

**Periódico
Estudiantil**

Im Blickpunkt

**Edición
II**

De estudiantes para estudiantes

Editorial

Creí que hacer un periódico estudiantil sería muy fácil y que lograría sacar una edición cada semana. Cuando empecé a trabajar en el proyecto me di cuenta de todo el esfuerzo, tiempo, trabajo, dedicación y persistencia que requería un periódico. A veces pensaba que era demasiado y pensaba en rendirme...

Página 2

Parlamento

Como todos saben la pandemia cambió nuestras vidas por completo. Y aunque ya podemos asistir a clases presenciales las cosas no son iguales debido a las medidas de bioseguridad que aún tenemos que tomar en cuenta. A pesar de este enorme reto, el parlamento ha logrado eventos increíbles en los que los alumnos se han podido divertir teniendo al mismo tiempo en cuenta la salud de los estudiantes.

Página 21

En forma y creativo

Testimonios de alumnos que nos cuentan acerca de sus hobbies y pasatiempos.

Página 26

Para curiosos

Página 33

Para divertirse

Página 35

Sumergido

Normas en la escuela después de la pandemia: ¿qué está permitido y qué no?

Por fin, ahora, después de dos años, hay un suspiro de alivio entre los alumnos y los profesores: por fin podemos volver al aforo total en las instalaciones del colegio y esto se asemeja a la antigua normalidad. Pero, ¿realmente lo es?

Página 4

Importante y actual

¿Por qué participar en "Wir Debattieren"?

Biodiversidad

True Crime

La diferencia entre Ecuador y Alemania

La felicidad es la mejor medicina

Normalizando pedir ayuda

Por un mejor futuro

Desafío Unplastify

Mucho más que un arcoíris

Página 7

¡Sigue adelante!

Página 32

Editorial



Creí que hacer un periódico estudiantil sería muy fácil y que lograría sacar una edición cada semana. Cuando empecé a trabajar en el proyecto me di cuenta de todo el esfuerzo, tiempo, trabajo, dedicación y persistencia que requería un periódico. A veces pensaba que era demasiado y pensaba en rendirme, pero luego recordé lo mucho que necesitábamos un periódico estudiantil en el colegio y esa meta me hizo seguir adelante. Cuando sacamos nuestra primera edición, el ver ese producto terminado me llenó de orgullo. Los comentarios de felicidad de mis compañeros al tener un periódico me hicieron darme cuenta de que todo ese trabajo había valido la pena, pero que no podía seguir sola. Muchos me preguntaban cómo podían ser parte de este proyecto y fue ahí cuando me di cuenta de que lo que necesitábamos era un equipo. ¡Así que ahora déjenme presentarles al equipo oficial del periódico estudiantil!

Felipe García, junto con Rafaela Reyes, son los encargados de traducir todos los textos para así poder seguir ofreciendo a nuestros estudiantes un periódico bilingüe.

Leonardo Naranjo usará todas sus habilidades de diseño gráfico y se encargará del diseño del periódico. Doménica Hadweh es la encargada de la comunicación; ella responderá cualquier duda que tengan. María Caiza es la secretaria y también editora de la sección "Importante y actual". Miguel Ángel Barcia es el editor de la sección "Para divertirse", y Nua Nyffeler, editora de la sección "Inmerso". Doménica Hadweh, junto con Martín Khamis, son los editores de la sección "En forma y creativo" y Anna Hu de la sección "Para curiosos". Tamara Rohr es editora de la sección "¡Sigue adelante!" y Joaquín Sáenz con Yara Velasco se encargarán del material fotográfico. Yo, Melissa Khamis, soy la redactora jefe y estaré dispuesta a apoyar a todo el equipo en cualquier momento.

No fue nada fácil crear el equipo. Esto también demandó un montón de tiempo, ya que todos tuvieron que ser entrevistados primero y, aparte, como no todos estamos en la misma clase, coordinar los horarios fue realmente un reto. Pero todo eso valió la pena ya que, como saben, trabajando en equipo el desempeño es mucho más eficiente.

Editorial

Así que hoy les traemos nuestra segunda edición del periódico estudiantil que nos acerca a nuestra meta de conocer mejor a la comunidad que nos rodea, informarnos de temas importantes y actuales y conectarnos más como CAQ.

Estoy muy feliz de presentarles nuestra segunda edición, la cual no hubiera sido posible sin todo el compromiso y dedicación del equipo. Así que quiero agradecer infinitamente a Felipe, Rafaela, Leonardo, Doménica, María, Miguel, Nua, Yara, Joaquín, Tamara, Martín y Anna. En verdad no hubiera sido posible sin ustedes. Y también muchas gracias a todos los que han contribuido con artículos, entrevistas, fotos y han hecho realidad este número. También me gustaría agradecer al Rectorado por su apoyo y a Hedrikje Palm, Regine Reibling, Nadya Durango, Covadonga Valle, Ximena Jaramillo Y Patricia Burbano por su enorme ayuda.

Como saben, el futuro del periódico depende en gran medida de ti. Es por eso que invitamos a todos los estudiantes a contribuir en nuestra siguiente edición. No olvides que este periódico no es solo PARA estudiantes, sino también DE estudiantes como dice nuestro slogan.

Este aún es un trabajo en progreso. Agradeceremos comentarios sobre el proyecto para poder mejorar.

Esperamos poder continuar con este proyecto en el futuro y así seguir ofreciendo a los estudiantes el periódico del CAQ "Im Blickpunkt".

¡Disfrútenlo!

No olvides que siempre puedes escribirnos a nuestro correo: schuelerzeitung@caq.edu.ec.

¡Nos encantaría escuchar de ti! Intentaremos responder todos los correos lo antes posible.

-Melissa Khamis

Sumergido

Normas en la escuela después de la pandemia: ¿qué está permitido y qué no?

Por fin, ahora, después de dos años, hay un suspiro de alivio entre los alumnos y los profesores: por fin podemos volver al aforo total de las instalaciones del colegio y esto se asemeja a la antigua normalidad. Pero, ¿realmente lo es?

Está claro que la pandemia no ha terminado y que la vuelta al cole conlleva nuevos retos y mucha organización. Hay que reconstruir lo antiguo para adaptarlo a las nuevas normas, incluso a la nueva realidad. Como todo en este mundo, se trata de un proceso que aún no ha terminado del todo. Parece que los alumnos, incluso a veces los profesores, no saben realmente lo que está pasando. Hay todo tipo de rumores en la escuela sobre lo que está permitido y lo que no. ¿Hay cosas que estaban permitidas antes de la pandemia y que de repente ya no lo están? ¿O todavía lo son? ¿Qué pasa con el uso del uniforme o dónde se puede comer? Para acabar de una vez con estos rumores, se preguntó al médico de la escuela y a la rectora nacional.

1. Uniforme escolar

Los alumnos que llevan en este colegio desde antes de la pandemia recordarán cómo era el uniforme escolar: siempre pantalón antracita, polo blanco y el típico jersey verde. El uso de estas prendas estaba estrictamente controlado y estoy segura de que había una reprimenda del Sr. Melo u otro profesor si no se llevaba correctamente. Esta dinámica está cambiando este año escolar. Los alumnos están comprendiendo rápidamente que pueden entrar

con una camiseta, un pantalón, una chaqueta, etc. diferentes sin que haya consecuencias. Se pueden ver camisetas de todos los colores, que reflejan el estilo personal de cada estudiante. Especialmente en la escuela secundaria, los estudiantes pueden expresar su individualidad más libremente a través de su ropa, aunque esto signifique que los estudiantes ya no tienen una imagen uniforme en cuanto a su vestimenta.



