustaríalle ser Secretaria Xeral do seu partido?

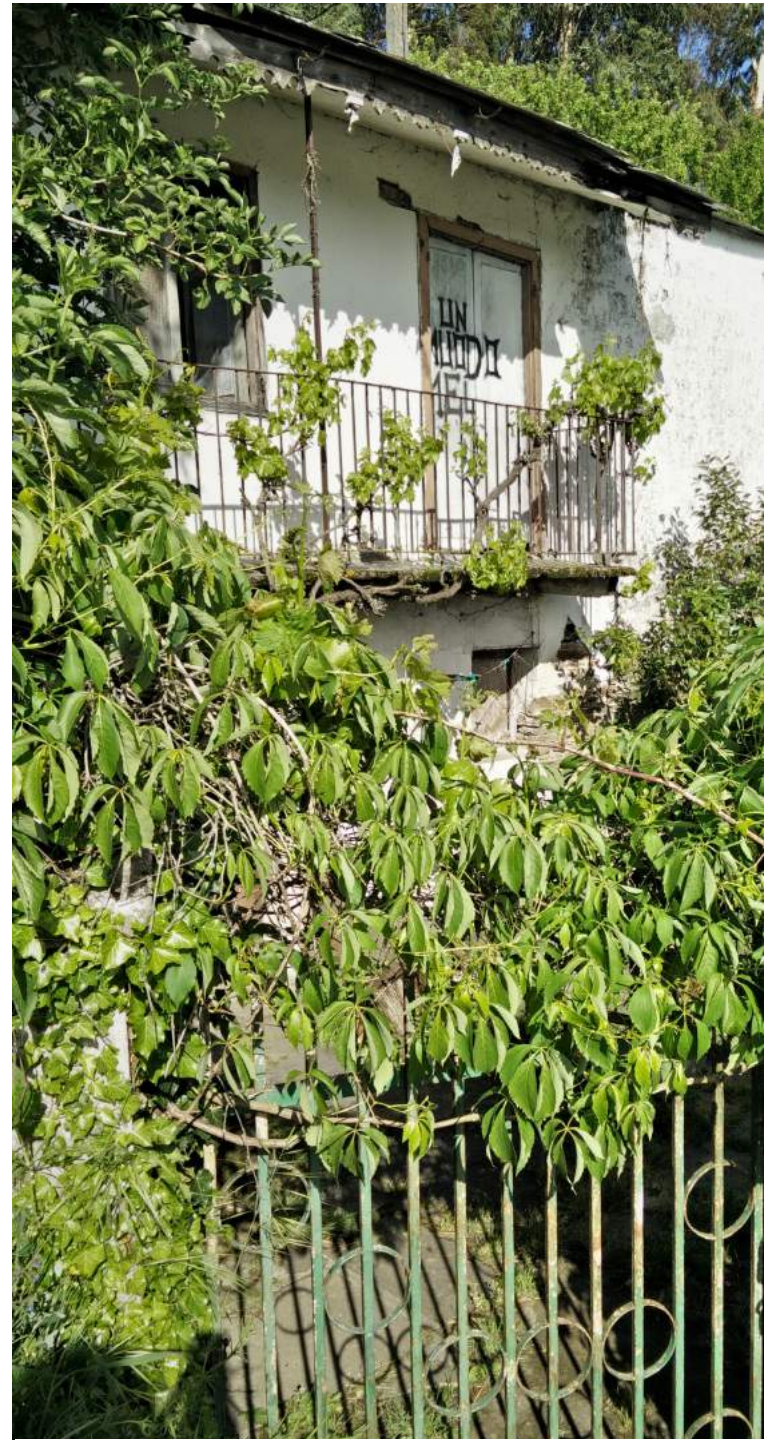
A verdade, é algo que non me plantexo. Estou totalmente volcada coa miña cidade, en facer todo o posible para mellorar a vida dos lucenses e darlle solución aos seus problemas.



O Garañón. EL PROGRESO



Vivienda deshabitada en A Ponte da Chanca. SABELA VILLAR



Casa en ruinas en la Ronda do Carme. SABELA VILLAR



Hospital Xeral. SABELA VILLAR

El abandono de edificios se multiplica en Lugo

THE LUGO TIMES / LUGO

SABELA VILLAR L.

Cuando hablamos de edificios abandonados, nuestra imaginación nos lleva a lugares cargados de misterios y aventuras. Quién no ha tenido la tentación de adentrarse entre sus muros y vivir una aventura estilo Indiana Jones. Pero la realidad es otra, los edificios abandonados se convierten en un peligro para los ciudadanos. Edificios ruinosos que resisten en nuestras calles y barrios siendo en muchos casos foco de infecciones y basureros improvisados.

En Lugo y alrededores, como en otros sitios, hay lugares abandonados, muchos son simples viviendas e incluso edificios enteros. Pero también hay fábricas, colegios, hospitales y cuarteles.

Por supuesto, la primera mención va para la Torre Garañón: un edificio que está paralizado por un problema en la licencia y hay que derribarlo.

Augamestas era un pequeño complejo hotelero de la diputación que, por problemas de concesione no se adjudicó. Quedó cerrado varios años y los vándalos lo desvalijaron.

El Hospital de Castro se utilizaba como psiquiátrico hasta que los

enfermos se trasladaron a Calde y quedó cerrado.

Entrar en el barrio A Ponte da Chanca es como retroceder un siglo en el tiempo. Es cierto que desde allí se vislumbra una vista magnífica del puente de la vía del tren. Pero hay una serie de casas abandonadas que rompen con el paisaje.

El antiguo Hospital Xeral es una muestra de abandono de un edificio que podría tratar de conservarse, aunque se destinase a otros servicios. En todo el casco urbano de Lugo se pueden encontrar edificios y casas en ruinas. Por ejemplo, en la Ronda do Carme, en la Ronda da Muralla, en los polígonos industriales e incluso una gasolinera en A Campiña.

Pedir ayuda ante el acoso escolar no es de 'chivatos' según ocho de cada diez adolescentes

Una encuesta realizada por alumnos de 1º de ESO del colegio María Auxiliadora revela la opinión de los estudiantes sobre el bullying, un fenómeno que ha de frenarse con colaboración y prevención

THE LUGO TIMES / LUGO

SILVIA VARELA Y CRISTINA TRABADA.

Quién no ha visto en las noticias, leído en prensa, o simplemente escuchado la palabra 'bullying'.

Por desgracia, y cada vez con más asiduidad, el desprecio, acoso y derribo hacia nuestros semejantes se está convirtiendo en una manera de ser y de actuar entre colectivos escolares.

El bullying es un fenómeno que se caracteriza por el acoso físico, psicológico y verbal entre estudiantes que se prolonga en el tiempo. El acosador disfruta sintiéndose superior al acosado y la víctima sufre una serie de secuelas psicológicas o efectos negativos.

Los acosados generalmente no quieren contar lo que les pasa ya que sienten vergüenza y culpa por lo que les ocurre en el colegio.

Las consecuencias del maltrato escolar son graves. Las víctimas tienen estrés, ansiedad y depresión, problemas en la socialización y en el futuro laboral y pueden llegar al suicidio.

Una investigación realizada por la King's College London dice que los efectos psicológicos negativos que sufren las personas con bullying permanecen durante 40 años después de haber sido víctima de acoso.

Hoy los conflictos entre adolescentes ya no se solucionan utilizando la conversación, las palabras, las buenas intenciones. Quizás la educación se valora más en notas numéricas que en valores, pilar básico de una sociedad sana.

Entonces, nos planteamos la siguiente pregunta: ¿vivimos en una sociedad enferma? Y, de ser así, ¿a quién hacemos responsables? ¿A las familias, a los profesores, a los políticos

o quizás a nosotros mismos los estudiantes?

Hay muchos tipos de acoso escolar, no solo la coacción o el hostigamiento. En ocasiones se pretende aislar socialmente a la víctima y distorsionar la imagen del niño o niña para poner a la clase en contra.

Las redes sociales también son utilizadas por acosadores para reírse de la víctima, algo que puede llegar a ser muy peligroso.

PREVENCIÓN. ¿Cómo se puede prevenir el acoso escolar? Pues con la intervención de los propios alumnos, la acción familiar, colegial y sociocultural.

Es importante prevenir. El profesorado tiene un papel fundamental a través de la formación en habilidades que prevengan y resuelvan los conflictos escolares. En nuestro colegio, el María Auxiliadora, se sigue el estilo preventivo salesiano en todas las etapas educativas.

También es muy importante la educación en la familia y el diálogo abierto y permanente de ésta con sus miembros entre sí y con los centros educativos. La sociedad (el entorno) y los medios de comunicación también son decisivos a la hora de influir en las personas, hábitos y comportamientos.

Más de 100 niños encuestados

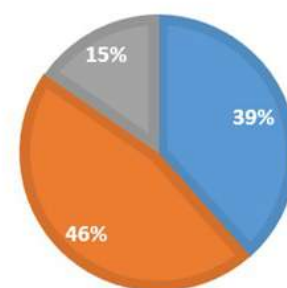
El 78% de los adolescentes afirma que pedir ayuda ante una situación de acoso escolar no es ser un 'chivato', frente al 19% que opina lo contrario. Ante esta pregunta, un 3% de los estudiantes prefiere no contestar.

Estos datos corresponden a una encuesta realizada por alumnos de 1º de ESO del Colegio María Auxiliadora de Lugo sobre una muestra de 130 chicos y chicas de entre 12 y 16 años, que actualmente cursan estudios de Enseñanza Secundaria Obligatoria.

Ante la pregunta "Si un compañero te cae mal, ¿te pones en su lugar para comprender por qué actúa de esa manera?", un 58% responde que no. Un 33% sí se pone en el lugar de los demás ante la situación y un 9% prefiere no contestar. Por último, un 46% de los encuestados, ante una situación de conflicto con un compañero, prefiere no buscar la ayuda de profesores, compañeros o padres para resolverlo. Un 39% dice estar dispuesto a pedir ayuda y un 15% de los adolescentes prefiere no responder a la pregunta. Por otro lado, según datos de 2016, en España el 1.6% de los niños y jóvenes sufre bullying de forma constante y un 5.7% lo vive de forma esporádica.

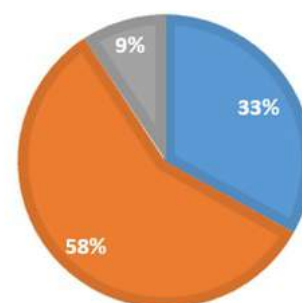
¿CUÁNDO TIENES CONFLICTOS CON ALGÚN COMPAÑERO O COMPAÑERA, ¿BUSCAS A ALGUIEN (PROFESORES, COMPAÑEROS, PADRES) QUE PUEDAN AYUDARTE A RESOLVERLO?

■ SI ■ NO ■ NS/NC



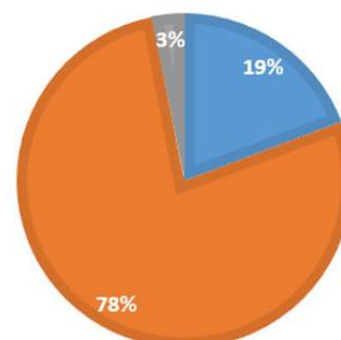
SI UN COMPAÑERO TE CAE MAL, ¿TE PONES EN SU LUGAR PARA COMPRENDER POR QUÉ ACTÚA DE ESA MANERA?

■ SI ■ NO ■ NS/NC



¿CREES QUE PEDIR AYUDA A UN PROFESOR ES SER UN CHIVATO?

■ SI ■ NO ■ NS/NC



Víctima de bullying.

Resultados de la encuesta a 130 alumnos. SILVIA Y CRISTINA

Los españoles prefieren al perro como animal de compañía

Las estadísticas inclinan la balanza hacia los canes, quienes son capaces de entender unas 200 palabras, y los gatos son la segunda opción de las familias de nuestro país

THE LUGO TIMES / LUGO

ANTÍA RÍO VEIGA.

Muchos sabemos de la amistad y el amor incondicional que nos puede dar un perro. Es por ello que, uno de cada cuatro hogares en España vive con can. Sin embargo, los gatos son menos populares como animales domésticos, puesto que un 19% de los españoles poseen uno. Pero, como compañero en la vida diaria de las personas, ¿son mejores los gatos o los perros?

Los perros tienen el cerebro más grande que los gatos, debido a que éstos últimos llevan una existencia más solitaria. Para socializarse necesitan entender al emisor y en eso los caninos ganan por goleada, dado que consiguen entender entre 160 y 200 palabras, a diferencia de los meninos pues, a pesar de que todavía no está claro, por ahora no hay ningún felino que entienda el lenguaje humano. ¿Sabías que los gatos consideran que son dueños de la casa en la que conviven con sus humanos? No obstante, los felinos también tienen puntos a su favor. Al ser más autónomos dejan más tiempo a disposición de sus compañeros humanos, puesto que ni siquiera reclaman paseos por el exterior.

Aunque, si un hombre, notarás que los gatos le hacen más caso a las chicas. Esto es así porque reaccionan mejor ante los tonos de voz agudos que graves.

Los perros tienen un vínculo muy personal con su dueño, tanto sentimentalmente (al darle mimos ellos los devuelven multiplicado por dos) como físicamente, ya que ser dueño de algún otro animal no podría ser tan saludable, puesto que al pasear con estas mascotas se reduce el riesgo de padecer problemas del corazón.



Familia con un perro. ARCHIVO



Gatito jugando con los sonidos de las teclas. ARCHIVO

Un estudio llevado a cabo por Michael E. DeBakey del Veterans Administration Medical Center de Houston (EEUU), ha revelado que aquellas personas que paseaban a sus animales de compañía, tenían su estado físico mucho mejor que los que no lo hacían; disminuían sus niveles de colesterol y reducían drásticamente enfermedades cardiovasculares.

Por otro lado, los perros sienten celos, al igual que las personas. Estos peludos pueden sentir envidia al ver cómo su dueño presta más atención a otro animal o humano. En ocasiones, los perros manifiestan los celos con ladridos, enseñando los dientes o incluso atacando. Pero, los perros son agresivos o solo determinadas razas? Lo más correcto es pensar que hay

malos dueños de perros, según el estudio publicado en la revista Applied Animal Behaviour Science, o en castellano, Ciencia del Comportamiento de Animales Aplicados. Este estudio asegura que la conducta agresiva del perro se debe fundamentalmente a la conducta agresiva de su dueño. Además de ser capaces de socializarse con seres humanos

que les aprecian y les dan cariño, también son lo hacen con otros animales, hasta llegar al punto de ver una fotografía de un animal salvaje y catalogarlo mentalmente en “pertenecientes a su mismo grupo”.

Por otro lado, tanto perros como gatos y como a cualquier humano, les gusta escuchar música, puesto que los animales domésticos también son aficionados.