Fotografía por parte de: Melissa Khamis

Esta nueva situación puede ser agradable para algunos, pero las preguntas se extienden ahora entre todos, ¿por qué es esto posible? Y lo más importante, ¿hasta cuándo será posible?

Se pidió a la rectora nacional de nuestra escuela, María Isabel Hayek, que aclarara estas cuestiones. Como muchos sabrán, en 2018 entró en vigencia un nuevo uniforme que no se ha modificado desde entonces. A principios de este curso, al igual que el año pasado, se envió un correo electrónico a todos los padres "aconsejando a los alumnos que utilicen el "uniforme que tienen en casa" según explicó la rectora.

Sumergido

Todas las instrucciones específicas sobre la forma correcta de llevar el uniforme se pueden encontrar en la página web de la escuela. Pero, ¿qué ocurre si un alumno no tiene o no ha comprado todos los artículos de uniforme necesarios? No hay problema. Este año, la compra de uniformes es opcional. Sin embargo, se pide a los alumnos que sustituyan las prendas del uniforme que les faltan por "ropa similar a la del uniforme para participar en clase", como camisetas blancas y vaqueros oscuros, aunque también se puede ver a muchos alumnos con camisetas oscuras en lugar de blancas en la escuela. Por último, se plantea una cuestión muy importante y extremadamente relevante, a saber, el tiempo de validez de esta norma. Está previsto que "para el próximo año se retome el uso regular de los uniformes, ya que esto ayuda mucho a las familias en términos de organización y economía", dice la rectora. Esto lo deja claro: este año escolar, se pueden usar otras prendas en lugar del uniforme, pero deben parecerse al uniforme original.

2. Almuerzo



Fotografía por parte de: Miguel Barcia

Toda la información sobre "los protocolos de bioseguridad y las normas de organización

(entrada, salida, descansos, etc.) se comunicó a los profesores y a los padres", como dice la doctora de la escuela, Johana Sémper, información que también se encuentra en los manuales de libre acceso. Hay que tener en cuenta que estos manuales no han sido actualizados ya que se han producido algunos cambios desde que se escribieron, como la reapertura de la cafetería.

Además, las clases de la tarde vuelven a ser presenciales, lo que significa que los alumnos deben quedarse en la escuela para comer aquí. Este cambio ha suscitado nuevas dudas entre los estudiantes: parece que ya no se puede comer donde quiera, como ocurría antes de la pandemia.

De manera poco clara, se les dijo a los alumnos que debían tomar su almuerzo en la cafetería, en los lugares y a la distancia designados.

Dado que esta información no está anotada en los manuales y solo se transmite "verbalmente", es comprensible la duda y la confusión entre los alumnos: ¿cómo se supone entonces que esto quede claro para todos? ¿Y por qué la escuela nos confina a un espacio cerrado donde se obliga a comer a varios alumnos que tienen clases por la tarde, en lugar de utilizar los numerosos espacios verdes que tiene? Sería más justo y adecuado que no solo se hicieran públicos los cambios, sino también las razones que los justifican, para que los estudiantes entiendan por qué es tan importante cumplir la normativa.

Como aclaró la doctora Sémper, siempre se informa a los profesores y a los padres de las normas y sus cambios con la esperanza de que

Sumergido

transmitan la información a los alumnos. Esto puede ser coherente y correcto para los alumnos más jóvenes, pero ¿no sería un método más eficaz informar directamente a los alumnos de secundaria de los cambios, porque no son la mayoría de ellos perfectamente capaces de entender y retener este tipo de información?

Todavía hay algunas ambigüedades que deben aclararse, pero lo más importante que deben saber los alumnos en este momento es que la cafetería y sus alrededores son el lugar oficial para el almuerzo.

el derecho y el deber de acudir a sus profesores en caso de dudas y de exponer sus problemas para que la vida escolar sea más agradable y placentera.

-Nua Nyffeler



Fotografía por parte de: Melissa Khamis

Tanto la escuela como los alumnos tienen que acostumbrarse a esta nueva realidad, a veces algo confusa. Solo falta que la dirección introduzca cambios moderados y compruebe cuáles tienen sentido y cuáles hay que cambiar. Las cuestiones relativas a los dos aspectos del uniforme y de las plazas de comedor han quedado más claras, aunque todavía habría que concretar y mejorar algunos aspectos específicos y, sobre todo, la comunicación interna de la escuela. A pesar de todo, no hay que olvidar que los alumnos tienen

Importante y actual

¿Por qué participar en "Wir Debattieren"?

¿Participar en una sociedad de debate? ¿Cuáles son los argumentos a favor, cuáles los argumentos en contra?

Desgraciadamente, no podemos debatir esta cuestión, ¡porque no hay argumentos en contra!

Con cada debate, uno aprenderá algo nuevo y ampliará así sus conocimientos sobre diferentes aspectos. Aprenderá a argumentar, convencer y presentar su punto de vista. Se conoce a mucha gente nueva y también se aprende a llevar un debate con respeto y a resolver los problemas de forma pacífica y cooperativa.

El debate está dirigido por Gesche Johannknecht y Carina Butz. Nos reunimos una vez a la semana durante una hora y media y nos divertimos tanto que el tiempo pasa volando. Cada semana hay una nueva pregunta de debate que preparamos en el Vorpfeld. En nuestras reuniones, primero nos reunimos en pequeños grupos e intercambiamos argumentos a favor y en contra, que luego dirigimos en un debate real. Al final, recibimos una pequeña retroalimentación y elegimos qué pregunta se discutirá la semana siguiente.

Los que no son hablantes nativos pueden unirse a "Jugend Debattiert Südamerika" y competir para ser los mejores de Sudamérica. Para los que sí lo son también hay grandes competiciones en las que pueden debatir contra otras escuelas y ganar grandes premios.

El año pasado, en octubre, los alumnos de los

colegios alemanes de Cuenca y Guayaquil acudieron a Quito para votar por los mejores de Ecuador para representar a este país en "Jugend debattiert Südamerika". Ecuador estuvo incluso en la final. Fue una experiencia única. Conocimos gente nueva, nos divertimos, aprendimos mucho y comimos delicioso.



Fotografía del equipo de Jugend Debattiert

Esto es lo que dijeron nuestros debatientes:

Alicia (15)

"Llevo unos meses formando parte de el equipo y puedo recomendar a todo el mundo que forme parte y que experimente por sí mismo sus beneficios, porque es realmente muy divertido."

Anni (14)

"¡Disfruto mucho de "Wir Debattieren"! Cada vez que debatimos, se siente tan real, como si estuvieras realmente en un escenario y debatiendo correctamente. Esta sensación es realmente genial."

Stefan (15)

"Llevo más de un año participando en "Wir Debattieren". Quería mejorar mi alemán para el

Importante y actual

DSD 1. Pero hoy sigo siendo miembro de "Wir Debattieren", porque debatimos temas actuales, importantes y apasionantes. ¡El hecho de que se nos permita presentar nuestros propios temas es lo mejor!"

María (15)

"Llevo dos años participando. Mi mejor recuerdo es el de la competición, porque aunque no clasifiqué para representar a Ecuador en el Sudamericano, siempre será mi mejor recuerdo. Me gustaría que hubiera más gente en este grupo porque creo que todos deberíamos compartir estas experiencias."