Hablando de música, muchos artistas mundialmente conocidos poseen perros por todas estas y más razones. Un ejemplo podría ser el de la famosa cantautora y actriz Ariana Grande, quien tiene 8 perros en total, contando con su adicción más reciente, el Pignoli.

Otro ejemplo más cercano puede ser el cocinero y jurado de Master Chef, Jordi Cruz, quien posee un perro; o el humorista Dani Rovira, quien por su sección de Amores Perros en el programa de televisión El Hormiguero, es un gran amante de estos animales.



Tartaruga atrapada en redes de pesca. FUNDACIÓN GABRIELE INTERNACIONAL

A biodiversidade da Terra redúxose ao 58% en só 40 anos

Científicos din que nace unha nova era como consecuencia da actividade humana nos ecosistemas e alertan do elevado número de especies en perigo

THE LUGO TIMES / LUGO

ANA BRUZOS G.

O oso panda, o tigre, o elefante, o gorila, o oso polar, o leopardo das neves, o orangután, o chimpancé, o rinoceronte, o delfín de auga doce, a tartaruga mariña ou as baleas son algunhas das especies do mundo que se atopan en perigo de extinción. A biodiversidade é a variedade de formas de vida e é chocante saber que en 40 anos reducímola nun 58%. Os científicos din que nos atopamos ante “a sexta extinción masiva de especies”, é dicir, unha taxa de desaparición das especies máis rápida da habitual, posto que a perda de biodiversidade é algo natural, pero que o ser humano fai que este proceso se acrecente (a máis famosa foi a dos dinosauros).

As principais causas da perda de biodiversidade son a desaparición de hábitats, sobreexplotación das especies, contaminación, especies invasoras, enfermidades e o cambio climático. É incríbel ver que detrás das principais causas sempre se atopa o ser humano. Os científicos sospeitan que podemos entrar nunha nova era xeolóxica: o



Tráfico ilegal de reptís. PINTEREST

Antropoceno, como consecuencia das nosas actividades nos ecosistemas da Terra.

¿Sabías que a agricultura ocupa un 34 % da superficie terrestre e consume o 69 % da auga doce? Podemos pensar que a escaseza de auga, por exemplo, é algo que non nos

afecta ou nos perxudica en Europa pero en realidade é algo moi cercano, posto que non fai falla ir o Polo Norte ou a Sudamérica para atopar animais en perigo de extinción, senon que en España e en Galicia desgraciadamente tamén hai especies en risco de desaparecer.

Tráfico ilegal de animais

Unha causa moi importante da extinción dos animais é o tráfico ilegal de especies. Este negocio sanguento move 10.000 millóns de euros ao ano e é a terceira actividade delictiva máis practicada, despois do tráfico de drogas e armas. As cifras son sorprendentes: cada ano comercialízanse 1,5 millóns de aves vivas e 440.000 toneladas de plantas medicinais, mátanse 120 tigres, uns 30.000 elefantes, máis de 1.000 rinocerontes e 30.000 pangolíns.

Os burros galegos precisan axuda

Segundo datos da asociación Abufa (Asociación de burros fariñeiros) deben de quedar uns 300 animais desta especie. Xa non hai burros en Galicia. Algúns expertos sosteñen que ao reducirse a actividade agrogandeira e modernizarse con maquinaria e tecnoloxía, os burros fóronse esquecendo e abandoando á súa sorte, sendo noutros tempos vital para a subsistencia das familias galegas. Este animal -castigado pola literatura e a tradición popular- pola contra, é un animal intelixente e forte.

É certo que hai campañas para protexer a certas especies, unha moi interesante é a Rede Natura 2000, porque no noso país hai unhas 150 especies que están en números vermellos.

Este proxecto loita por coseguir un futuro no que os humanos vivan en harmonía coa natureza. O seu propósito para o ano 2020 é que o 100% dos espazos protexidos dispoñan dunhas adecuadas medidas de conservación, ademais dunha boa financiación e que se estén poñendo en marcha no territorio coa participación da poboación local.

A despoboación (perda masiva de habitantes dunha rexión ou ecosistema) por motivos climáticos é outro factor a ter en conta. O cambio climático provoca que as terras se vexan máis áridas e secas, provocando así que as especies migren a altitudes e latitudes máis favorables para a súa propia supervivencia. Algunhas consecuencias do cambio climático son que moitas especies alteren o seu comportamento respecto á migración ou posta de ovos. Tamén que se den grandes concentracións de dióxido de carbono na auga, provocando grande acidez e impedindo o crecemento e desenvolvemento de peixes, corais e moluscos.

Por outra banda, ademais do tráfico de animais, outra das causas de perda de biodiversidade mundial (según a ONU) son as especies invasoras, introducidas de forma artificial, accidental ou intencionada, que tras un periodo de tempo adaptáanse ao novo medio e colonízanos. As especies autóctonas non adaptadas a este tipo de convivencia desprázanse ou no peor dos casos morren. A 'Vespa velutina nigrithorax ou avésa asiática, é un problema en Galicia.

Accións coma mercar unha mascota exótica ou coller o coche diariamente no canto do autobús traen unhas graves consecuencias en tódolos aspectos da nosa vida, polo que che pregunto: axúdasnos a cambiar o mundo e rematar ca extinción das especies?



El lago Natrón, en Tanzania, mortal por sus propiedades alucinógenas.

Top ten de los lugares más peligrosos y escalofriantes de la Tierra

Te presentamos una lista de sitios que jamás debes visitar, como puntos donde el viento sopla a más de 300 kilómetros por hora, el clima es extremo o los habitantes son serpientes venenosas

REDACCIÓN / LUGO

PAULA SAAVEDRA Y PABLO DELGADO.

La cueva de la muerte, en Francia, se sitúa en la posición número 10 de nuestro ranking de lugares peligrosos. A diferencia de otras cuevas, su peligro no está en su profundidad, ya que con 1.272 metros ni siquiera es la más profunda de Francia. El peligro de esta cueva está en que cada vez que llueve se inunda haciendo que cualquier ser vivo que se encuentre dentro muera.

En el último año hubo alrededor de seis muertes provocadas principalmente por esto. El verdadero nombre de esta cueva es 'The Gouffle Berger'.

En la posición número 9 clasificamos al Lago Natron,



Isla de la Queimada Grande, en Brasil, territorio de serpientes.

en Tanzania. Este lago salado está compuesto por agua, por cloro, sodio y magnesio y álcali, un compuesto químico con propiedades alucinógenas.

La vida en el lago es imposible. Incluso para las personas que quieren observarlo, debe ser desde una distancia prudente y muy poco

tiempo.

El Monte Whashington, en Estados Unidos, tiene 1917 metros de altura y es el más alto del país. Su característica

principal es que presenta vientos extraordinariamente fuertes. Tanto es así que, el día 12 de abril de 1934, se registró un viento de 372 Km/h o 103 m/s, batiendo un récord mundial.

La Isla de la Queimada Grande ocupa el puesto número 7 en nuestra lista de lugares peligrosos. Está en Sao Paulo (Brasil) y es hogar de muchas especies de serpientes, entre las se encuentran algunas de las más peligrosas del mundo. Se calcula que hay entre... ¡1 y 5 serpientes por metro cuadrado! La isla es considerada de interés ecológico para los científicos que, en ocasiones, estudian los ejemplares del particular lugar.

Debido al riesgo que supone vivir rodeado de tal cantidad de reptiles, no tiene ningún habitante.

El atolón Bikini, situado en el archipiélago de las Islas Marshall, es conocido gracias a que en él se llevaron a cabo pruebas militares entre las que se encuentra el lanzamiento de más de 20 bombas, la mayoría de Estados Unidos.

Antes de eso, un pueblo indígena vivía allí, pero cuando empezaron las pruebas, tuvieron que ser expulsados. Debido a un error en una de las pruebas de hace 60 años, sigue siendo un terreno inhabitable y muy contaminado.

En el puesto número cinco de lugares escalofriantes y peligrosos situamos al puente Hussaini, en Pakistán. Como su propio nombre indica se encuentra en un pueblo llamado Hussaini a 2600 metros de altitud.

El mayor problema para cruzarlo es que no ofrece ninguna seguridad, está hecho con maderas con miles de años y en mal estado que a veces rompe la del medio, tienes que saltar a la siguiente y si tu precisión en el salto y tu equilibrio no son buenos, date por muerto. El puente cruza el lago Borit aguas arriba del río Hunza.

El Valle de la muerte, en Rusia, es un lugar prácticamente inexplorado, lleno de pantanos y donde los lugareños no se atreven a ir debido a que se rumorea que quién entra en el valle no vuelve nunca más.

Está lleno de cosas tenebrosas como si estuvieses en una película de terror y no hay ningún ser vivo o cosa que te haga caminar tranquilo... por ejemplo, está lleno de árboles sin hojas. Este lugar seguirá siendo un misterio porque hay gente que cree en las leyendas urbanas y hay muchas otras que hacen sus propias especulaciones.

En tercera posición situamos el Desierto Danakil, en Eritrea: está muy cerca del Mar Rojo y es conocido principalmente por sus temperaturas extremas con una media de 34 grados, y hay temperaturas máximas que pueden alcanzar los 60 grados. Según un estudio es uno de los puntos más calurosos de la Tierra.

Además, lo rodean algunos volcanes, por lo que algunas personas lo llaman el Infierno



Puente Hussaini, en Pakistán.



Erupción del volcán Sinabung, en Indonesia.

en la Tierra. La zona en la que se encuentra está situada a 117 metros por debajo del nivel del mar.

El segundo puesto es para el Volcán Sinabung, en Indonesia. Recientemente han muerto 7 personas por la erupción de este volcán y ya es considerado un estratovolcán. Después de 400 años en calma este volcán ha tenido muchas erupciones, la última como ya mencionamos fue en 2017. Este volcán puede expulsar humo hasta 3 Km de altura.

El volcán se encuentra en el Arco de Sonda, una cadena volcánica que une el Cinturón Alpino con el Cinturón de

Fuego del Pacífico.

El primer puesto del ranking va para el Valle de la muerte estadounidense: es el punto más bajo de Norteamérica y uno de los puntos más calurosos del mundo.

En él se alcanzó la temperatura más alta del mundo que rondaba los 59 grados centígrados.

En este lugar fue encontrado el cadáver de Dave Legeno, un actor que interpretó a Fenrir Greyback en las películas de Harry Potter. Además de caluroso, es considerado el lugar más seco del mundo. Dentro de él se encuentra el parque nacional.



Valle de la Muerte en EE.UU.

Londres: el mejor destino para amantes de la historia, las compras y las sagas

La ciudad europea más cosmopolita ofrece múltiples actividades de ocio para todo tipo de viajeros, incluso para fans de libros de culto como Sherlock Holmes o Harry Potter

THE LUGO TIMES / LUGO

SABELA VILLAR Y CANDELA FRAGA.

Londres es una ciudad muy grande, verde y con muchos habitantes de diferentes nacionalidades. Sin duda, un buen lugar para ir de vacaciones. Así que, si te gustan las ciudades cosmopolitas e ir de compras, ¡Londres es ideal!

Si piensas en Reino Unido lo primero que se te viene a la cabeza es el Big Ben, ese reloj conocido mundialmente. También pensarás en el London Eye, una noria que como su propio nombre indica, es el ojo de Londres, ya que su gran altura te permite ver toda la ciudad.

Si seguimos con las alturas hay varios rascacielos que permiten que el turista vea los tejados de Londres, previa cita y abonando una cantidad.

Otra cosa que no puedes perderte es el cambio de guardia en Buckingham Palace. En él podrás ver como los guardias cambian sus puestos con otros guardias y, quien sabe, a lo mejor tienes suerte y ves a la reina Isabel II. De los numerosos puentes el más importante es el Tower Bridge, que se levanta para que pasen grandes barcos.

No te pierdas los museos como el British Museum, que con su gran variedad de antigüedades te hará volver al pasado, y el Museo de la Historia Natural. Aprovecha, en Londres todos los museos son gratis.

DE COMPRAS. Candem Town es un mercadillo donde puedes comprar todo lo que te imagines a un precio asequible. Suele cerrar a las 19:00 horas. No deberías ir por la noche. Oxford Street es la calle donde encontrarás tiendas como Zara, H&M, Adidas, Nike, Apple... marcas de lujo conviven con tiendas 'low cost' como



London Eye y Big Ben. INTERNET



Almacenes Harrods y estación King's Cross para fans de Harry Potter. INTERNET

Primark.

Los grandes almacenes Harrods son mundialmente conocidos. Aquí podrás encontrar todo tipo de productos, desde chocolatinas hasta relojes de oro de más de 10.000 libras.

PARA FANS. Si eres un verdadero fan de Harry Potter, no te puedes perder el espacio 'The making of Harry Potter',

donde podrás encontrar todos los objetos, ropas y decorados de las películas originales. También puedes ir a King's Cross, estación de tren donde encontrarás la plataforma 9 3/4 que aparece en la saga de J. K. Rowling y una tienda dedicada a Harry Potter.

Si eres seguidor de la saga de Sherlock Holmes, tienes que venir al museo oficial, donde encontrarás algunas escenas de

los libros y una tienda de recuerdos.

La tienda de The Beatles está al lado del Museo Sherlock Holmes. Podrás encontrar distintos souvenirs de este mítico grupo pop-rock.

En Picadilly Circus encontrarás la tienda Nickelodeon, Ledo y M&M World. En esta zona se encuentra la juguetería más grande de Londres: Hamleys.

Para desplazarte por la ciudad te recomendamos el metro, puesto que te lleva por toda la ciudad en poco tiempo. Puedes utilizar el autobús, muy conocido por sus dos pisos y llamativo color rojo, pero ofrece menos rutas.

Existe una tarjeta llamada Oyster Card que la podrás usar en ambos transportes. Si vas a visitar muchos lugares, es recomendable que utilices esta tarjeta porque te saldrá más económico.

RECOMENDACIONES.

Para que tu estancia en Londres sea de lo más entretenida, te recomendamos conocer la historia de la ciudad a bordo del bus turístico y un tour en barco por el río Támesis. Ve a Hyde Park, cuenta con 145 hectáreas de césped y árboles. Si te gusta la gastronomía china, tienes que ir obligatoriamente a China Town (está al lado de Picadilly Circus). Por cierto, hazte con el London Pass, que es una tarjeta con la que tienes acceso a muchísimas atracciones y ahorras tiempo y dinero.

Ventajas e inconvenientes de volar en primera clase, business y turista

Se acerca el verano y con él aumenta el número de billetes de avión pero, antes de lanzarse a reservar un vuelo, es conveniente revisar los distintos espacios y sus precios

THE LUGO TIMES / LUGO

ROCÍO GARCÍA AFONSO.

A la hora de recorrer trayectos de largas distancias, muchos se decantan por el avión, siendo uno de los transportes aéreos más cómodos y seguros.

Es el medio de transporte favorito de las familias con niños, a las cuales les resulta más confortable viajar en este tipo de transporte, ahorrándose dinero en combustible para el coche y evitándose el cansancio que pueda suponer tantas horas de viaje por carretera.