Doménica (16)

"Es muy divertido. ¿Por qué? Porque aprendes cosas nuevas, conoces gente agradable, vives experiencias increíbles y te diviertes al mismo tiempo. ¡Hay tantos beneficios que no puedo decidir qué es lo mejor! Lo recomendaría a mis amigos porque desarrollas muchas habilidades para el futuro."

Tamara (12)

"Lo que más me gusta de "Wir Debattieren" es la preparación del debate porque siempre aprendo algo nuevo sobre diferentes temas. Pero también me gusta participar en un debate real. Mi mejor experiencia no fue una reunión, sino todas, porque aunque soy la más joven, me siguen acogiendo y me siento bien. Es un lugar donde puedes divertirte y también aprender algo."

Melissa (15)

"Lo que más me gusta de "Wir Debattieren" es que el tiempo que pasamos juntos es muy divertido y la gente es muy amable."

A través de este grupo he conocido a mucha gente agradable y he aprendido a presentar mi punto de vista de forma clara y comprensible. También me ha ayudado a hablar alemán con más fluidez."

¿Estás interesado en unirte? Escribe a Gesche Johannknecht o Carina Butz en Teams.

-Melissa Khamis

Importante y actual

Biodiversidad

¡1,7 millones! Esa es la cantidad de especies de seres vivos que se han identificado científicamente hasta ahora. Pero hay muchos más. De hecho, la mayoría de ellos nunca han sido vistos por los humanos hasta ahora. En total, se dice que hay unos 14 millones de especies en la Tierra, que conviven en una gran variedad de ecosistemas. Esto se llama biodiversidad.

Recientemente, el sexto grado realizó un proyecto de biología en el que los jóvenes estudiantes aprendieron más sobre la biodiversidad y tomaron fotos de aves en la escuela. Hicieron toda esta experiencia para crear conciencia y al final tiene un efecto sobre ellos mismos porque ahora pueden identificar varias especies de aves.

Pero, ¿por qué existe realmente la biodiversidad? Con sus diferentes requisitos de vida, las especies ocupan diferentes "papeles" en el ecosistema. Algunos insectos, por ejemplo, son importantes polinizadores, otros esparcen semillas de plantas o descomponen los desechos de animales y plantas. Cada animal es importante para que exista la biodiversidad

Además, como todo el mundo sabe, Ecuador es uno de los lugares con mayor biodiversidad del mundo, pero en los últimos años, por desgracia, han desaparecido muchas aves, por ejemplo, el águila de Haast, el águila coronada de Madagascar y el cernícalo de Madagascar, porque nosotros, como humanos, no cuidamos los ecosistemas y destruimos la naturaleza. Varias especies de aves están perdiendo su hábitat debido a las actividades humanas.



Fotografía por parte de: Doménica Hadweh

Por tanto, la pérdida de especies y la tasa de extinción van en aumento. Esto tiene un efecto negativo en todos los seres vivos del mundo, incluidos los propios humanos. La naturaleza y el agua son importantes para todos. Si seguimos así, ¿no habrá más agua en pocos años!

Los gatos también son responsables de limitar la diversidad en las aves, más concretamente, ¡la tendencia errónea que tenemos los humanos de no esterilizar a los gatos! Como todo el mundo sabe, los gatos se alimentan de pájaros y, por tanto, son una amenaza para toda la biodiversidad de aves.

Ahora que sabemos cuál es el problema, podemos ayudar de alguna manera.

En primer lugar, creo que deberíamos ser más responsables y esterilizar a los gatos.

Además, podríamos construir lugares naturales de alimentación para los insectos (u hoteles para insectos) en los bloques. Cuantos más insectos haya, más pájaros habrá y, al mismo tiempo, más

Importante y actual

más biodiversidad.

En definitiva, podemos decir que, desgraciadamente, no podemos detener fácilmente la restricción de la diversidad en las aves y también en otras especies, especialmente con la industrialización. Lo más importante son las ideas que tenemos como estudiantes para ayudar y que creamos conciencia.

-Doménica Hadweh



Fotografía por parte de: Doménica Hadweh



Fotografía por parte de: Doménica Hadweh



Fotografía por parte de: Doménica Hadweh

Importante y actual

True Crime

Quien oye la palabra crimen o delincuente suele pensar en asesinatos, asesinatos en masa, secuestros o violaciones. Sin embargo, la delincuencia no sólo incluye este tipo de acciones, sino también la conducción sin carné, la conducción bajo los efectos del alcohol, el atropello, los daños a la propiedad, el robo e incluso la evasión fiscal. ¿Cómo te imaginas a un criminal? Existen diferentes imágenes de los delincuentes, pero las más conocidas son: la frente hundida, la nariz aguileña, las cejas estrechas y la imagen de la naturaleza maligna. Pero lo interesante es que a menudo estas nociones se contradicen entre sí y las más esperadas son las que más se equivocan. Aquí viene un caso criminal muy conocido que ha pasado a la historia criminal.

Caso Madeleine McCann

El caso de Madeleine McCann se hizo extremadamente famoso justo en el año de su desaparición, 2007. Madeleine era una niña de tres años que estaba de vacaciones con su familia y amigos de sus padres en un campamento de vacaciones en Praia da Luz, Portugal, y se lo estaba pasando muy bien. Una noche en la que todos los adultos salieron a cenar a la hora habitual a sólo 50 metros de distancia, dejaron a los niños solos en sus casas de vacaciones, como de costumbre, y los revisaban cada 20 minutos.

Era el turno de la madre de Kate McCann, Madeleine, para comprobar cómo estaban sus hijos. Cuando entró en la habitación de Maddie, encontró las ventanas abiertas y una cama vacía. La chica se había ido. Inmediatamente la madre

corrió con el resto de los adultos y alertó a la policía. Todos ayudaron a buscar a la niña pero no había rastro ella ni señales de secuestro, lo que preocupó mucho a la policía.

A través de todas las investigaciones que se llevaron a cabo, los padres fueron los principales sospechosos, porque se encontraron pistas que apuntaban a ellos. Las ventanas por las que supuestamente entró el secuestrador se abrieron desde dentro y las horas en las que los padres aparentemente buscaban a sus hijos no coincidían. Por último, no se encontró ninguna evidencia de personas ajenas a la empresa, ni ningún otro rastro. Uno de los amigos de la familia afirmó haber visto a un hombre con un niño en brazos. Sin embargo, este hombre era un padre que se presentó y afirmó haber tenido a su propio hijo en brazos. Así que la policía sospechó aún más de los McCann y se preguntó por qué los padres no dejaron a sus hijos bajo supervisión.

El caso se dio a conocer en todo el mundo. Al principio, los medios de comunicación intentaron ayudar y encontrar al niño, la gente donó dinero, personas con alta influencia ayudaron, pero nunca hubo resultados. Sin embargo, más tarde, los medios de comunicación criticaron a la familia, se impacientaron, ya que siempre escuchaban la misma historia sin ningún resultado, además, empezaron a sospechar de ellos. A la madre, Kate, la llamaban "madre fría como el hielo", sin sentimientos. Se llevaron perros y encontraron olor a cadáveres humanos y sangre en la casa de vacaciones de los McCann y en el coche. La policía supuso que se trataba de un accidente, ya que el resto de los niños seguían durmiendo, aunque el

Importante y actual

día de la desaparición de Maddie había mucho ruido.

Hay muchas otras especulaciones, así como sospechosos. A día de hoy no está claro quién lo hizo, qué pasó realmente, ¿se fue Madeleine, una niña de entonces 3 años, sola? La búsqueda de ella continúa, pero hasta el día de hoy sin éxito.

-Natalie Pohl

Importante y actual

La diferencia entre Ecuador y Alemania

Me llamo Alicia y me mudé de Alemania a Ecuador hace dos años. Hablemos de las diferencias que he notado. Dado que esta es una escuela internacional, estoy segura de que algunos de ustedes ya han vivido en más de un país y por lo tanto este artículo puede ser muy comprensible. Por supuesto, hay muchas diferencias obvias que rápidamente vienen a la mente, desde el idioma hasta la gente o la cultura, realmente no hay mucho que sea igual.



Fotografía por parte de: Melissa Khamis

El primer contraste que salta a la vista es el clima. Las cuatro estaciones típicas se sustituyen aquí por una sola estación cálida y bochornosa y una alternancia entre fases secas y lluviosas. Mientras que en Alemania las hojas suelen cambiar de color en septiembre y los días se hacen cada vez más cortos, en Sudamérica no se nota ningún cambio drástico. En lugar de una Navidad blanca, aquí la gente sigue vistiendo en manga corta, y tampoco hay un cambio de horario de verano a invierno. Lo mismo ocurre con la primavera. Mientras que en Alemania la nieve se derrite en marzo, los días se alargan y las noches se acortan, aquí en Ecuador las plantas florecen todo el año.

Por supuesto, todo esto también repercute en los

animales endémicos que se encuentran en cada país. Por ejemplo, nunca verá un colibrí en Alemania. Además, los animales que se pueden ver de cerca en las Islas Galápagos sólo se pueden descubrir allí en el zoo.

Otra gran diferencia que llama la atención es la cocina. Dado que Ecuador cuenta con unas condiciones mucho mejores para el cultivo de una gran variedad de productos agrícolas, es comprensible que, sobre todo, la fruta tenga un mejor sabor y que haya también una mayor selección de la misma. Cosas como un grano de cacao o una granadilla, por ejemplo, se comieron aquí por primera vez. Además, platos muy conocidos aquí, como el ceviche o el bolón de verde, no suelen estar en la mesa en Alemania. En general, la cocina ecuatoriana era muy inusual, pero también recomendable. En cambio, probablemente muchos de ustedes piensen inmediatamente en pretzels con salchicha blanca y chucrut y, sobre todo, en cerveza cuando piensan en la cocina alemana. Aunque también son muy populares y se consumen principalmente en festivales como el Oktoberfest, se recomiendan sin duda otras comidas típicas. El spätzle, la ensalada de patatas y el rouladen, por ejemplo, encabezan la lista de platos favoritos de los alemanes. La mayor diferencia, sin embargo, es el pan, que se ha convertido en una marca registrada de Alemania en muchos países, especialmente por su variedad.

Por último, me gustaría mencionar las tradiciones, que también son muy diferentes, porque ambos países tienen fiestas que se celebran de forma

Importante y actual

muy distinta. Un ejemplo es 6 de diciembre. Ese día, todos los niños de Alemania ponen sus zapatos en la puerta para San Nicolás, esperando al mismo tiempo que no se los lleve su compañero Knecht Ruprecht. En Ecuador, en cambio, ningún niño debe temer ningún mal en esta época del año, ya que aquí se celebra con exuberancia la fundación de Quito. Las fiestas de Quito duran una semana, desde finales de noviembre hasta el 6 de diciembre, y se asocia tradicionalmente con corridas de toros, bailes flamencos y espectáculos teatrales. Hoy en día, por lo que sé, es más común celebrarlo con amigos y jugar cuarenta.

Por desgracia, no pude hablar de todas las diferencias, pero sí de algunas. Además, ninguna de las diferencias es negativa o pretende ser una crítica, sino todo lo contrario, ya que sólo son posibles gracias a la singularidad de los países y su gente. Por último, me gustaría darles las gracias por leer este artículo y desearles un buen día.

-Alicia Rudolf

Importante y actual

La felicidad es la mejor medicina- El poder de una sonrisa

¿Alguna vez te has reído tan fuerte, que se te olvidó algún dolor o tristeza que tenías? Pues no es una coincidencia, aquí te explico el poder de una sonrisa.

El movimiento muscular que hacemos al sonreír activa los neurotransmisores de endorfinas y estas son liberadas. Cuando el cerebro detecta endorfinas, libera una sustancia que te hace automáticamente feliz. Aparte de eso, una sonrisa ayuda a reducir el dolor, ya que las endorfinas actúan como analgésico. Una sonrisa puede incluso reducir hormonas como la adrenalina, el cortisol y la dopamina que son causantes de estrés. Es por eso que en situaciones estresantes sonreír te ayuda a relajarte, lo que ayuda a que puedas superar más fácilmente ese momento duro. Así transmitirás al mismo tiempo tranquilidad al resto. Al sonreír también se mejora la actividad de las células NK, las cuales se encargan del sistema inmunológico, por lo que mejora tu respuesta inmunológica. Sonreír se asocia con una baja presión arterial y una mayor protección ante algunas enfermedades cardiovasculares. Un estudio incluso reveló que las personas que sonríen con frecuencia alargan su vida de unos 4 a 6 años en promedio. Una sonrisa incluso hace que se te facilite formar relaciones sociales fuertes y saludables.

¡Así que ahora que conoces todos los beneficios de una sonrisa, sonríe! ¡Aunque estés usando tu mascarilla, no dejes de sonreír! Una sonrisa nunca pasará de moda y te hará sentir muy bien. Aparte, no solo te beneficiará a ti, si no también a las personas a tu alrededor, ya que la sonrisa es



Fotografía por parte de: Melissa Khamis

contagiosa.

Piensa en todas las esas pequeñas actividades que te hacen feliz e invierte tiempo en ellas, por el hecho de que un 40% de nuestra felicidad depende de las actividades en las que invirtamos tiempo.

Después de esto, queda abierta la pregunta, ¿es la sonrisa el producto o la causa de una ocasión feliz?

-Melissa Khamis

Fuentes:

Latino Seguros. (2021). ¿Sonreír es bueno para la salud? <https://latinoseguros.com.mx/sitio2021/sonreir-es-bueno-para-la-salud/>

Sanitas. (2022). 10 razones para sonreír. <https://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/bibliotec-a-de-salud/salud-dental/prevencion-diagnostico/razones-sonreir.html>

Centro Villanueva. (2022). 5 Beneficios de sonreír para la salud y calidad de vida. <https://centrovillanueva.com/beneficios-sonreir/>

Dr. Ruíz, J.L. (2009). Importancia de una sonrisa y su psicología. <https://gacetadental.com/2009/03/importancia-de-la-sonrisa-y-su-psicologa-31586/>

Importante y actual

Normalizando pedir ayuda

La salud mental y pedir ayuda a psicólogos es algo que ha sido muy estigmatizado a lo largo de los años, sin embargo, es imprescindible recordar que hacerlo no es una muestra de debilidad, por lo que he decidido escribir sobre las personas que están en el colegio justamente para ayudarnos.

El día siete de abril hablé con las psicólogas de la secundaria, Inés Almeida y Paulina Véjar, para poder recopilar información de su trabajo y así transmitir por este medio el mensaje de no tenerle a solicitar apoyo.

Las psicólogas comentaron que los adolescentes van a ellas cuando sienten la necesidad personal de hablar con alguien, cuando quieren ser escuchados y cuando desean desahogarse.