No obstante, el gasto que supone viajar en este tipo de transportes puede ser elevado, por eso, dependiendo de los fondos que posea la familia, (teniendo en cuenta la duración del viaje o la clase en la que se desea viajar), podemos encontrarnos con grandes variaciones de precios.

Por eso, dentro de un mismo avión cuyos trayectos son largos (independientemente de la compañía), suele haber distintos espacios, clasificados en tres clases distintas: turista, business y primera clase.

La clase turista es algo así como "la clase de bajo coste", la cual te proporciona un espacio reducido en el asiento, la disminución del número de enchufes a tu alcance, el servicio de WIFI (el cual puede variar dependiendo de la compañía, puesto que algunas no lo incluyen), disposición de una bolsa de aseo con artículos personales, entretenimiento a bordo (revistas) y notable baja calidad en la pantalla de TV (si es que la hay) y del servicio en general.

Sin embargo, esta clase es la que lanza un precio bastante asequible, pero hay que tener cuenta que es la que menos prestaciones ofrece.

Vueling Airlines es una aerolínea española, con sede en Barcelona, que se identifica



Boeing de la compañía barcelonesa de bajo coste Vueling. VUELING



Clase business en Emirates Airlines. EMIRATES AIRLINES

como "low cost". Es una de las aerolíneas de mayor crecimiento en Europa y ofrece vuelos baratos entre las principales ciudades europeas. La clase business es como la clase media. A diferencia de la clase turista, en algunas compañías como Iberia o Malassyan Airlines dan la posibilidad a sus pasajeros de trasladarse en limusina hasta el aeropuerto, (característica que

también comparte con la clase alta).

Otro de los servicios de los que pueden disfrutar de los que viajan tanto en business como en primera clase, es la sala VIP. A diferencia de los viajeros con billete turista que esperan sentados en las sillas del aeropuerto, los que pagan el billete de clases superiores y por tanto más caras, pueden descansar en una sala

especialmente acondicionada para ellos.

Dentro del avión, las aerolíneas proporcionan a los viajeros de las clases más altas una conexión gratuita a internet mediante diversos aparatos. Por otro lado, los viajeros más privilegiados cuentan con televisión cuya calidad en imágenes es alta. Música, prensa, además de degustaciones de vino y

comida e ofrecen constantemente. El servicio es excelente.

Para aquellas personas que se decanten por el descanso, algunas compañías ofrecen camas dentro de un área de sueño, así como servicio de duchas y salas de relajación.

Además, los viajeros de primera clase facturan su equipaje en mostradores exclusivos y pueden portar de manera gratuita de 30 a 40 Kg sin recargo alguno.

Sin embargo, la diferencia de coste es bastante notable entre clase y clase, ya que tan sólo un billete de primera clase podría costar hasta diez veces lo que vale un billete de clase turista.

Por supuesto, el lujo que presente la compañía en sí, hará tener más o menos prestaciones en cada una de las clases. Emirates Airline ofrece en su clase turista y con un coste similar, prestaciones que otras compañías sólo ofrecen en sus clases superiores, lo que multiplicaría por dos el precio de cada clase en este tipo de compañías.

Mojar las galletas en la leche o acostarse tarde entre semana son costumbres 'made in Spain'

Algunas de nuestras actividades diarias resultan chocantes para muchos extranjeros como saludar con dos besos o tomar las doce uvas para festejar la entrada de un nuevo año

THE LUGO TIMES / LUGO

PAULA SAAVEDRA.

Todos los españoles estamos acostumbrados a ciertas actividades o situaciones que para nosotros son parte de nuestra vida cotidiana y que definen nuestro país, pero a otros países les pueden resultar extrañas.

Si nos paramos a pensar sobre nuestras costumbres, muchas veces nos parece complicado asimilar que éstas forman parte de nuestra cultura y la diferencian de las demás porque las vemos como algo totalmente normal.

Respectos a los horarios, España es uno de los países donde más tarde se llevan a cabo muchas actividades rutinarias como: comer, cenar, trabajar (ya que tiendas y bares suelen cerrar aquí más tarde a diferencia de en otros países) e incluso acostarse. Sin embargo, irse a la cama de madrugada no hace que dejemos de madrugar. Este hecho, da lugar a una de las características de la cultura española como es la siesta después de comer.

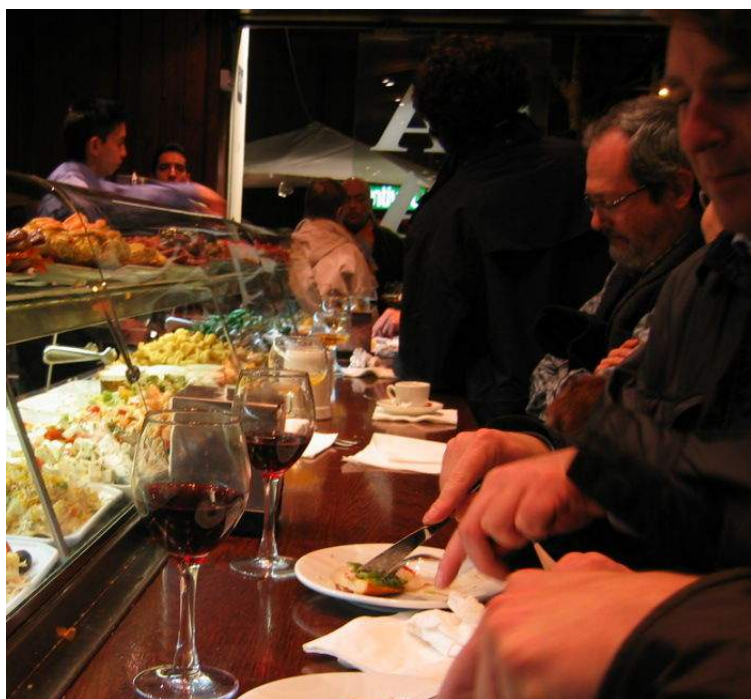
Hay otra costumbre que suele sorprender a muchos turistas extranjeros. Somos de los pocos países, por no decir el único, que utilizamos los dos besos a modo de saludo tanto para personas conocidas como para personas que nos acaban de presentar.

Otra cosa muy nuestra es saludar a todo el mundo cada vez que entramos en algún lugar con gente: restaurantes, ascensores, hospitales... nunca nos olvidamos de un: "¡Buenos días!", un "¡Que aproveche!" o un simple "Hola". Para otras culturas, este tipo de acciones pueden rozar la mala educación pero para nosotros, todo lo contrario.

Aunque no os lo creáis, tomar las uvas al compás de las doce campanadas que marcan el



Pareja durmiendo la siesta. INTERNET



La costumbre de ir de tapas. INTERNET



Uvas en Nochevieja. INTERNET

nuevo año, es una tradición de origen español. Según creencias populares surgió a principios del Siglo XIX, cuando ante una gran cosecha de uvas, los agricultores decidieron regalarlas por España para promocionarlas y para dar suerte a las personas a las que se las ofrecían.

Esto fue una gran novedad para la población española, porque se dice que empezaron

a tomarlas en Nochevieja, cuando en una familia de España se guardaron estas valiosas uvas como postre para la cena.

¿Sabías que mojar las galletas en la leche es algo 'typical Spanish'? Si viajas a Reino Unido, prueba a desayunar galletas con leche delante de un británico... ¡verás qué cara pone! En los países anglosajones las galletas

(biscuits) no se mojan en ningún líquido. Por no hablar del pulpo á feira, siendo el 'octopus' un manjar no grato fuera de nuestras fronteras. Ir de tapas o pinchos es algo muy español. La costumbre de picotear de pie mientras se bebe en los bares no existe en otros lugares.

Los españoles somos muy familiares. Nos preocupamos por padres, hermanos,

abuelos... tratamos de reunirnos los domingos, en cumpleaños y fechas señaladas... En la mayor parte del mundo las personas son más independientes en este sentido.

Estos puntos junto a muchos otros son la esencia de nuestro país y algunas de las cosas que hacen que tengamos algo especial, que para los extranjeros valga la pena.

El Castro de Viladonga nació al mismo tiempo que la muralla romana de Lugo

Los alumnos de 1º de ESO visitamos el enclave castrejo, un lugar importante para conocer, estudiar y comprender la evolución del mundo de los castros y del ámbito rural en la etapa galaico-romana

REDACCIÓN / LUGO

ROCÍO GARCÍA A.

En el mes de Febrero, los alumnos de 1ºA y 1ºB de la ESO del Colegio María Auxiliadora de Lugo, realizamos una salida cultural al Castro de Viladonga, actividad que coincidió con el Bocadillo Solidario, que se celebraba a la tarde en el centro.

Tras la llegada, las guías nos dieron una cálida bienvenida y comenzamos la visita con un vídeo en el que se nos mostraba la vida de los habitantes del castro, los artilugios que se encontraron durante su hallazgo o la vida económica, social, o cultural de los castrejos.

La guía que nos acompañó nos enseñó a hacer de forma casera cerámica típica de la época y, además, nos relató algunos datos curiosos: “El castro de Viladonga fue fundado entre los siglos III y V a.C., que comprende periodos de gran importancia como la construcción de la muralla en los años 240-250 a.C.”, dijo. Otra curiosidad fue el tema de la economía de los castrejos que, según la guía, “practicaban una economía de autoabastecimiento, lo que significa que poseían una gran riqueza agrícola y económica”. Otro dato que nos impresionó mucho a ambas clases fue que “en aquella época ya había mercados, comercios... en los que los castrejos ponían en venta los recursos captados a través de la actividad a la que se dedicaban, ya fuera en los pueblos cercanos a la croa e incluso en otras comunidades”. Todos nos vimos muy impresionados ante tal comentario, pues nadie se había planteado que en el S. III hubiera comercio, puesto que más allá del trueque, se necesita una unidad monetaria, la cual empleaba la población



A la izquierda, el castro de Viladonga. A la derecha, los estudiantes realizando actividades. THE LUGO TIMES



Alumnos aprenden a moldear piezas cerámicas al estilo castrejo. THE LUGO TIMES

para satisfacer sus necesidades. La moneda empleada era muy distinta a la que utilizamos hoy en día y para que tomemos aprecio de su estética la podemos encontrar en el museo situado detrás del castro junto a otros hallazgos que se encontraron en él como ánforas, torques o instrumentos de trabajo.

Eran muchas las actividades a las que se dedicaba la

población. Las más características eran los trabajos en madera, bronce (herrería en general), la elaboración del tejido, la agricultura y la ganadería, aunque también cazaban.

Según nos contó la guía, “restos de polen, agujas, hilos, o incluso hallazgos de antiguas figuras ornamentarias como torques, indicaron la presencia de los trabajos de la

agricultura, cierta dedicación a los tejidos o a piezas de oro y componentes derivados de éste y otros minerales”.

Cuando abandonamos el museo después de hacer diversos talleres, nos dirigimos al castro (al contrario que 1ºB que realizaron el recorrido de manera inversa).

Una vez en éste pudimos apreciar cómo una gran croa encerraba diversidad de

infraestructuras en ruinas que indicaban la existencia de antiguas viviendas castrejas. Como la guía nos había indicado, las casas presentaban “un pequeño tamaño, así como de unos 10/12 metros cuadrados, construidas con materiales como cereales, pajas y piedras” sujetos fuertemente para formar los tejados y cada uno de los muros”.

Los muros podían estar compartidos con la vivienda vecina si había parentesco. En ocasiones, los tejados no eran lo suficientemente fuertes como para aguantar el mal tiempo y por ello, los habitantes instalaban terrones de tierra sobre las tejas para evitar la filtración de agua.

En el interior de la croa, junto a las infraestructuras y viviendas, se encontraron grandes hallazgos de cuarzo. La explicación es que podría haber servido para marcar trayectos o zonas de “alta precaución”. Por ejemplo, caminos que se estrechan y por los que no pueden atravesar un carro.

Aprende a emocionarte: un proyecto ABP en la enseñanza de las lenguas extranjeras

Los alumnos de 1º de ESO realizan un proyecto cooperativo de innovación en la asignatura de Francés que se convierte en una "aventura emocionante"

THE LUGO TIMES / LUGO

REDACCIÓN.

¿Cómo iniciarse en una segunda lengua extranjera y conseguir que los chicos de 1º de ESO se emocionen con la novedad? A partir de esta inquietud, nos lanzamos en la aventura del saber, del aprender y del disfrutar.

¿Receta mágica? Ninguna. Creatividad e imaginación, toneladas. Así que manos a la obra y a crear nuestro proyecto. Pretendemos desafiar las metodologías tradicionales y por ello decidimos adentrarnos primeramente en el mundo del constructivismo. Pretendemos que este proyecto sea un trabajo activo, así que vamos a dedicarnos a la reflexión, al aprendizaje y a la investigación.

La teoría nos diría que tenemos que crear conocimiento a partir del que ya tenemos. No obstante, queremos ir más allá. El aspecto actitudinal y conductual ha de tomar otro cariz y ha de cobrar la misma importancia o sino más que la propia adquisición de conocimiento.

No hay como consensuar actividad docente y actividad discente como para darse cuenta que la enseñanza de hoy en día va más allá del siempre aprendizaje conceptual.

El potenciar el desarrollo integral del alumno se hace imprescindible así como fomentar una actitud positiva hacia el aprendizaje, trabajando en equipo (y a poder ser que funcione de modo cooperativo).

A través de un proyecto de comprensión o basado en problemas, conseguimos generar un ambiente donde el profesor alienta al alumno a pensar crítica y creativamente. Así pues, iniciamos el trabajo identificando las necesidades de la clase a partir de una preguntas y dando lugar a un



Emocionario. THE LUGO TIMES

brainstorming: ¿Qué me dice la lengua francesa? ¿Para qué me puede servir? ¿Qué relación guarda con mi entorno? ¿Dónde puedo ver reflejada dicha lengua? ¿Una lengua se resume a las cuatro capacidades: comprensión y expresión oral, comprensión y expresión escrita?

Identificamos de dónde partimos y a dónde queremos llegar, qué nos interesa, qué sabemos y cómo lo haremos. La lista de todas estas actividades de entrada es larga, pero ya empezamos a emocionarnos. Es hora de plantear el proyecto, así que allá vamos: buscamos información y más información en internet. ¿Qué nombres franceses nos rodean, comercios, películas, pintores...?

El abanico de posibilidades se hace gigante. Tratamos de acotar el terreno. Vamos a dar un sentido práctico a nuestro proyecto. Somos unos alumnos de 1º de ESO muy motivados, que queremos sobrepasarnos y hacer partícipes de esta experiencia a nuestras familias

y a los más pequeños del cole: ¿qué podemos aprender y que sorprenda a su vez a los demás?

El conocer el universo infantil se hace casi imprescindible. Lo cuentos son poseedores de esa sabiduría tan mágica y han revelado durante toda nuestra infancia secretos de lo más recónditos.