Hablaron sobre el proceso de acompañamiento de consejería que ellas proveen y recalcaron que lo que ellas hacen no es psicología clínica, ya que al ser el colegio una institución educativa, no hay las medidas para llevar una terapia a cabo. Dicen, sin embargo, que se encargan de que los chicos tengan herramientas para saber qué hacer ante situaciones que les molesten y que, aunque su apoyo tenga limitaciones, se preocupan en casos muy complejos de encontrar ayuda externa.

Además, hay que tener en cuenta que no solo trabajan en el aspecto emocional, pues también asisten a alumnos que tienen dificultades académicas.

Su trabajo ayuda a ubicar el problema para saber qué hacer ante diversas situaciones y aportan un conocimiento mayor respecto al

abanico de emociones que los adolescentes tenemos.

Les gustaría que nuestra generación reivindique el derecho de hablar sobre lo que sentimos, pues las pasadas no han podido normalizar el hecho de buscar ayuda profesional, lo que ha causado que se pasen de alto señales de auxilio que se hubiesen podido recibir si se hubiese hablado del tema.

También debemos recordar que ir al psicólogo en general no significa que la solución mágica a los problemas nos será otorgada, y creer que sí sería tener una expectativa irreal sobre la ayuda que se puede ofrecer. Después de todo, ir al psicólogo es el inicio de un proceso que requiere de la empatía y paciencia de todos los involucrados.

Finalmente quisiera agradecer a las 4 psicólogas del colegio, Sara Dyck, Mariela Lalama, Inés Almeida y Paulina Véjar, por ocuparse de proveer apoyo a todos los estudiantes de nuestra institución.

-María Caiza

Importante y actual

Por un mejor futuro

Como sabemos, el mundo se está acabando. Y uno de los principales factores es el calentamiento global. Por suerte aún estamos a tiempo para salvar nuestro planeta.

Sabemos que cambiar el mundo no depende de una sola persona, pero con pequeñas acciones puede empezar un gran cambio. De hecho, una acción tan pequeña como no comer carne una vez a la semana puede ser un gran cambio para la Tierra.

¿Pero de qué manera puede contribuir al planeta el no comer carne?

El cambio climático hace que el mundo se caliente más rápido de lo normal y que llegue a temperaturas nunca antes registradas. Esto puede tener como consecuencia, incluso, la desaparición de algunas especies animales. Las emisiones de gases de efecto invernadero, como el metano, son las responsables de este fenómeno.

Por ejemplo, una vaca expulsa aproximadamente 200 gramos de metano al día. Esto significa que, según datos de la FAO, todas las vacas del planeta liberan a la atmósfera 100 millones de toneladas de metano anualmente.

Si redujéramos el consumo de carne, reduciríamos al mismo tiempo las emisiones de gases de efecto invernadero y, por lo tanto, el calentamiento global.



Fotografía por parte de: Melissa Khamis

El no comer carne también ayudaría a ahorrar agua, la cual tenemos que conservar porque se está agotando. Esto se debe a que una vaca adulta en producción puede consumir más de 100 litros diarios de agua. Una vaca consume aparte de toda esa cantidad de agua, 4 kg de soja. Para producir un solo kilogramo de soja se necesita 197 litros de agua aproximadamente. Lo que significa 788 litros de agua para obtener el alimento de un solo día de una vaca. Así que imagínate cuánta agua podríamos ahorrar si comiéramos menos carne.

¿Qué dices? ¿Te unes a nuestro reto de no comer carne una vez a la semana?

-Melissa Khamis

Importante y actual

Desafío Unplastify

Unplastify es una empresa social que tiene como misión cambiar la relación humana con el plástico. Acelerando procesos sistemáticos de desplastificación con individuos, organizaciones, empresas y gobiernos, buscan minimizar el uso de plásticos descartables a través del re-diseño de operaciones, hábitos y normas.

Unplastify desafía individuos, organizaciones, empresas y gobiernos a cuestionar su relación con el plástico y a accionar para desplastificar* sus comunidades. Con el apoyo de National Geographic, en los desafíos educativos, inspiran y guían a estudiantes de entre 15 y 16 años a aprender a través de la experiencia. La idea es que se involucren con la problemática actual de los plásticos en el océano, a través de un juego que los invita a idear, desarrollar e implementar estrategias para desplastificar sus escuelas.

En el último desafío se inscribieron 3 equipos del colegio:

Dandelion, conformado por Anthonella Frutos y Victoria Abdo. Luna Verde, conformado por Miguel Barcia, Paula Romero, Micaela Mera y Sebastián Dalgo. Y Drink Direct, conformado por Mateo Burbano, Sarah Vintimilla, Doménica Guerrero y Melissa Khamis. Cada equipo trabajó con un plástico diferente.

Dandelion trabajó con bolsas plásticas donde se empacan las compras; Luna verde, e con productos menstruales plásticos, y Drink Direct, con sorbetes.



Felicitemos a los estudiantes por haber participado en el desafío para unirse a la causa de desplastificar el mundo, y agradecemos a Corinna Kues por haber apoyado a estos equipos. ¡Tú también puedes hacerlo! Únete a la iniciativa de los equipos.

-Melissa Khamis

Importante y actual

Mucho más que un arcoíris

Todo empezó en Nueva York, en junio de 1969. Los disturbios del bar neoyorquino Stonewall marcarían un antes y después en la turbulenta historia LGBTQ+. Desde ese entonces, la sociedad se ha visto forzada a cambiar, a instaurar tolerancia y respeto, y a aprender a celebrar las diferencias. Desde ese junio el hecho de ser distinto empezó a abandonar las sombras internas del secretismo para poder expresarse al mundo.

No obstante, la lucha por los derechos LGBTQ+ no ha cesado y, personalmente, dudo que termine pronto. Han pasado 53 años desde el inicio de la reivindicación de la diversidad, pero todavía existen países en donde ser diferente está penado con muerte. Países en donde la gente debe reprimir sus deseos más puros por miedo a ser rechazados y marginados socialmente. Asimismo, hay personas que han crecido creyendo que la diversidad es mala, que consideran innatural el ser diferente.

Es fácil confundir este mes con una simple estrategia comercial utilizada por muchas marcas conocidas para mostrarnos una imagen políticamente correcta. También es el mes en donde el tópico "Love Is Love" aparece en todas partes con la errónea idea de que la comunidad LGBTQ+ únicamente lucha por el derecho a amar. Incluso se cuelgan banderas y se cambian los empaques de los productos con empaques coloridos multicolor para aparentar apoyo a la comunidad.

El Mes del Orgullo no es simplemente colgar banderas arcoíris por todas partes sin realmente

entender el porqué de su existencia. No es únicamente cambiar tu foto de perfil de Instagram por un arcoíris, o utilizar el emoji de arcoíris solo porque aparece en todos lados. El Mes del Orgullo es un mes de lucha, de conmemoración y de aceptación. El arcoíris es un símbolo, es un mensaje y es un llamado a seguir luchando.

En la lucha no deben participar únicamente personas LGBTQ+. La orientación sexual no es determinante en la humanidad de las personas. La lucha por los derechos no es una lucha exclusiva de personas queer, sino una lucha humanitaria en búsqueda de igualdad. Todos debemos ser partícipes de ella, no solo por nosotros, sino por las anteriores generaciones; aquellas que tuvieron la valentía de empezar con el movimiento y que ayudaron a formar la sociedad actual, y también por las próximas generaciones, a las que les debemos un mundo amable, seguro y tolerante ante lo distinto.