Nos sumergimos en ese mundo un tanto desconocido por momentos: concretamente en el mundo de la ilustración. Misión en marcha. Objetivo: encontrar un ilustrador francés de cuentos infantiles.

San Google hace milagros como bien sabemos y qué alegría el descubrir a Hervé Tullet.

Algunos corremos a la biblioteca a buscar ejemplares de sus libros. Otros nos adentramos en la inteligencia emocional y descubren los emocionarios.

Mediante rutinas que activan nuestras neuronas y hacen visible nuestro pensamiento, y entre otras, "compara-contrasta", hacemos un paralelismo con un pintor de

nuestros lares: Miró.

Hablamos de colores, de formas, de sentimientos, de emociones.

Nuestro vocabulario se enriquece a cada paso. Cada clase se ha convertido en la aventura del saber. "Cuánto más sé, más necesito aprender".

"Hablo de mí, hablo de tí". Unimos sentimientos a la expresión facial de cada uno de nosotros. La cara enlaza con el cuerpo y el movimiento toma posición. El cuerpo se hace uno y hablamos de ello como si de siempre supiéramos hablar en francés. Perdemos el miedo escénico, sabemos que nuestros compañeros no se van a reír cuando lo expresemos en voz alta.

Hemos llegado al objetivo: aprender a emocionarnos. Y dicho sea, se ha trabajado a modo cooperativo (cada uno asumiendo un rol definido y muy trabajado) pero haciendo asimismo hincapié en la idiosincrasia de cada uno. Apoyándonos en la teoría de Howard Gardner, hemos comprobado que cada uno de nosotros aprendemos de un

modo peculiar y no todos tenemos desarrolladas las mismas facetas.

Hemos buscado, organizado y compartido información para crear nuestro propio producto: un emocionario bilingüe.

Diseñamos y planificamos las fases de elaboración y ejecución. Las texturas van también ganando terreno, cada vez demandamos más.

Y finalmente creamos. La labor es ardua y de vez en cuando Hervé Tullet nos hace un pequeño guiño a través las redes sociales. Nos hemos puesto en contacto con él y colaboramos con un Colegio de Educación Infantil de Panxón (Pontevedra). La sensación de trabajo con dimensión planetaria se ha vuelto viral. El conocimiento no queda relegado a una materia. Es extrapolable a otras clases del mismo centro, de otros centros gallegos y ha llegado a Nueva York (lugar de residencia de Tullet).

Publicamos en definitiva nuestras pequeñas obras de arte y estudiamos la posibilidad de un humilde obsequio para

nuestra fuente de inspiración. El centro de Panxón va en la misma línea: han preparado una camiseta con los dibujos de cada alumno, inspirados en las ilustraciones de los cuentos. Nosotros también queremos impactar y para que se acuerde de nosotros mientras experimenta la sensación placentera de comer, realizamos un mantel inspirándonos de la misma manera en sus obras de arte. Única condición para la realización del obsequio: todo ha de hacerse a través de la nueva lengua extranjera, objeto de aprendizaje. Y de nuevo, creamos.

El proyecto llega poco a poco a su fin y es necesario hacer un alto para reflexionar sobre cómo estamos aprendiendo. No se ha sufrido en ningún momento, la gramática no ha pesado. El ambiente ha sido de lo más distendido. Trabajamos las cuatros destrezas, pues antes de presentar el emocioario a los pequeñitos, se ha practicado la tan temida expresión oral.

Todos hemos sido partícipes de nuestro propio aprendizaje y nos hemos autoevaluado. Los demás miembros del grupo han hecho también su valoración, así como la propia docente.

De manera grupal, la evaluación ha de versar sobre el trabajo cooperativo en sí, las contribuciones de cada uno, la dirección que ha tomado el proyecto y la consideración actitudinal.

En cuanto a la evaluación docente, se han pautado como ítems: el respeto de la consigna, la capacidad para contar y describir así como la capacidad para dar impresiones, la ortografía lexical, la coherencia y cohesión del producto final.

De este modo, cada agente implicado en el proceso de enseñanza- aprendizaje maneja criterios de evaluación dejando a un lado la posible arbitrariedad subjetiva del docente.

Ahora queda por venir un momento muy esperado: la respuesta de Hervé Tullet (¡si es que la hay) ante nuestra sencilla contribución a su gran obra.

HERVÉ TULLET ILUSTRADOR

«Profesores, bibliotecarios y familias creen que mis libros son útiles»

El genio francés desvela detalles sobre su vida y obra y confiesa que le gustaría venir a España, país del que tiene "recuerdos muy grandes"

THE LUGO TIMES / LUGO

REDACCIÓN.

Tras el éxito resultante de nuestro proyecto sobre emociones en 1º de ESO, decidimos conocer a nuestra fuente de inspiración: Hervé Tullet.

Le hablamos de nuestro colegio, de nuestras vivencias diarias (¡¡en francés, claro está!!) y como no, de nosotros mismos. Así que manos a la obra y a por un collage descriptivo. De repente, otra idea surge en clase. ¿Y si le hiciéramos una entrevista?

Nos lanzamos: investigamos primero su biografía para no hacer preguntas a las cuales nos puede contestar la wikipedia. No, por supuesto, tenemos que ir más allá.

Ahondar en su personalidad: ésa va a ser la manera de entenderlo y tal vez seguir sus pasos o cuando menos inspirarnos para otros proyectos.

Formulamos nuestras preguntas y a traducir sea dicho. La profe atiende peticiones, colabora y se entusiasma con la idea. Tenemos que ponernos en contacto de nuevo con Hervé. Esperemos que no le parezca mal esta pequeña intromisión en su vida personal. Hay que intentarlo. Somos un equipo paciente, creativo y con muchas ganas de aprender cada día algo nuevo.

¡Sorpresa! Una noche, Hervé contesta. ¡Es una persona extraordinaria! No ha dudado un comentario en escribirnos. Veamos qué nos cuenta...

¿Cuáles son sus fuentes de inspiración?

Oh, la, la, ¡un montón! Libros, imágenes, museos, vueltas a la manzana de casa, los niños



Hervé Tullet. ARCHIVO

cuando voy a colegios, la vida misma, vaya. Voy apuntando, como trocitos pequeños de ideas... Soy curioso, miro con los ojos, observo...

¿Cuándo se hizo famoso? ¿Famoso? No sé (bueno, sí lo sé, cuando hice un libro traducido ahora a más de 40 idiomas...). Más importante tal vez, es ser reconocido, esto es,

**"FABRICO
(CREO)
HERRAMIENTAS
PARA JUGAR,
DIVERTIRSE,
DESCUBRIR,
COMPARTIR..."**

cuando tenía la impresión de haber encontrado algo y la gente lo reconocía como algo interesante, original, nuevo y eso te da ganas de seguir trabajando. Una cosa lleva a la otra...

¿De qué manera surge la idea de ilustrar libros para niños?

Las ideas están en mi cabeza,

hierven y de repente surge algo, es urgente y trae esa sensación que me encanta... eso de "Ohhhhh, ¡tengo una idea!

¿Le gustaba ya pintar y escribir para los demás cuando era pequeño?

Probablemente. La verdad, tengo pocos recuerdos y no fue ese período el que decidió mi trabajo y mi pasión por hacer libros.

¿Por qué se ha mudado a Estados Unidos siendo francés?

Porque aquí tenía más posibilidades para hacer cosas grandes, trabajar en museos, hacer exposiciones, talleres gigantes, hay más gente, más sitio y más ganas (os envío fotos de dos exposiciones que he realizado desde que llegué hace año y medio).

De pequeño, ¿qué quería ser?

Muchas cosas. Misionero, profesor de francés... algo sobre la transmisión, esto es, aprender y compartir con los demás.

¿Piensa usted que sus libros son importantes para los niños?

No me toca a mí contestar pero creo que sí porque recibo muchos testimonios, a veces muy emocionantes y porque fabrico (creo) herramientas para jugar, divertirse, descubrir, compartir con profesores o bibliotecarios pero también con las familias. Estas personas me dicen que estas herramientas (los libros) son muy útiles. Entonces sí, me parece que son importantes.

¿Se plantea venir un día a España?

En este momento estoy buscando ocasiones de trabajar con museos para que la literatura juvenil se vea a tamaño gigante. Así que a España, sí, por supuesto. Además, es un país que me encanta, lo conozco muy bien porque he pasado siete veranos en Andalucía (por la zona de Almería) y son recuerdos muy hermosos y ¡¡¡¡¡muy, muy grandes!!!!



Actividad por el Día de la Paz y logo del proyecto. CMA



Un colegio que colabora y se compromete

THE LUGO TIMES / LUGO

REDACCIÓN.

Según Miguel Mouriz, responsable de Pastoral, este año ha sido rico en iniciativas solidarias y de compromiso con la paz, el medio ambiente y los más necesitados. Entre otras inciativas, los miembros del colegio hemos conseguido enviar, entre todos, dos furgonetas llenas de tapones para Nahir, una niña

de Pontevedra con dificultades de y en el lenguaje. Por otro lado, logramos reunir 540 euros para Manos Unidas (campana contra el hambre). Conseguimos también los 365 euros para apadrinar un niño a través de la ONG Madreselva y los alumnos de 1º de ESO han participado en la preparación y desarrollo de diversas actividades relacionadas con la paz y el cuidado del medio ambiente a

través de las enseñanzas de la encíclica 'Laudato Sí' del Papa Francisco. Además, todo el colegio (desde los pequeñitos de tres años hasta los mayores de 4º de ESO) grabaron un vídeo conjunto ('mannequin challenge') para testimoniar y celebrar nuestro compromiso por la paz. ¡Muchas gracias a cuantos habéis hecho posible todos estos proyectos!



'Mannequin challenge' colegial por la paz. CMA

Demasiado peso nas mochilas?

OPINIÓN

CANDELA FRAGA E JUAN D. OBALLOS

Os nenos e adolescentes de todo o mundo adoitan levar mochilas ao seu centro educativo, nas que transportan libros, cadernos, estuche... e outros materiais escolares. Ao chegar ao instituto é canto maior peso se carga. A media do peso dunha mochila escolar está entre 5 e 6 kilos aínda que poden chegar a pesar 10 kilos. Esta variación depende sobretudo da organización de cada alumno.

Non obstante, a carga da mochila pode provocar dores de espalda ou no pescozo. Algúns doutores aseguran que pode traer problemas de saúde a longo prazo.

Un xeito de evitar carrexar moito peso na mochila é empregar unha carpeta ou arquivador con follas soltas, de tal xeito que evitas acumular libretas e podes deixalas na casa. Por outra banda, a maioría das editoriais xa imprimen os seus libros de texto separados por trimestres, polo que nos



Candela Fraga.

atopamos tres libros que corresponden aos tres trimestres no canto dun só que para todo o ano que pese moito máis. Algúns centros dispoñen de taquillas para os alumnos para que garden

determinado material.

Según Ricardo Ebri, traumatólogo infantil que leva anos traballando nas lesións de espalda, é un mito que o peso das mochilas produza lesións de

espalda, pero máis aínda que a solución pase polas mochilas con rodas e asa extensible, que non son máis que un invento dos fabricantes para sacar un beneficio.



Excursión á neve e xogos no patio. NR



Saída ao campo. NR

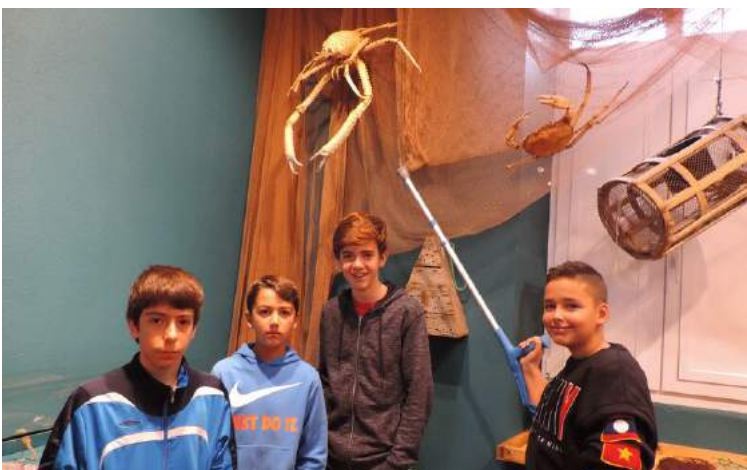
Novas Rutas acada un número récord de inscritos no presente curso

THE LUGO TIMES / LUGO

Cada vez máis nenos e dolescentes (e tamén un número considerable de monitores) se xuntan as tardes dos venres no colexio para pasar unhas horas cargadas de diversión. A actividade educativo-pastoral promove a amizade, a aprendizaxe a través de variadas actividades, o benestar a través dos deportes e programa saídas culturais ao longo ano. Se non coñeces Novas Rutas, a que esperas? Pásate calquera venres!



Sesión de manualidades. NR



No Museo do Mar de San Cibrao. NR



Desfrutando da Basílica de San Martiño en Foz. NR



Bocata solidario e concurso de tartas. NR



O PÁRAMO PICTURES CÓMICOS

«Non reivindicamos nada, rímonos de nós, dunha realidade, empregando música e retranca»

Os lucenses Daniel Moreiras e Iván Capón arrasan en Internet cos seus videoclips sobre o rural galego



Iván e Daniel.

THE LUGO TIMES / LUGO

CARLA FERNÁNDEZ S.

Con preto de 38.000 suscriptores no seu canal de Youtube, O Páramo Pictures pon sobre a mesa, en clave de humor, a idiosincrasia, as dificultades, costumes e contradicións da aldea galega. Con 'Alcolitos' (xeito de mencionar aos eucaliptos nalgúns zonas do interior de Lugo) -versión do 'Despacito' de Luis Fonsi- aborda un tema complexo: a plantación desta especie e os montes comunais. Iván e Daniel son máis de carballeiras. Falamos con Iván, o personaxe de Ramón nos videoclips.

'Tira cos valados', a versión agro do último single de Enrique Iglesias entrou na

lista dos vídeos máis vistos de Youtube. Algunha vez pensástedes que íades ter semellante éxito?

A verdade é que non, sobretudo ao principio. Pero as últimas tres parodias que sacamos estiveron dentro desa lista e incluso de número un durante bastante tempo. A primeira vez non o esperábamos e fíxonos bastante gracia como todo o que nos leva pasado desde que comezamos.

Cando e como xurdiu a idea de crear o grupo O Páramo Pictures?

De casualidade. Dani fixera unha adaptación enxebre do 'Gangnam Style' de PSY para cantar na orquestra na que traballaba hai tres anos, posto que él era volcalista. Amosouma (Iván), fíxome gracia, e decidimos dar un paso

máis aló e levala a un vídeo. Así xurdiu o primeiro e daí foron nacendo o resto de videoclips.

Son proxectos ambiciosos, ou sinxelamente un xeito de divertirse?