Fotografía por parte de: Melissa Khamis

El cambio social que se espera es difícil de conseguir, pero no imposible. Con las redes sociales se ha logrado difundir el mensaje. La comunidad LGBTQ+ existe, no es una invención

Importante y actual

para llamar la atención. Tampoco es una enfermedad mental y muy seguramente no es una fase. Gais, lesbianas, bisexuales, transexuales, personas no binarias, asexuales y todos aquellos que no cumplan con lo "normal" existen, y deben tener los mismos derechos que todos los demás.

Muchos heterosexuales se preguntan ¿por qué no existe un mes del orgullo hetero? La respuesta es simple. La heterosexualidad no ha sido condenada con pena de muerte en ningún país. Ningún heterosexual ha tenido que esconder sus sentimientos por miedo a ser atacado únicamente por ser diferente. Ningún heterosexual ha tenido que ir donde sus padres a confesar su orientación sexual, ni ha tenido que protestar en las calles para conseguir derechos básicos que le permitan vivir una vida como los demás. No existe un día del orgullo hetero, ya que el serlo no es un factor que te pone en peligro. No hay razón para reivindicar el sentirse orgulloso de ser heterosexual en una sociedad que ya da por hecho que lo eres.

El verdadero orgullo recae en reivindicar tu orientación sexual, o tus gustos y diferencias sin miedo a ser atacado. El orgullo es poder gritar tus sentimientos a los cuatro vientos sin necesidad de preocuparse de que la policía irá a tu casa a humillarte por ser quien eres o que otros te golpearán por un odio irrazonable ante tu diversidad. El Mes del Orgullo está dedicado a todo aquel que se sienta diferente, a todo aquel que en algún momento ha sentido que no pertenecía.

Si te encuentras en una situación en la que no sabes qué hacer, o no entiendes cómo te sientes, pide ayuda. Si alguien está yendo en tu contra únicamente porque eres distinto a los demás, pide ayuda. No estás solo y nadie debe pasar por encima de ti.

-Leonardo Naranjo en colaboración con Miguel Barcia

Parlamento

Como todos saben, la pandemia cambió nuestras vidas por completo. Y aunque ya podemos asistir a clases presenciales, las cosas no son iguales debido a las medidas de bioseguridad que aún tenemos que tomar en cuenta. A pesar de este enorme reto, el parlamento ha logrado eventos increíbles en los que los alumnos se han podido divertir teniendo al mismo tiempo en cuenta la salud de los estudiantes. Queremos agradecer a Emilia Valderrábano y Tomás Granda por todo el esfuerzo que han puesto este año y felicitarles por todos sus logros.

En este enlace podrán encontrar una entrevista en la que Emilia y Tomás nos cuentan su experiencia: [\(Link\)](#)

Estos son los eventos que Emilia y Tomás, junto con los chicos del parlamento, lograron.

Película Azules Turquesas

El 28.01.22 el parlamento organizó un evento en el que las clases 8 a 11 pudieron ver la película «Azules Turquesas». La película se trata sobre una chica adicta a las drogas, quien relata su duro proceso de rehabilitación. La película es un testimonio de vida de la ex alumna del Colegio Alemán de Quito, Mónica Mancero, a quien los estudiantes pudieron conocer y hacer preguntas después de ver la película. La idea de que los alumnos vean esta película es prevenir que más jóvenes sigan el mismo camino que la directora de la película, Mónica Mancero.

Ganadores concursos 40

Después de tanto tiempo tenemos finalmente a nuestros ganadores del concurso de cuarenta. ¡Felicitaciones a Antonio Kliche y Lukas Strahl por su victoria!



Diseño por: Leonardo Naranjo

Donaciones La Gasca



Cortesía de Emilia Valderrábano

El 31.01.22 un aluvión afectó al barrio La Gasca. El parlamento organizó una recaudación para las familias afectadas. Logramos llenar dos busetas completas con donaciones y estamos seguros de

Parlamento

que juntos, logramos ayudar a muchas personas en emergencia.

Jueves informativo

Ahora el parlamento tiene una nueva sección, "Jueves Informativo". Todos los jueves compartimos en Instagram una historia con información interesante. Ahora estamos buscando un logo para esta sección.

Intercambio de rosas

Por San Valentín, el parlamento organizó un intercambio intercolegial e interno de rosas en el que participaron 8 colegios.

Concurso de canto

Por San Valentín también se organizó un concurso de canto con el tema amor.

Los participantes cantaron en el auditorio y el evento fue transmitido para todas las clases. Muchos concursantes talentosos se presentaron, por lo que el jurado, compuesto por Fernando Cortez, Sergio Sacoto y Sandra Ochoa, tuvo que tomar una decisión muy difícil.



Jurado
**FERNANDO
CORTEZ**

Fernando Cortez, cantante y compositor ecuatoriano, exparticipante de La Voz Ecuador, concibe la música como una gran herramienta para el desarrollo personal y social.

Jurado
**SANDRA
OCHOA**



Soprano ecuatoriana, inició sus estudios musicales en el Conservatorio Nacional de Música. Actualmente forma parte del Coro Mixto Ciudad de Quito de la Fundación Teatro Nacional Sucre con quien ha participado en las óperas, zarzuelas, musicales y conciertos producidos por la misma.

Jurado
**SERGIO
SACOTO**



Sergio Sacoto, músico, cantante, compositor y productor ecuatoriano, Su voz poderosa y llena de matices, el legendario uso de sus recursos vocales y su electrizante dominio escénico, lo vuelven una avalancha sobre el escenario.

Diseños por: Leonardo Naranjo

Felicidades a Ana Paula Padilla por haber ganado el primer lugar, a María Clara Boada, quien ganó el Segundo lugar y a Bárbara Fierro y Antonella Barahona por haber empatado en el tercer lugar.

Parlamento

Semáforo de ropa

Por San Valentín los alumnos pudieron asistir un día sin uniforme. Quienes estaban buscando pareja fueron de azul, de rojo los amarrados, de verde quienes están en planes, de gris para los que es complicado, de blanco los solteros, de rosado a los que no les hacen caso, de morado quienes mientras más conocen el amor, más quieren a su perro, y de negro quienes solo tienen un amor, la farra.

Día de la mujer

Recuerda que el día de la mujer existe para conmemorar la lucha por la igualdad de género y para continuar con acciones que garanticen a las mujeres vivir libres de violencia.

Es por esto que por el día de la mujer realizamos entrevistas a mujeres del colegio, y subimos posts en Instagram con información sobre la fecha, para que todos sepan qué es lo que se conmemora en este día. Para ver estos posts y estas entrevistas tan interesantes, visita nuestra cuenta de Instagram: @parlamento_caq

La Codicia

Desde el 2016 el CAQ apoya a La Codicia, un pueblo muy pobre y pequeño en la costa del Ecuador. El 19 y 20 de marzo de 2022 un grupo de personas del colegio, entre ellos los miembros del parlamento estudiantil, visitaron la escuela Mariscal Sucre en La Codicia. Los visitantes pudieron apreciar los avances que se han hecho en la escuela y la comunidad.

La presidenta del parlamento estudiantil, Emilia Valderrábano, nos cuenta más a detalle sobre la visita.



Diseño por: Leonardo Naranjo



Cortesía de: Emilia Valderrábano

Parlamento



Emilia Valderrábano

En el 2016, después del terremoto en la costa del Ecuador, el Colegio Alemán Quito decidió apoyar la reconstrucción del Colegio Mariscal Sucre en La Codicia, provincia de Manabí. El terremoto destruyó el colegio casi por completo, los alumnos tuvieron clases en la plaza del pueblo por casi un año porque no existían los recursos para reconstruir esta escuela. A través de actividades voluntarias en el CAQ, como la Carrera Solidaria, en donde todos los alumnos recaudamos fondos, se consiguió una parte del dinero para la reconstrucción del Colegio Mariscal Sucre.