A idea, en orixe, era rirmos un pouco. Pero pouco a pouco imos vendo que podemos ser

**"AS NOVAS
TECNOLOXÍAS
SEMPRE FORON
COMPATIBLES
CO RURAL, PERO
DIFÍCILES PARA A
XENTE SIN
EXPERIENCIA"**

máis ambiciosos -ademáis de ser vistos na rede, tamén saltamos á TVG-, aínda que de momento, estamos ben como

estamos.

Os vós vídeos que representan? Son un xeito sano de rirse dun mesmo, unha reivindicación do rural, ou ambas?

A decir verdade non tratamos de reivindicar nada. Simplemente ensinar unha realidade, que a algúns lles pode molestar, pero é o que hai, ríndonos de nós mesmos e utilizando a retranca.

'Vente Empacar' (inspirado no 'Vente Pa'Ca' de Ricky Martin), a 'Bertolina' ou o 'Ferti Mon' conteñen altas dosis de retranca. Quen compón as letras?

As letras son cousa de ambos, aínda que pode que aporte máis Dani, xa que coñece máis o rural, así como por exemplo, a nivel tecnoloxía -montaxe dos vídeos-, aporito máis eu, posto que teño máis formación

neste campo.

Son compatibles as novas tecnoloxías co medio rural?

Sempre foron compatibles, pero cada vez son máis difíciles de entender para xente sen experiencia. Últimamente estamos chamando a algunhas compañías que están ampliando Internet no rural para promocionalas e, de feito, xa fixemos algún vídeo parodiando algunha.

Algunha nova versión musical no forno?

De momento, a parte do comentado na pregunta anterior sobre a temática das compañías de telefonía e Internet, xa demos por pechada a tempada. En outubro volveremos a abrir de novo e esperaremos a algún hit pegadizo desas estrelas mundiais das que dependemos para facer os nosos 'choios'.

BEATRIZ DÍEZ CORRESPONSAL DE BBC MUNDO EN LOS ÁNGELES

«Con seis años empecé a diseñar y escribir mi propio periódico, al que llamé 'El Noticio'»

La periodista destaca de su profesión la capacidad y libertad de elegir las historias que quiere contar y "lo que más me gusta es hacer entrevistas"

THE LUGO TIMES / LUGO

LUCÍA PORRAL.

¿Cuándo te das cuenta de que quieres ser periodista?

Desde siempre, fue mi vocación desde que era pequeña. Tanto es así que cuando tenía 6 o 7 años empecé a escribir mi propio periódico, se llamaba El Noticio y lo diseñaba como si fuera un periódico de verdad, sólo que lo escribía a mano. Hacía también dibujos para ilustrar cada noticia, y tenía distintas secciones.

¿Qué es lo que más te gusta de tu trabajo? ¿Y lo que menos?

Lo que más me gusta es hacer entrevistas y aprender de cada persona con la que hablo, también me gusta escribir y tener la capacidad y la libertad de elegir las historias que quiero contar. Lo que menos me gusta es todo lo relacionado con cuestiones prácticas, de administración, que quitan tiempo y a veces se hacen pesadas. Esa parte es complicada porque afecta a tu vida personal. Este no es un trabajo de nueve de la mañana a cinco de la tarde, es un trabajo constante..

¿Has cumplido los sueños de tu infancia?

Quería ser periodista y trabajar como reportera y eso lo he conseguido. Pero no he cumplido todos mis sueños. Me gustaría viajar más y, sobre todo, me gustaría escribir un libro. A veces creo que lo haré y otras veces pienso que no podré. Veremos lo que pasa.

¿Cómo fue la experiencia de estudiar en Estados Unidos?

¡Fue como vivir en una película! Yo ya conocía Estados Unidos por lo que veía en las películas y alguna serie (tampoco había tantas como ahora) y de repente verme en un instituto fue una sensación



Beatriz Díez. DÍEZ

muy curiosa. La experiencia me sirvió para ganar independencia, para ver que era capaz de superar los baches y para madurar.

¿Cuáles fueron tus primeros puestos de trabajo? ¿Siempre estuvieron relacionados con el periodismo?

Mis primeros trabajos no fueron en el campo del periodismo. Mientras estaba terminando la carrera me involucré en el mundo de las organizaciones juveniles, primero como voluntaria y después como empleada. Estuve trabajando en una asociación que se llamaba Actividades Educativas Culturales y que organizaba intercambios de voluntariado

internacional. Después estuve trabajando en un instituto de opinión pública y ya con 33 años es cuando me metí de lleno en el periodismo gracias al salto que di a Radio Neetherland, la emisora internacional de Holanda.

"HE ESTADO EN LA GALA DE LOS ÓSCAR, QUE QUEDARÁ EN EL RECUERDO POR EL FALLO EN EL PREMIO FINAL"

Estuve trabajando allí, en el departamento latinoamericano, más de 7 años, antes de irme a la BBC.

Y una vez que das el salto a

la BBC... Qué significó para ti?

Fue como cumplir uno de esos sueños de los que hablábamos antes. Veía sus programas siempre que podía y leía sus noticias, y de repente verme como parte del equipo fue increíble. Empezar a trabajar allí supuso asumir una mayor responsabilidad y saber que mis historias iban a tener proyección, iban a llegar a más gente.

¿Cómo es tu día a día como corresponsal en los Ángeles para la BBC?

Los días como corresponsal son bastante variados. Una vez a la semana presento mis propuestas de temas a los editores. A partir de ahí coordino con ellos qué

historias interesan más y tengo libertad para organizarme. Escribo una media de 3 artículos a la semana, aunque algunas historias requieren más producción y necesito dedicarles más días. Otra faceta de mi trabajo es estar en alerta para reaccionar si hay noticias de última hora. Estar disponible las 24 horas. Básicamente, ser corresponsal significa que tengo que estar disponible a todas horas. Pero también significa que tengo flexibilidad para tomarme días libres o ajustar los horarios.

¿Has estado en la Gala de los Oscar alguna vez?

Sí, he estado en dos galas de los Óscar, la de 2016 y la de 2017, que quedará en el recuerdo por ser la ceremonia en la que se equivocaron al dar el premio final. Me fascinó poder participar en ambos eventos.

¿Te gustaría trabajar en España?

En España no he ejercido como periodista, pero viéndolo desde fuera, no me atrae en este momento. Lo bueno de trabajar en EE.UU. es la independencia y la libertad para poder hacer mi trabajo, pero he oído que en España es un poco diferente. Por el momento, no tengo prisa por volver, pero tampoco cierro la puerta. Lo peor de vivir fuera de España es estar lejos de la familia y los amigos. Tengo la suerte de contar con unos padres muy generosos, mi madre siempre dice que prefiere saber que soy feliz, aunque esté lejos, que tenerme cerca y haciendo un trabajo gris que no me motive.

¿Qué planes tienes para el futuro?

Lo más probable es que regrese a Miami, porque este puesto de corresponsal en los Ángeles es para dos años. En Miami trabajaré como reportera, productora multimedia y quizás empiece a pensar en la idea del libro que me gustaría escribir.

MIGUEL ANXO PRADO AUTOR DE BANDA DESEÑADA

«Para aprender a debuxar e a pintar, hai que aprender a ver, a mirar...»

Os libros e cómics do creador galego gozan de gran proxección internacional

THE LUGO TIMES / LUGO

REDACCIÓN.

Os teus libros foron traducidos a moitos idiomas. Eres un dos representantes máis internacionais da produción cultural galega. Como te sintes ao ter tanto éxito de crítica e público?

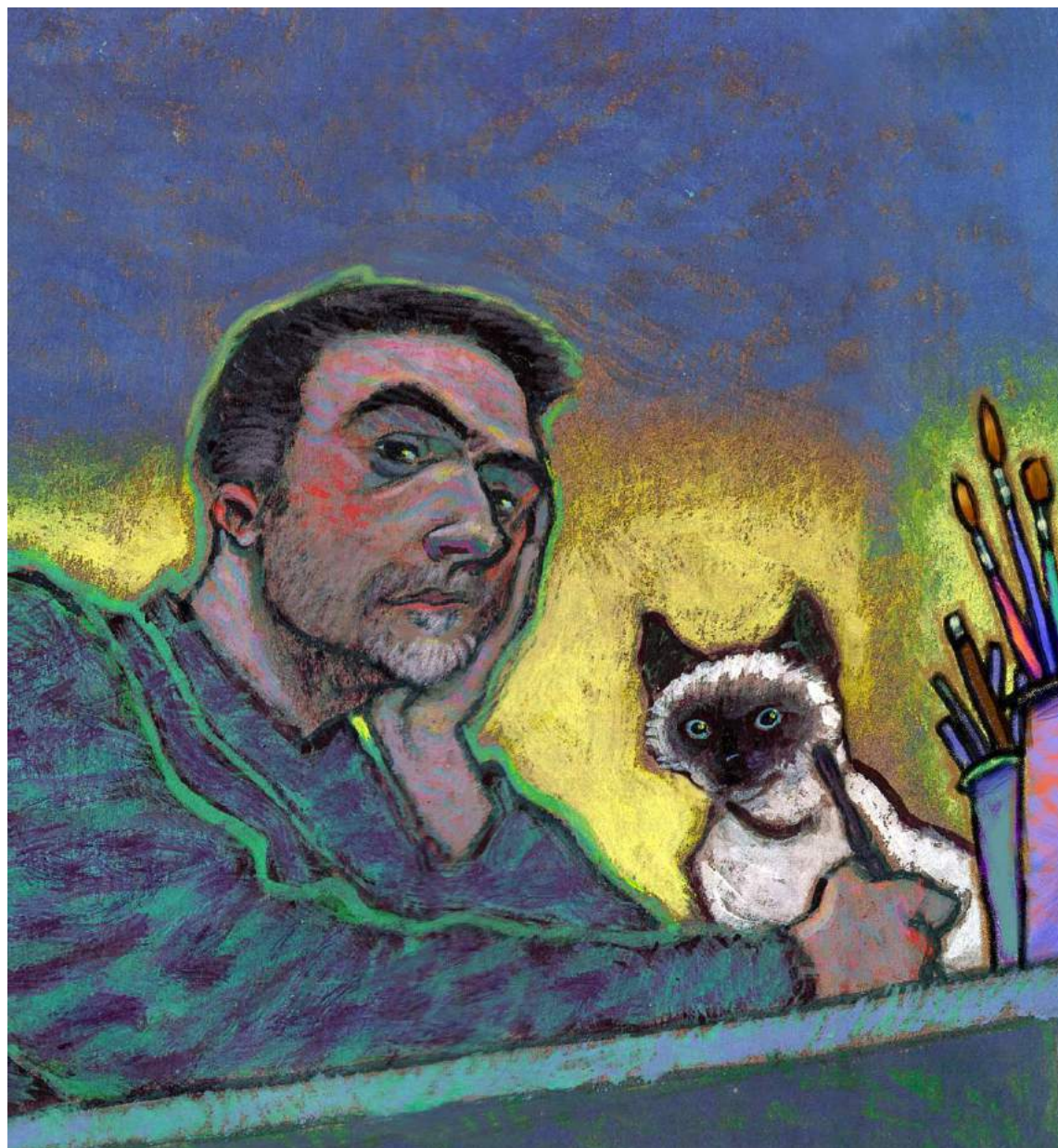
É difícil de expresar logo de tanto tempo. Levo trinta e moitos anos facendo o que fago. Houbo momentos de entusiasmo, claro: a primeira vez que un libro meu foi traducido, a primeira vez que apareceu nunha lingua "exótica" (turco, coreano, finés...), as primeiras veces que me concederon premios no extranxeiro... Ao final o que máis valoro é, logo de tanto tempo, ter un público interesado no meu traballo, espallado por todo o mundo, e que xustifica que eu continúe creando e que os editores publiquen os meus libros..

Gañaches innumerables premios polo teus traballos, entre eles, o Premio Nacional de Comic. A cal lle gardas máis cariño e por que?

O Premio Nacional foi importantísimo, por suposto. Tiveron unha transcendencia especial, a nivel persoal, o das Xornadas do Cómic de Madrid, por 'Fragmentos da Enciclopedia Delfica', que foi o primeiro que recibín; ou o de Angoulême por 'Trazo de xiz', porque era un libro ante o que os máis dos editores se amosaran inicialmente reticentes...

No mundo artístico e cultural, son moi duros os comezos? Pódesnos contar cando e como comezache?

Estudei Arquitectura, na Escola Superior de A Coruña, pero nunca rematei a carreira. Eu non diría que os comezos sexan duros. Calquera persoa pode escribir un poema, compondor unha canción, escribir unha novela ou un



Autoretrato de Miguel Anxo Prado. PRADO

guión de cine... contar unha historia en banda deseñada. É magnífico que estas actividades non estean regradas, que se un quere tentalo nada o limite. Pero se pretendemos que outros paguen e empreguen parte do seu tempo en ler, ver ou escoitar iso que nós facemos, temos que asumir que, dun xeito ou doutro, haberá un proceso de peneira, de escolma. E o que é duro é aceptar que o que queremos contar ou transmitir non lle interese a un número mínimo de receptores, ou que outras persoas -editores, críticos, galleristas, etc- opinen de xeito negativo sobre o que nós propoñemos. E o lóxico é que iso sexa o que aconteza na

mairoría dos casos. O mesmo que con deportistas....

Para que tipo de público van dirixidos os teus cómics?

Os máis deles, non todos, van dirixidos a lectores adultos. Os matices emocionais e os problemas que se plantexan nas historias, precisan dunha certa experiencia vital propia no lector para poder empatizar con personaxes e situacións.

Algún autor ou autora que te marcase?

Moitos. Moebius, Muñoz e Sampayo, Pierre Christin... en banda deseñada. Bioy Casares, Cortázar, Cunqueiro, Virginia Woolf... en literatura. E a lista non se pecha nunca.

Respecto ao cine, traballaches na serie 'Men in Black' de Steven Spielberg.

Pódesnos contar cal era a túa función?

Fun o deseñador de personaxes e director de estilo. Todos os elementos visuais da serie tiñen que ser coherentes e encaixar no estilo gráfico dos meus debuxos para a serie. Todos os personaxes que tiñan "diálogo" ou intervención na acción foron deseñados por min, humanos, animais ou extraterrestres. Arredor de 2000 modelos.

Pero non ten quedaches ahí. No 2007 viuse nos cines españois 'De profundis', unha longametraxe de animación dirixida por ti. Como surxiu a idea deste proxecto?

Pois... un pouco pola frustración que como "autor"

sentía cando participaba en proxectos de animación estándar, nos que a miña aportación é parcial e a obra final é o resultado dun traballo de equipo. Quería tentar a creación dun filme de animación co mesmo nivel de "responsabilidade" creativa que nos meus libros de cómic, ou sexa, total. Aínda con semellante intención tiveron a inmensa fortuna de poder contar coa axuda de Nani García para compondor unha banda sonora sen a que 'De profundis' non tería sido o que foi.