En marzo de este año tuve la suerte de poder visitar La Codicia. Fue muy impactante ver una realidad tan diferente a la nuestra en la que el contraste entre la infraestructura del colegio en La Codicia y la comunidad local es evidente. Lo que más me gustó es que la gente se involucra en mantener lo que se ha construido y mejorar sus condiciones de vida.

Después de 6 años de seguimiento a esta comunidad se han desarrollado varios proyectos. Se creó un laboratorio en donde los alumnos aprenden sobre la industrialización de productos alimenticios. Es un bachillerato técnico. Asimismo, los alumnos elaboran conservas con vegetales, pulpas de frutas y mermeladas con el nombre de MANJÜR.

Se empezó el proyecto de la instalación de

biodigestores para reducir la emisión de gases de efecto invernadero; esto ayuda a disminuir los contaminantes orgánicos en aguas residuales y mejora la calidad de vida de la gente de la comunidad.

Se está apoyando a las mujeres de la comunidad para que empiecen un emprendimiento de corte y confección con el fin de que obtengan un certificado en esta área y logren desarrollarse profesionalmente e independizarse económicamente.



Fotografía por parte de: Emilia Valderrábano

A pesar de que se ha ayudado muchísimo y las condiciones de educación de los niños y adolescentes mejoró, siempre hay vacíos que hay que ir llenando para lograr una comunidad autosustentable y autosuficiente. Nosotros, como Colegio Alemán, tenemos la oportunidad y el privilegio de involucrarnos más en el proyecto La Codicia y recordad que la mejor forma de agradecer a la vida es ayudando a otros.

-Emilia Valderrábano

Parlamento

Champions

Como todos los años, el parlamento organiza el evento deportivo "La Chamipons". Un torneo de fútbol que se divide en tres partes. La Mini Champions, La Champions y La Champions femenina. En La Mini Champions juegan equipos de las clases 7,8 y 9. Este año ganó el equipo Manchester United de la clase 9. ¡Felicitaciones!



Cortesía de: @parlamento_caq

El equipo ganador de La Mini Champions juega en La Champions contra las clases 10, 11, 12, los profesores y el personal de limpieza. Felicidades al equipo ganador de La Champions, Juventus.



Cortesía de: @parlamento_caq

En La Champions femenina participan todas las mujeres de secundaria, profesoras y personal de limpieza. Este año la victoria fue para el equipo PSG.



Cortesía de: @parlamento_caq

Coreografías

Todos los años el parlamento organiza el evento de las coreografías. Y después de dos años de pandemia regresa esta tradición. Las clases 9, 10, 11 y 12 preparan coreografías con una temática específica. Este año es mundo Disney. Los grupos preparan escenografía, bailes, música, disfraces y se preparan para el evento.

-Melissa Khamis

En forma y creativo

Música



Emilia Valderrábano

Cuando me preguntan qué significa la música para mí, pienso en una forma de expresar lo que siento sin necesidad de decirlo. Desde muy pequeña me he identificado con la música, he tocado el piano, la guitarra y me fascina cantar. Durante casi 12 años bailé ballet, pero lamentablemente por la pandemia tuve que parar. Ahora me dedico al canto y uno de mis sueños más grandes es poder cantar profesionalmente algún día. Cantar me permite ponerme retos y tratar siempre de superarme a mí misma. Creo que, cuando canto, logro demostrar todo lo que soy.

Ana Paula Padilla

La música es lo único que siempre ha estado para mí desde que tengo memoria. Poder expresar lo que siento sin la necesidad de hablar, es lo que lo hace tan especial. Cantar es algo que amo y que haría por siempre sin aburrirme.

Desde que soy pequeña siempre me he imaginado cantando frente a personas. Me encanta escribir canciones y tener la ilusión de que algún día, alguien va a escuchar lo que escribo y que se identifique con ello.

Hay muchas metas y aspiraciones que aún tengo por cumplir, siento que todavía no he logrado muchas cosas, pero sigo esforzándome y practicando para mejorar en el canto y en la composición de canciones.

Desde pequeña mi papá ha sido mi inspiración y lo admiro por el talento que tiene, él al igual que yo ama cantar. El poder compartir y aprender juntos de la música es algo que valoro enormemente.



José María Tamayo

Hay algo en mi vida que ya forma parte de mí desde hace mucho: se llama música. Eso que me mueve forma parte de mí desde muy pequeño, al ver a mi abuelo tocar la guitarra. Esos boleros que te hacían bailar pero con tristeza. Desde ese momento supe qué debía hacer con mi vida, la música me gusta porque con ella puedes expresar eso que tanto te cuesta decir, donde puedes ser tú mismo sin ser juzgado. Es lo que me gusta, hago beats diarios preparándome para mi EP porque simplemente me llena. Pienso que la música es una gran parte de mí, por no decir todo. He logrado sacar mi primera canción y otras 4 canciones a SoundCloud. Simplemente estuve esperando ese momento en donde quiero demostrarme a mí mismo y demostrarle al resto que, con dedicación, puedes hacer lo que te propongas. Básicamente me gustaría ser artista porque simplemente me gusta y me gustaría ser esa voz del pueblo que dice lo que el resto oculta adentro.



En forma y creativo

Arte

Edison Velasteguí

Mi nombre es Edison Velástegui y me gusta mucho dibujar, pintar, y toda forma de expresión artística.

Mi interés por la ilustración comenzó a mis 4 años, y desde entonces el arte ha sido mi herramienta para exteriorizar ideas y sentimientos. Al pintar o dibujar me siento calmado y relajado.

Es muy interesante y divertido experimentar con diferentes materiales y técnicas de dibujo, pintura y escultura, que pueden mezclarse y desarrollarse hasta encontrar una propia identidad artística.

A lo largo de este proceso he tenido maestros que me han enseñado técnica, pero más importante, a valorar y amar el arte.



Paisaje de pueblo de sierra (Óleo 2019)



Paisaje de loma (Óleo 2020)

En forma y creativo

Bárbara Fierro

A mí me ha interesado el arte desde que era pequeña. Siempre he tratado de participar en actividades artísticas para mantenerme entretenida y activa alimentando mi mente. Antes de la pandemia tomaba clases de arte todos los miércoles y jueves y fue gracias a mi profesora de arte que pude presentar algunos de mis cuadros en dos exposiciones. El arte es una parte muy especial e importante en mi vida porque es una forma de transmitir mis sentimientos, emociones y opiniones y poder conectar con otras personas que se sientan identificados con mi arte.