Tamén eres ilustrador de libros infantís e xuvenís. Entre outros, ilustrache 'O centro do labirinto', do vilalbés Agustín Fernández Paz. Coñeches a Agustín?

Agustín foi un gran amigo, Un gran lector de historieta e mesmo teórico, autor de varios traballos de didáctica aplicada á banda deseñada. Ademais de moitos libros, compartimos longas conversas, xantares e ceas, lecturas e películas... Foi un privilexio para min.

Que lles dirías a aqueles alumnos que destacan en debuxo e pintura?

Que se adiquen ao exercicio constante e incansable, gozando de cada un dos debuxos. E esforzarse en aprender de todos. Para aprender a debuxar e pintar, ao mesmo tempo, hai que aprender a ver, a mirar...

Coñeces Lugo?

Coñezo, si, e como non falar da Muralla se falamos de Lugo?

Vindeiros proxectos?

Estou ilustrando unha novela infantil-xuvenil de ambiente máximo e fantástico, 'Máis alá do Bosque de Cornanda', e traballando no meu vindeiro libro de banda deseñada, 'O Pacto do Letargo', unha aventura fantástica para todos os públicos.

Moitas grazas polo teu tempo.

A vós polo interese no meu traballo!

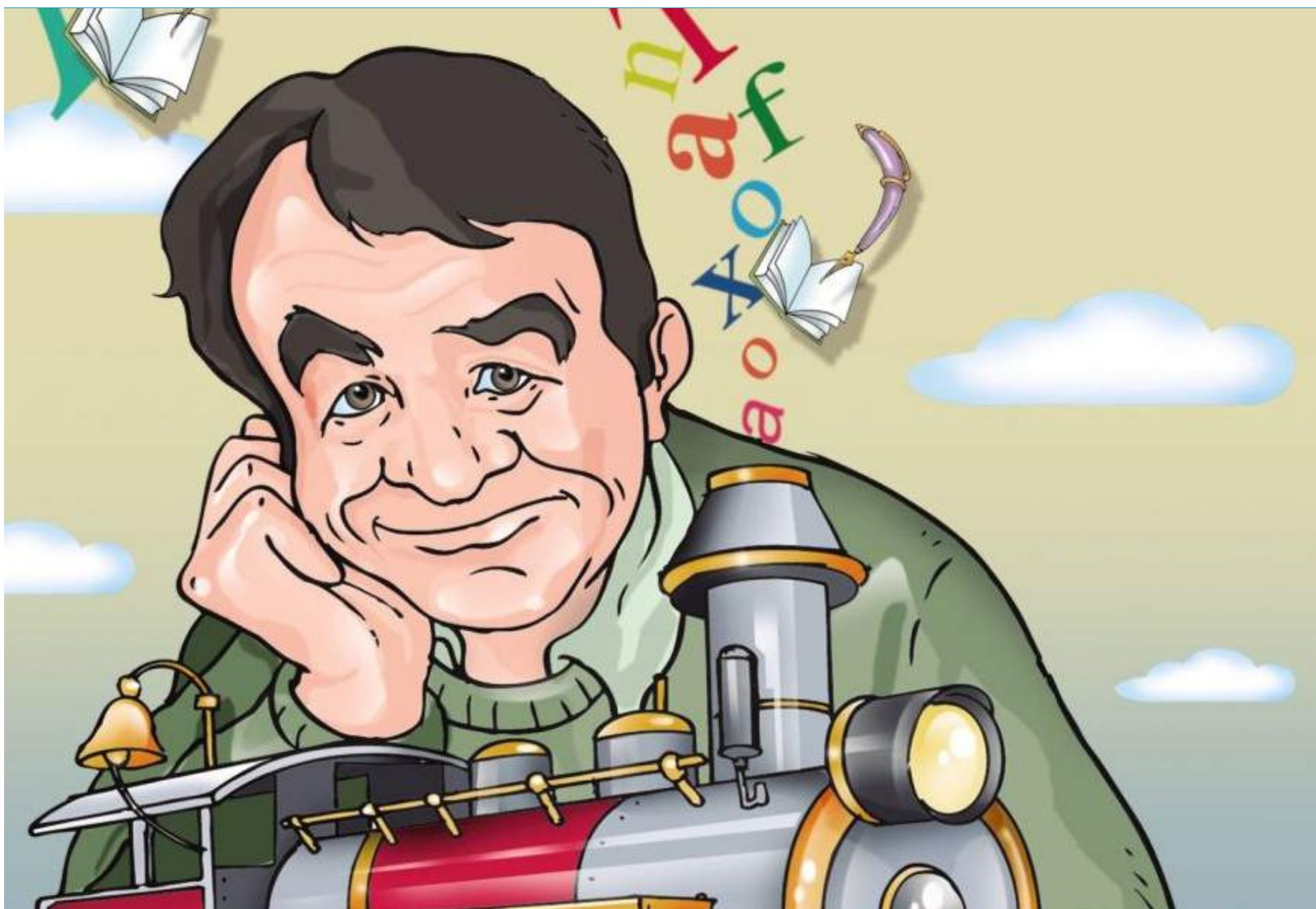


Ilustración de Carlos Casares. FUNDACIÓN CARLOS CASARES

E ti, empápaste coas Letras Galegas?

THE LUGO TIMES / LUGO

REDACCIÓN.

Ata hai pouco críase que os esquimáis tiñan máis de cen de palabras para designar a neve, o cal non deixa de ser asombroso. Pero esta afirmación dun antropólogo estadounidense sobre a riqueza lingüística daquel pobo resultou non ser certa. O que si é verdade é que en lingua galega existen centos de vocablos para dicir ou escribir a palabra “choiva”: Orballo, chuvisco, barruxada, poalleira, barruzo... Coñeces máis?

Cada 17 de maio, na cerna da primavera, celebramos que en Galicia temos unha lingua e unha literatura propias. A través dela rememoramos o pasado, nomeamos o presente e construímos o futuro.

O festexo das nosas letras xurdiu en 1963, pola man de tres membros da Real

Academia Galega, que nos presentaron nesta institución unha proposta histórica: Que se declarase o día 17 de maio de cada ano "Día das Letras Galegas" como data para "recolle-lo latexo material da actividade intelectual galega". Os académicos Manuel Gómez Román, Xesús Ferro Couselo e Francisco Fernández del Riego expuñeron que, "con motivo de se celebrar aquel ano o centenario da publicación dos Cantares Gallegos de Rosalía de Castro", a Academia debería consagrar o simbolismo da data nunha celebración anual. Propuñase o día 17 de maio, ó ignorarse a data da publicación do libro, por ser nese día cando Rosalía de Castro llo adicou á tamén poeta Fernán Caballero. Estimaban que o libro rosaliano editado en 1863 "foi a primeira obra mestra coa que contou a literatura galega

contemporánea" e que "a súa aparición veu a lle dar prestixio universal á nosa fala como instrumento de creación literaria", concluíndo que os Cantares de Rosalía representan "un fito decisivo na historia da renacemento cultural de Galicia". Desde entón ata hoxe, cada ano se reconece a un autor ou autora das nosas letras.

Por razóns obvias, a choiva está presente na vida dos galegos e, por ende, chove baixo a forma de centos de palabras na literatura. Velaquí un fragmento de ‘Vento ferido’ de Carlos Casares -autor homenaxeado este ano- sobre o fenómeno atmosférico:

"Cando cheguen as chuvias, meu amor, que faremos? Están tocando a chuva agora. El pecha os ollos e ve as parellas que se moven en silencio, a modiño, cheas de tristeza desta melodía lenta que se vai

metendo, metendo ata que se senten as cóxegas nos riles e despóis na caluga. Cando cheguen as chuvias, meu amor, que faremos?"

E ti, empápaste coa lingua?

CURIOSIDADES. Este ano, o escritor homenaxeado é o humanista Carlos Casares. O autor non só se nos revela como unha figura indispensable do panorama cultural galego do século XX senón tamén coma un dos principais renovadores da literatura galega da idade contemporánea.

Sabías que, aínda que naceu en Ourense, a súa infancia desenvólvese nun ambiente entre aldeán e vilego en Xinzo de Limia? Este feito deixará unha fonda pegada na súa obra. Era moi apreciado entre os seus colegas e os lectores máis esixentes, e gozaba de popularidade entre o grande

público lector, incluíndo o infantil.

Fixo historia na literatura infantil en Galicia coa tradución ao galego da famosa obra ‘O principión’, do francés Antoine de Saint-Exupéry.

Poucos escritores se achegaron ao xornalismo literario coma él.

Casares foi un dos primeiros deputados do Parlamento de Galicia.

Foi un gran viaxeiro. O seu matrimonio coa sueca Kristina Berg levouno a coñecer ben as rexións do norte de Europa.

Dende neno, tiña unha gran paixón polos trens. Xa de adulto, construíu na súa casa unha das maquetas ferroviarias máis importantes de Galicia. No ano 2000 a editorial Galaxia publicou a última obra que Carlos Casares escribiu para os lectores máis miúdos, os nenos galegos: ‘Un polbo xigante e outros cefalópodos’.

MARÍA DO CEBREIRO POETISA, ENSAÍSTA E DOUTORA EN TEORÍA DA LITERATURA

«A poesía é un estilo de vida que procura a liberdade e a verdade»

A escritora de Santiago, que conta cunha longa lista de obras publicadas, é unha das voces galegas máis destacadas no panorama literario actual

THE LUGO TIMES/LUGO

ROBERTO MOURIZ.

Recibiu o Premio da Crítica 2016 polo seu último libro 'O Deserto'. Esperábo?

A verdade, non o esperaba para nada! Por iso mesmo foi unha marabillosa sorpresa. Creo que os premios mellores son aqueles aos que non te presentas e tamén que nunca os hai que agardar, que o único que hai que facer é, se chegan, saber agradecerlos cando son honorables -este era un premio concedido polos lectores- e rexeitalos cando non o son.

Cando e como se decata de que o seu universo é a literatura?

Do que me decatei foi, máis ben, de que non podía escapar da literatura, porque, ao seren os meus dous pais escritores (Helena Villar Janeiro e Xesús Rábade), sempre foi algo que me rodeou. De feito, cando empecei a escribir facíao case ás agochadas, imaxino que porque quería atopar un camiño propio, sen a influencia do meu entorno. Nunca mitifiquei o mundo das letras porque o coñecín desde nena. Coido que, por non ser para min un lugar de chegada senón de saída, nunca sentín que debía aspirar a el. Hoxe en día ata reivindico, de feito, esa desmitificación e unha certa distancia.

Que representa a poesía para vostede?

A poesía, para min, é máis ben un xeito de vivir que un xénero literario. Un xeito de vivir que ten coa procura da liberdade e da verdade, tanto na relación comigo mesma como na relación cos demais.

Cultiva máis a poesía que outros xéneros. Tendo en conta que a lírica se lee cada vez menos... que é o que a motiva a continuar?

Teño a sorte de non ter que



María do Cebreiro Rábade Vilar.

vivir da literatura, o que me permite facer exclusivamente o que me apetece facer, sen ter que suxeitar a escrita a condicionamentos que non sexan os estritamente literarios. **Este ano adícase o día das Letras Galegas a Carlos Casares. Está dacordo con esta elección?**

Lembro de Carlos Casares, a quen coñecían ben os meus pais (Xesús Rábade foi o tradutor ao castelán 'd'Os escuros soños de Clío'), que era un home afable e con moito sentido do humor. Tiña un sorriso pillabán e irónico que lembro con agarimo. Polo demais, coido que habería que darlle unha nova orientación ao Día das Letras, que foron pensadas para unha sociedade (a da Galicia dos sesenta do pasado século) que mudou moitísimo.

Que autor ou autora propoñería vostede para as Letras do 2018?

Posta a elixir, non pensaría tanto nunha figura como nun acontecemento, nun libro, nun colectivo... A min conmóvenme moito as cousas que se fixeron desde o activismo de base, dun xeito tan voluntarista como

ilusionado, ao longo da historia da cultura galega: iniciativas como Sargadelos e Edicións do Castro, Preescolar na Casa, emisións de radio desde o exilio londinense como o 'Galician Programme' de Plácido Castro, que chegou a emitirse na BBC. Algunhas destas iniciativas son hoxe en día pouco coñecidas e se cadra pagaría máis a pena renderlles homenaxe a estas accións de carácter colectivo en relación coa cultura galega que a determinadas figuras individuais, por valiosas que sexan.

Recoméndenos algún libro (somos estudantes de 1º de ESO).

Lembro con moito agarimos os

"CARLOS CASARES TIÑA UN SORRISO PILLABÁN E IRÓNICO QUE LEMBRO CON AGARIMO"

libros de Kristina Berg 'Dona Galicia' e 'Un neno viquingo' e 'A marela tarabela' de Neira Vilas, quizais para cativos máis pequenos, pero encantadores e

moi ben ilustrados. 'O Mecanoscrito da segunda orixe', de Manuel de Pedrolo, fora un libro que me impactara moito sendo adolescente.

No noso curso hai compañeiros que destacan por escribir ben. Consellos para mellorar a habilidade?

Sempre digo que prefiro a alguén que escribe mal que a alguén que redacta ben. Con iso gustárame indicar que para min a escrita non é tanto unha habilidade que debe ser entrenada ou dirixida desde fóra como un xeito de estar no mundo. E para iso, máis que ningunha outra cousa, é preciso cultivar a valentía de coñecernos a nós mesmos e de compartir ese coñecemento cos demais. Como dicía don Álvaro Cunqueiro, un dos meus escritores máis admirados, escribir ten que ser, para un escritor, como beber auga ou como respirar.

Dígame un escritor, unha canción e un personaxe mediático que a inspiren.

Mencionei a Álvaro Cunqueiro e mencionaría a Rosalía de Castro, que converteu en ouro as súas contradicións. Encántame a música e sempre estou escoitando cousas moi

diferentes (Modern Lovers, Patti Smith, Vetusta Morla, Billie Holiday, Rihanna...) pero adoito volver á 'Ária' das Variacións Goldberg de Bach. Estaba lonxe do mundo deportivo ata que un proceso de rehabilitación me fixo valorar máis o coidado do corpo e por iso, sobre personaxes mediáticos, escollería ao triatleta galego Iván Raña, que nalgúns entrevistas que lle lin ten feito reflexións moi valiosas. Concretamente lembro unha sobre a beleza e o valor dun acto que podería parecer tan insólito como correr descalzo, o que lle permite sentir o tacto da terra nos seus pés. Isto podería parecer algo moi alonxado da poesía pero o prodixioso é decatarnos de que non o é.

A xuventude de hoxe está menos interesada na lectura?

Creo, pola contra, que lemos máis do que nunca e iso é algo que sen dúbida debemos celebrar. Estamos rodeados de textos por todas partes! Cousa moi diferente é o que lemos e por que. Pero coido que ninguén debería ter a potestade de dirixir as lecturas de outros aínda que iso sexa, dun xeito máis ou menos expreso, o que adoita facerse no sistema educativo, tanto nos niveis pre-universitarios como no universitario, que é o que máis coñezo eu. Cos meus alumnos de literatura tento facer algo moi sinxelo pero imprescindible no noso mundo: ler con profundidade. Porque é certo que lemos máis que nunca pero probablemente nunca o fixemos dun xeito máis superficial. En cambio, nos textos literarios hai un nivel de marabillosa complexidade e de sutileza que non é posible percibir se lemos ás prásas. Polo tanto, coido que actualmente se cadra o único xeito de ensinar literatura sexa ensinar a ler a modo e de xeito profundo. Nin máis nin menos ca iso.

GONZALO HERMO POETA

«Aposto pola poeta Xela Arias como homenaxeada nas vindeiras Letras Galegas»

O escritor de Rianxo acadou coa súa obra 'Celebración' o Premio Nacional de Literatura Miguel Hernández no 2015, ademáis doutros recoñecidos galardóns



Gonzalo Hermo.

THE LUGO TIMES / LUGO

UXÍA GARCÍA E MARTA MONTES.

Acadou o Premio da Crítica no 2014 e no 2015 o Premio Nacional de Poesía Xoven. Que se lle pasa a un pola cachola cando lle comunican unha noticia así?

Lembro sentir unha alegría moi

grande e, a continuación, unha forte sensación de vertixe.

Cando e como lle chegou a inspiración ou vocación poética?

Conectei coa poesía desde ben cedo, con catorce, quince anos, a través da obra de Rosalía de Castro. Ler Follas novas a aquela idade supuxo para min un impacto do que coido que

"ESTOU SEGURO DE QUE A DEMOCRATIZACIÓN DA CULTURA IRÁ DA MAN DUNHA SOCIEDADE MELLOR"

non me recuperei aínda.

Para vostede, que é a poesía?

A poesía é unha verdade sobre o mundo. E tamén un xeito de repensalo.

Tendo en conta que a lírica semella ser menos "rentable", por que non cultiva outros xéneros de maior éxito coma a prosa?

Cando un decide escribir, non

o fai en termos de rendabilidade. Na vida hai cousas máis importantes ca o diñeiro.

Como ben sabe, este ano adicouse o Día das Letras Galegas a Carlos Casares. Que opina sobre esta elección?

Na miña opinión, Casares é un bo narrador, cunha capacidade especialmente marcada para chegar a todos os públicos. En 2018 gustárame que a escollo recaese nunha poeta. Agora mesmo apostaría por Xela Arias.

Recoméndenos un libro.

Lembro que aos trece anos lin dúas obras coas que gocei moito: 'Mecanoscrito da segunda orixe', de Manuel de Pedrolo; e 'Cartas de inverno', de Agustín Fernández Paz.

Algún consello para xóvenes escritores?

Que lean moito. O oficio da escrita apréndese lendo. Non existe ningún método mellor.

Díganos un autor, unha canción ou un grupo musical e un personaxe mediático que o inspiren.

Un autor: Álvaro Cunqueiro.

Unha canción: 'Please, Let Me Get What I Want', dos Smiths.

Un personaxe mediático: Alexander McQueen.

Proxectos nos que está embarcado.

Estou tentando rematar un novo libro de poesía.

Vostede ten apenas trinta anos. Está a xuventude cada vez menos interesada pola cultura en xeral?

Non creo que hoxe en día haxa menos interese pola cultura ca hai 50, 100 ou 500 anos. Sempre foi unha dimensión que interesou a minorías. A clave está en crear unha sociedade máis libre e máis xusta. Estou convencido de que a democracia da cultura irá da man da creación dunha sociedade mellor.

Los valores del oficio del artesano

Calidad y exclusividad son características de los productos artesanales aunque, hoy en día, el gremio se enfrenta a una serie de dificultades que van desde el intrusismo a la reventa

THE LUGO TIMES / LUGO

ADRIÁN SANTOS M.

Artesanía es "el arte y técnica de fabricar o elaborar objetos o productos a mano, con aparatos sencillos y de manera tradicional".

Pero la idea del artesano como alguien que solo hace trabajos manuales no es cierta. Tener el oficio de artesano va más allá. Puede ser también visto como una cultura, una forma de hacer las cosas y de ver la vida, de expresarse.

Un artesano lo es por vocación. Disfruta con su trabajo, a pesar de que puede encontrar muchas dificultades. Le da un sentido personal a sus creaciones. Tiene que ser creativo para experimentar con nuevos materiales y formatos... nuevos productos. Valora la calidad de los materiales.

En Lugo contamos con el Centrad (Centro de Artesanía e Diseño) dependiente de la Diputación de Lugo, que apoya a los artesanos de la provincia de Lugo.

En Galicia los/as artesanos/as solicitan a la Xunta de Galicia la Carta de Artesano presentando un resumen de todo lo que hacen y cómo lo hacen.

Hay muchas ferias de artesanía durante el año: en Mondoñedo, Vilalba, Otero de Rei, Riotorto, en Lugo ArteNadal... Hay artesanos de distintas áreas: costureras, artesanos de la piel, de instrumentos musicales, joyeros, alfareros, torneros, de la madera...

Hoy en día la artesanía tiene varios problemas. Por el lado de los profesionales, el intrusismo, ya que hay personas que dicen ser artesanos pero no están dados de alta.

Otro problema es la reventa y, lo que realmente perjudica a los demás artesanos, es que algunas personas dicen que venden artesanía cuando realmente son productos comprados a empresas.

Por el lado de los compradores,



Artesano creando una pieza única. ARCHIVO



Patucos en un stand de ArteNadal. ARCHIVO

la artesanía está muy poco valorada, algunas personas dicen: "eso lo hace cualquiera" o "es muy caro". Todas las personas que dicen eso deberían de probar a hacerlo con sus manos y ver si realmente sabrían hacerlas bien y después valorar cuánto tiempo les ha llevado y, al final, ponerles precio.

De esta manera verían que un objeto que realmente está

hecho a mano no es tan fácil de hacer ni es tan caro. Hay que tener ciertas habilidades, creatividad, paciencia y mucha técnica.

En la actualidad predomina el sistema de producción de las grandes empresas y multinacionales. Lo que suele estar de moda no es un artículo único, sino no lo que ve en la televisión o se reproduce en muchos países del mundo.

Mi padre es artesano de la madera, por lo que puedo decir que le lleva muchas horas y esfuerzo preparar cada uno de los artículos que vende en su tienda.

Siempre está pensando en cosas nuevas y únicas, que sean útiles y que puedan gustar a los demás. Después las prepara, muchas veces con peligro para sus manos porque al ser piezas muy pequeñas

puede cortarse.

Además, la mayoría de artesanos venden sus productos en ferias, viajando constantemente... ¡con el trabajo que da montar y desmontar un puesto de artesanía cada día para que quede bonito!

Aprendamos a valorar el trabajo de estos artistas y regalemos artesanía... ¡siempre quedaremos bien!



Arroz con leche y leche merengada. ARCHIVO



Más leche, ¡por favor!

Los productos lácteos contienen numerosos minerales, vitaminas, proteínas... beneficiosos para la salud y, además, son ingredientes versátiles en la cocina

CARLA FERNÁNDEZ S. / LUGO

Casi todos los fines de semana me voy a casa de mis abuelos. Ellos viven en la aldea y la atmósfera es distinta a pesar de que estoy a 30 kilómetros de Lugo. Los domingos, cuando me despierto, recorro con mis ojos las cuatro paredes de la habitación y es entonces cuando veo las fotos de mi madre de niña... sus muñecas, sus libros, y es que... ¡estoy en casa de los abuelos! ¡Ya huelo a requesón, a queso fresco, a leche recién hervida y a rebanadas de pan con mantequilla!

Tengo que escribir un reportaje y al ver este tazón inmenso de leche se me ocurre que debo escribir sobre alimentación, y cómo no, de las propiedades de la leche, de alimentarse de forma sana y natural y con el objetivo de que, como yo, otros se animen a consumir productos de calidad y beneficiosos para el cuerpo. Los medios de comunicación nos invaden con productos atractivos envueltos en cajas y bolsas de colores, pero... ¡no hay nada tan rico como un buen tazón de leche y una rebanada de pan con mantequilla!

La leche entera está compuesta principalmente por agua, iones como sal, minerales y calcio, glúcidos como la lactosa,



Taza de leche. CARLA FERNÁNDEZ SAL

materia grasa, proteínas y vitaminas A, D, B, y E. Por ello, es buena para mantener unos huesos fuertes y sanos y prevenir la osteoporosis. Los productos lácteos no nos

aportan calorías vacías. Son muy apropiados por su alto contenido en nutrientes. Nuestro cuerpo necesita de calcio tanto en la niñez como en la adolescencia, por lo que

los especialistas recomiendan tomar leche diariamente desde el nacimiento para que se forme y se mantenga la masa ósea. ¡Los beneficios de este alimento son inigualables!

DOS DELICIOSAS RECETAS CON LECHE

ARROZ CON LECHE

Ingredientes :

- 1 litro de leche Leyma Natura
- 100 gramos de arroz
- 70 gramos de azúcar
- 1 limón
- 1 rama de canela
- 1 cucharada de canela en polvo

Elaboración :

Pon la leche en una cazuela. Añade el arroz, la rama de canela y un poco de cáscara de limón. Cuécelo a fuego suave durante unos 50 minutos. Remueve a menudo. Agrega el azúcar y cuécelo durante 10 minutos más. Remueve para que se deshaga el azúcar.

Retira la canela, deja templar y reparte el arroz con leche en 4 recipientes. Deja templar de nuevo y espolvorea con un poco de canela en polvo. Decora con la rama de canela y... ¡a comer!

LECHE MERENGADA

Ingredientes :

- 1 litro de leche
- 2 claras de huevo
- 300 gramos de azúcar
- 1 piel de limón
- canela molida

Elaboración:

Pon a calentar en un recipiente la leche, el azúcar y la corteza de limón, a fuego moderado y removiendo de vez en cuando para que el azúcar se disuelva sin agarrarse al recipiente. Cuando entre en ebullición, deja que hierva 2 minutos, retira del fuego y reserva hasta que se enfríe. Cuando se haya enfriado del todo, pásala por un colador fino y pon a enfriar en el congelador hasta que se empiece a cuajar. Montas las claras de huevo.

Saca la preparación anterior del congelador. Rompe los hielitos que se hayan formado e incorpora las claras mezclando bien hasta conseguir una textura cremosa, no cristalizada. Reparte en copas o vasos bonitos, espolvorea con canela y sirve. ¡Está riquísima!

NOELIA LÓPEZ PIRES XOGADORA DO REAL CLUBE DEPORTIVO DE A CORUÑA

«Ás rapazas direilles que non permitan que nada nin ninguén lles impida facer o que lles gusta»

A monterrosina, dianteira no Deportivo Feminino, pelexou por facerse un oco no mundo do fútbol posto que "desde pequena, onde houbese unha pelota, eu era feliz"



Noelia López.

THE LUGO TIMES / LUGO

ANDRÉS CABANAS.
Como valora este primeiro ano co equipo herculino?

Valóroo coma unha das mellores experiencias da miña vida. Sendo deportivista desde pequena pasará a ser único e inesquecible todo o que vivín este ano neste clube.

Antes de chegar ata aquí, foi futbolista profesional en Italia. Poderíanos resumir a súa traxectoria deportiva?

Xoguei en segunda división catro anos no Friol e un no Victoria de A Coruña. Guntín e Hércules en Autonómica a fútbol sala e máis tarde xoguei en División de honor no Viaxes Amarelle. De alí peguei o salto a Italia, tamén en

primeira.

Cando e como se decatou de que o fútbol era a súa paixón?

Era no único que pensaba todo o tempo. Ía coa pelota a clase todos os días. Tamén de pequena, na miña vila, sempre estaba na rúa rodeada de nenos xogando. Onde houbese unha pelota eu era feliz.

Tiveches dificultades para xogar ao fútbol de nena?

Si, no cole xoguei sempre cos nenos ata que no instituto un profesor creou o primeiro equipo de rapazas e tivemos a oportunidade de competir contra outros equipos, proclamándonos campioas de España a esa idade.

Que mensaxe lle lanzarías a aquelas rapazas que lles

apasione o fútbol, ou calquera outro deporte?

Que non permitan que nada nin ninguén lles impida facer o que lles guste.

Cal foi o teu mellor gol e como te sentiche tras marcalo?

"O FÚTBOL FEMININO ESTÁ MOI POR DEBAIXO DO MASCULINO EN CANTO AO NIVEL DE RECURSOS E AFICIONADOS"

Foi en Italia, marquei nos últimos segundos un gol de falta que nos deu a permanencia na categoría.

Eres seguidora do Club Deportivo Lugo?

Claro! Por desgraza non puiden ir a ver moitos partidos por mor dos horarios de partido que coincidían cos meus, pero sempre que teño ocasión é un bo plan, claro que si!

Hai grandes diferencias entre o fútbol masculino e o feminino?

O fútbol feminino está moi por debaixo do fútbol masculino en demasiados aspectos, ao meu parecer. Por exemplo, a nivel económico, a nivel aficionados e a nivel de recursos. Ogallá pouco a pouco vaia subindo peldaños e haxa menos diferenzas.

Algún xogador/a e adestrador/a que te marcara especialmente?

Raúl, xogador do Real Madrid, polo seu saber estar e pola ilusión e gañas que lle poñía en todos os partidos.

Gustaríache adestrar nun futuro? Como te ves en 5 ou 10 anos?

Tiven a ocasión de adestrar a equipos de categorías inferiores en A Coruña, en distintos clubes, e tamén adestreí ao Antas feminino no seu primeiro ano. A experiencia en si foi mellor do que esperaba, pensaba que non o ía a disfrutar tanto e... todo o contrario! En cada partido, percorría a banda, de principio a fin, seguindo todas e cada unha das xogadas das rapazas, así que non me importaría adicarme nuns anos a ser adestradora.

PABLO NICOLÁS CABALLERO JUGADOR DEL CLUB DEPORTIVO LUGO

«El Lugo tiene una gran afición, aunque a veces no acuda tanta gente como se espera»

El delantero argentino afirma sentirse cómodo en el equipo y que "hay mucho compañerismo"



Caballero celebrando un gol. GALIFÚTBOL

THE LUGO TIMES / LUGO

ANDRÉS CABANAS.

¿En cuántos equipos has jugado antes de llegar al Club Deportivo Lugo?

Estuve en el Racing Club, en el Tigre, en el Guaraní, Almirante Brown, Qingdao Jonoon F.C., en el Racing de Ferrol y actualmente aquí, en el Club Deportivo Lugo.

¿Año de debut?

En el año 2007, en el Racing Club.

¿Cuánto tiempo llevas en el Club Deportivo Lugo?

Vine en el 2014, llevo aquí 3 años.

¿En qué posición juegas?

Juego de delantero o de ala

derecha, incluso algunas veces de extremo, depende un poco de cada partido.

¿Te gustaría jugar en otra posición?

No, me gusta en la que estoy, me siento cómodo.

Ahora mismo, ¿Te gustaría jugar en otro equipo?

No, estoy muy bien donde estoy, Lugo es una ciudad que me gusta y en la que me encuentro muy cómodo.

¿Qué fue lo que te motivó para fichar por el Lugo?

Uno de mis sueños era jugar en España y considero que el Lugo es un gran club.

¿Qué opinas sobre el equipo?

Estoy muy contento con el equipo. La idea no es descender. La plantilla es muy

buena y hay mucho compañerismo en el vestuario, la gente es muy honesta.

¿Qué diferencias encuentras entre el fútbol español y el fútbol argentino?

El fútbol argentino es mucho más vertical y más físico, no

"NUESTRO OBJETIVO ES LA PERMANENCIA Y ESTE AÑO, UNA VEZ MÁS, YA SE HA CONSEGUIDO"

con tanto movimiento de balón, en cuanto al fútbol español siempre quiere tener la posesión del balón y crear

jugadas.

¿Qué te parece la afición del Club Deportivo Lugo?

Francamente, el Lugo tiene una gran afición, aunque a veces al campo no acuda tanta gente como se pueda esperar. **Por último, Pablo, además de agradecerte esta entrevista y el tiempo que nos has dedicado, ¿qué le dirías a los seguidores del Lugo?**

Les diría que tienen una gran ciudad y por supuesto, un gran equipo. Que piensen que nuestro objetivo es la permanencia y que este año, una vez más, ya se ha conseguido.

¿Mucha suerte la próxima temporada!

Gracias. Un placer.

FICHA TÉCNICA

PABLO NICOLÁS CABALLERO

Fecha de nacimiento:
21/07/1986

Posición: delantero

Dorsal: 9

Partidos jugados última temporada: 14

Goles marcados última temporada: 7

Tarjetas última temporada: 3

Labor defensiva última temporada: 28 recuperaciones

JORGE PRADO PILOTO DE MOTOCROSS

«Me motiva a seguir luchando la gente que me apoya y me considera su ídolo»

El niño prodigio del motocross es de Lugo, tiene 16 años y entre otros títulos es campeón del mundo de 65 c.c.

THE LUGO TIMES / LUGO

AMELIA MARTÍNEZ.

Jorge Prado vivió en la ciudad de Lugo hasta que comenzó a despuntar en el mundo del motocross. ¿Sabías que fue alumno del colegio María Auxiliadora? Veamos qué nos cuenta...

¿A qué edad comenzaste en el mundo de la moto?

Empecé con tres años, con la moto de trial. A los seis años pasé a la de cross.

¿Qué sientes cuando la gente

te apoya y que para algunos eres su ídolo?

En las carreras me da más motivación para seguir luchando.

Has vivido en distintos países. ¿Te ha resultado difícil aprender tantos idiomas?

Aprender otras lenguas siempre lleva su tiempo. En Bélgica tengo que hablar holandés en el colegio, algo que te ayuda a aprender más rápidamente, porque tienes que adaptarte como sea.

¿Cuántas horas dedicas a entrenar?

Entreno cuatro días a la semana en moto, dos días los dedico al entrenamiento físico y descanso un día de la semana.

De todos los lugares en los que has estado en los distintos campeonatos, ¿cuál te gustó más?

Sin duda, Estados Unidos es el que más me gustó.

Muchas gracias por tu tiempo, Jorge.

Un placer.

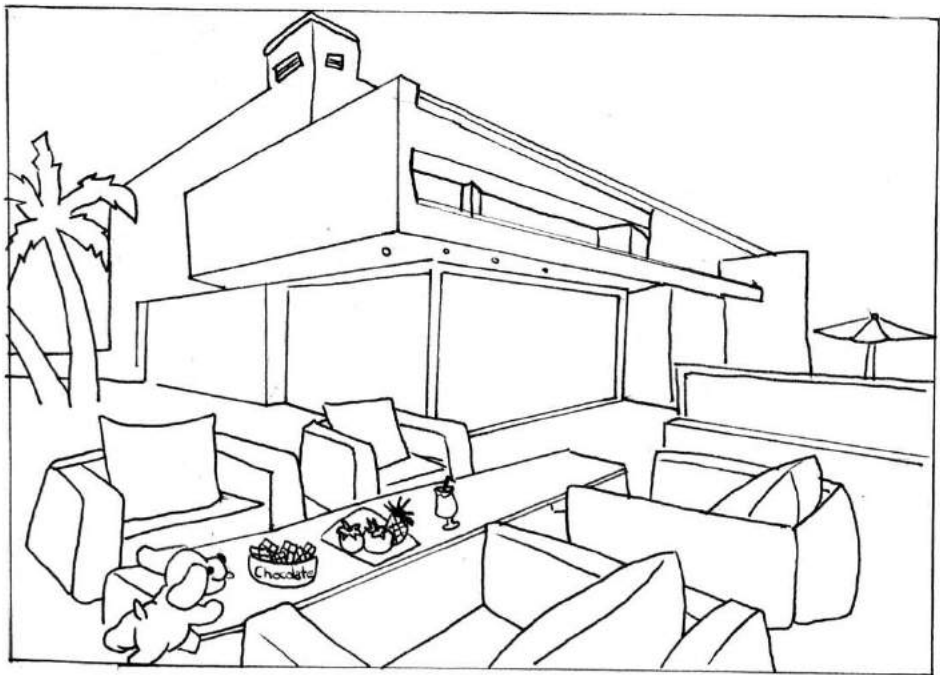


Jorge Prado. EL PROGRESO

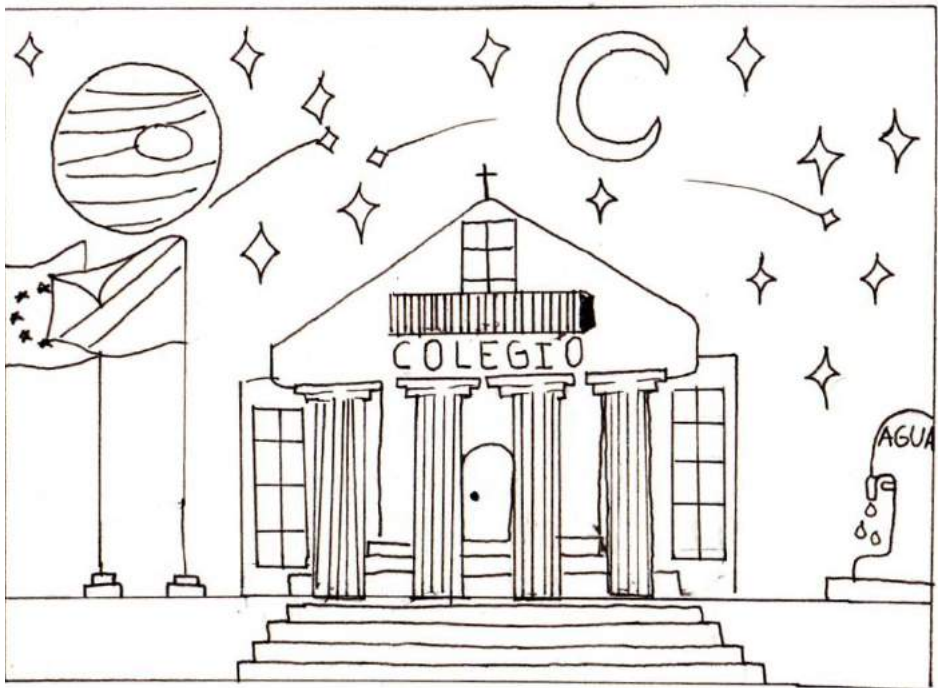
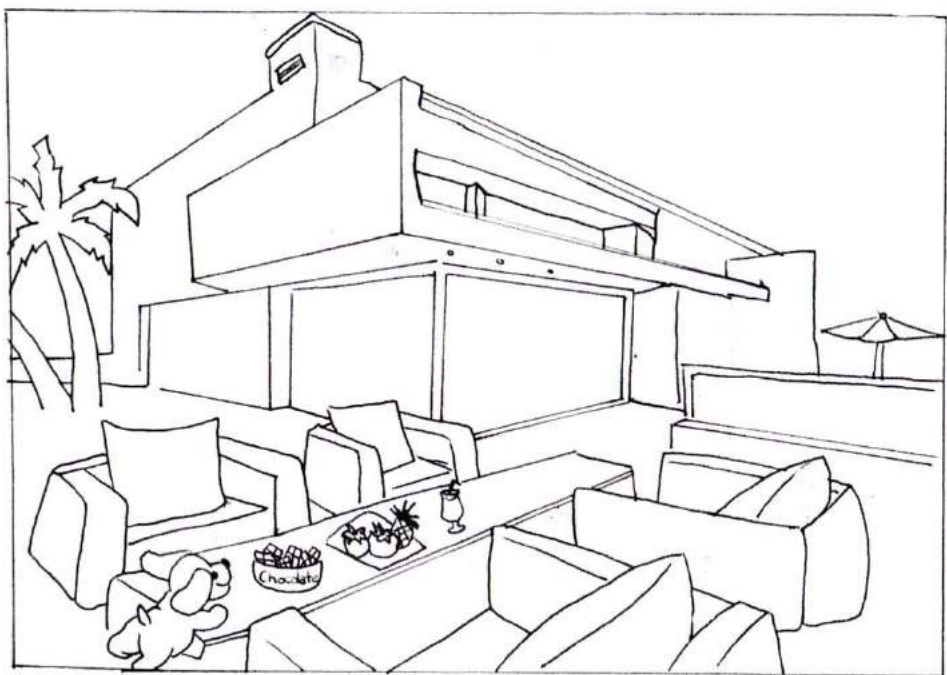
SOMOS... ¡LA TIRA! (CÓMICA) Por Lucía Porral.



Busca las 7 diferencias:



GEOVANA SOUZA



ROCÍO GARCÍA AFONSO



Resuelve los sudokus:

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

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

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

Adivina, adivinanza...

1. ¿Quién es algo y nada a la vez?
2. Cinco hermanos muy unidos que no se pueden mirar, cuando riñen aunque quieras no los puedes separar.

3. Dos hermanas diligentes que caminan al compás, con el pico por delante y los ojos por detrás.
4. No son flores, pero tienen plantas y olores.

5. Aunque no soy importante, en la vida pinto algo; mas no podré trabajar cuando me quede calvo.
6. Todas las palabras sé y aunque todas las explico, nunca las pronunciaré.

7. Órgano que sirve para que pensemos que pensamos.
8. Tengo un ángulo recto y tres lados que me abarcan. Aunque no quieras creerlo, mi nombre completo es cuadrado.

- SOLUCIONES:
1. El pez.
 2. Los dedos.
 3. Las tijeras.
 4. Los piés.
 5. El pincel.
 6. El diccionario.
 7. El cerebro.
 8. La escuadra.

The Lugo Times (1ºA) Titora: Alejandra Eiras



AMELIA MARTÍNEZ



MARTA MONTES



ÁLVARO SANTOS



JUAN OBALLOS



ROCÍO GARCÍA



ÓSCAR LÓPEZ SAAVEDRA



PAULA SAAVEDRA



SANTIAGO CABANAS



SILVIA VARELA



PABLO DELGADO



CANDELA FRAGA PAZ



ROBERTO MOURIZ



ANTÍA RÍO VEIGA



CRISTINA TRABADA

The Lugo Times (1ºA)



SABELA VILLAR



ANDRÉS CABANAS



CARMELA ALONSO



JHOJAN S. RAMÍREZ



MILANDRA DE LEÓN



CANDELA FRAGA



UXÍA GARCÍA



LAURA OTERO



GEOVANA SOUZA



MAURICIO MOLINA



CARLA FERNÁNDEZ



SANTI CABANAS



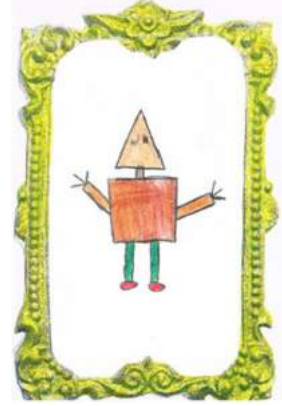
ANA BRUZOS



LUCÍA PORRAL



NICOLÁS DÍAZ



ADRIÁN SANTOS

Frida Kahlo: dolor, ingenuidad y folklore mexicano a todo color

La conocida pintora continúa hoy inspirando al mundo artístico y a la industria de la moda

GEOVANA SOUZA / LUGO

Hace 110 años que nació en México Magdalena Carmen Frida Kahlo y Calderón, más conocida como Frida Kahlo. Fue una gran pintora mexicana, y aunque se movió en el ambiente de los grandes muralistas mexicanos de su tiempo, Frida Kahlo creó una pintura muy personal como consecuencia de varios acontecimientos que marcaron su vida.

En la actualidad, muchos artistas se inspiran a través de la gran obra que Frida realizó durante su corta vida. El mundo de la moda también reproduce su particular estilo de vestir, colorido y, en ocasiones, extravagante.

A los 6 años Frida Kahlo enfermó de “poliomielitis”, la cual afectó el uso de su pierna derecha. Por ello, la apodaron Frida, “pata de palo”.

En 1922 empezó la escuela de Medicina en México, ya que aún no tenía interés en ser artista. Pero a los 18 años sufrió graves heridas en un accidente de tranvía que la dejó postrada casi un año en cama. A patir de entonces, sufrió más de 30 operaciones a lo largo de su vida y durante su

recuperación empezó a pintar. Sus pinturas, principalmente autorretratos, eran ingenuas y llenas de colores y formas inspiradas en el arte folklórico mexicano.

A los 22 años, una joven Frida Kahlo se casa con Diego Rivera, 20 años mayor que ella. Mantuvieron una relación tormentosa y apasionada. Se puede decir que fue un matrimonio complicado y, a la artista, le afectó emocionalmente.

Durante su vida creó 200 pinturas, dibujos y bocetos relacionados con las experiencias de su vida, dolor físico y emocional y su relación con Diego. Frida pintaba muchos autorretratos, muchos de ellos de gran tristeza y también con un gran poder hipnótico a todo color. Decía que pintaba tantos porque era ella misma era la persona que mejor conocía.

En 1954 Frida Kahlo falleció de neumonía en la Casa Azul, la cual hoy en día es el museo de Frida Kahlo.

El cuerpo de Frida fue incinerado, ya que un día dijo que había pasado mucho tiempo acostada por su poca salud y por eso prefería ser incinerada.



Retrato de Frida Kahlo. GEOVANA SOUZA

Leche FRESCA
1,5 litros



LEYMA
natura

NUEVO ENVASE TETRA EDGE
Con Tapón producido por la propia máquina, por consiguiente: más higiénico, más seguro y más económico