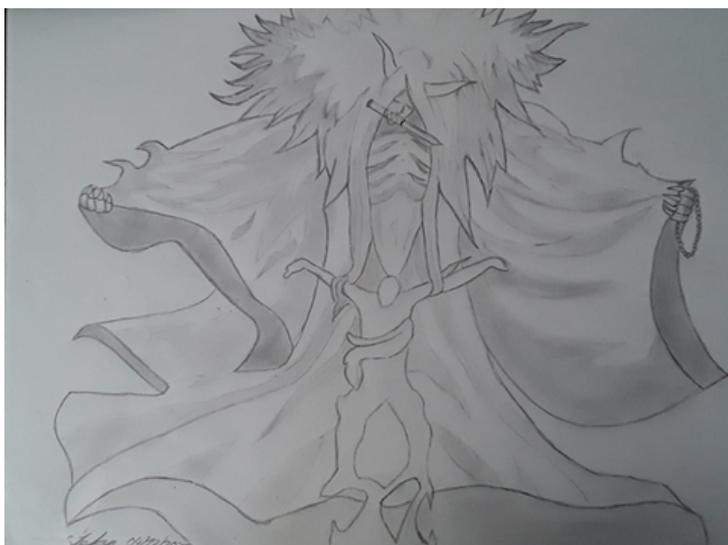


Stefan Álvarez

El arte puede ayudar a todos. Me llamo Stefan Álvarez y estoy en la clase 9D. Mi amor por el arte se desarrolló durante la pandemia. Normalmente, prefiero dibujar durante las vacaciones y en mi escritorio. Lo hago porque busco en Internet fotos y dibujos. Además, siempre necesito mucho tiempo para dibujar o pintar algo. También hago cuadros para regalar a familiares o amigos. El arte me ayuda a ser más creativo, paciente y tranquilo. En mi opinión, todo el mundo debería probar algún arte (como la música, la pintura, los cuentos, el teatro o la poesía).



En forma y creativo



Deporte

Joaquín Espinoza

¡Hola! Mi nombre es Joaquín Espinoza estoy en el 7D y soy nadador. Entreno natación desde hace 4 años. Entreno en el club oro y grana de natación en la piscina de Miraflores seis días a la semana de lunes a viernes de 16:30 a 20:00 y el sábado de 8 a 11 y los lunes y viernes también entreno en la madrugada de 5:00 a 6:30 mi entrenadora se llama Yainelis pero todos le decimos Tita. El anterior año logré entrar a los interprovinciales y este año mi meta es clasificar a competencias internacionales. Me encanta nadar porque cuando nado siento que todos mis problemas se van, y lo único que importa es nadar. Nadar me ayuda a desahogarme ya que cuando estoy estresado, enojado o triste dejo todo eso en la piscina. Además de esto nadar me ha ayudado a socializar más, tengo muchos amigos en la piscina gracias a esto no caí en depresión al inicio de la pandemia ya que tenía con quien socializar. También al hacer deporte puedo mantenerme saludable física y mentalmente. Además si llego a ser un gran nadador podré conseguir una beca para estudiar en USA o en Europa.



Joaquín Quevedo

A la edad de 7 años mis padres me inscribieron en clases de tenis junto con mi hermano. Enseguida descubrí mi gusto por ese deporte. Llevo entrenando seis años y ahora ya participo en torneos nacionales e incluso en un sudamericano. Entreno cuatro veces a la semana, tres horas al día, pero no lo considero un sacrificio, sino que es parte de mi rutina y me divierto mucho.

El deporte es parte de mi vida y me ayuda en muchos aspectos: para controlar mis emociones, para hacer nuevos amigos, para aprender a ganar y perder, para ser disciplinado y para utilizar mi tiempo libre en algo positivo. Si te interesa practicar un deporte ¡no dudes en intentarlo!



En forma y creativo

Deporte

Ariana Rueda

¡Hola! Mi nombre es Ariana Rueda, estoy en el 7A y tengo 13 años. Hago gimnasia desde los 6 años y entreno en una academia que se llama Gymfinity; practico martes y jueves de 6:30 pm a 9:00 pm. Mi mayor logro ha sido ir a Estados Unidos a competir y ganar primer lugar en salto y cuarto lugar en all around. Esta semana iré a Guayaquil a una competencia de ranking nacional, donde van los mejores gimnastas, y compites para saber en qué puesto estás a nivel nacional. Me gustaría quedar entre las tres primeras, y también me gustaría ir a más competencias internacionales. Mi mayor inspiración es una compañera llamada Isabella Domínguez, quien es muy buena en gimnasia y ella siempre me apoya. Mucha gente piensa que la gimnasia es fácil, pero a veces es muy frustrante, y no es tan fácil como creen, pero las cosas salen mejor cuando lo practicas con constancia. Entreno gimnasia desde pequeña, y es algo que me gusta mucho, y no he dejado de hacerlo. El deporte es muy importante porque ayuda a tener una mente y cuerpo sano.



Otros

Anahí Caiza

Hola, yo soy Anahí Caiza y actualmente soy parte del noveno E, en este texto les comentaré sobre uno de mis hobbies, la escritura.

Empecé a escribir a los seis años de edad. Mi profesora nos había asignado crear una historia propia durante la hora de castellano, por lo que así lo hice, la sensación que me produjo expresar sentimientos y crear situaciones irreales y a su vez fantásticas en aquel cuento fue de completa satisfacción y alegría, por lo que sigo escribiendo hasta el día de hoy.

El lugar en el que prefiero escribir es en mi propia casa, ya que lo considero un proceso muy privado en el que cometo muchos errores. No tengo un horario fijo para la creación de mis historias, ya que me suelo tardar mucho en pensar en un concepto, personajes, situaciones y problemáticas para ellas, pero me aseguro de escribir un poco siempre que tengo la posibilidad.



En forma y creativo

Nua Nyffeler

Hola, soy Nua Nyffeler y soy parte del Hochleister Deutsch. Como parte de esto, este año decidí crear un podcast como mi proyecto. El motivo es que quería profundizar en un aspecto del lenguaje "hablado" y, por supuesto, desafiarme a mí misma. Llevo trabajando en él desde el inicio del año escolar y puedo informarles de que por fin ha salido el primer episodio.

El tema del podcast es algo que me fascina personalmente: los cristales y las piedras preciosas. En mi primer episodio, me gustaría introducir a mis oyentes en el tema un poco y cubrir las cosas principales del mismo. Para todos los que compartan mi fascinación, y por supuesto para los que espero se hayan interesado, pueden encontrarlo bajo este enlace:

<https://open.spotify.com/show/4X55pVSDRPtWIKlvMSJFP>



¡Sigue Adelante!

Por un mejor futuro

"Quien lucha puede perder. Quien no lucha, ya perdió". (Bertolt Brecht)

"No se puede cruzar el mar simplemente mirando el agua". (Rabindranath Tagore)

"Si puedes imaginarlo puedes lograrlo". (Walt Disney)

"No está en las estrellas mantener nuestro destino sino en nosotros mismos ". (William Shakespeare)

"Sé la heroína de tu vida, no la víctima". (Nora Ephron)

"Para ser irremplazable, un debe buscar siempre ser diferente". (Coco Chanel)

"La manera más común en la que la gente renuncia a su poder es pensando que no lo tienen". (Alice Walker)

"Es difícil encontrar la felicidad dentro de uno mismo, pero es imposible encontrarla en otro lugar". (Artur Schopenhauer)

"Quien tiene verdadera autoridad no teme admitir errores". (Bertrand Russell)

"No te fijas demasiado en los demás. Esto suele desmotivar más que inspirar. Establece tus expectativas y los objetivos en los que te encuentras". (Dr.Martin Krenzel)

"Que ella sea guapa no significa que tú no lo seas". (Anónimo)

"Sé tu mejor amigo".

Somos más bellos cuando no queremos complacer a nadie.

Playlist

- Soy Yo (Bomba Esteréo)
- Vivir Mi Vida (Marc Anthony)
- Born This Way (Lady Gaga)
- Fell This Moment (Pitbull, Christina Aguilera)
- On Top Of The World. (Imagine Dragons)
- Wake me up (Avicci)
- La Gozadera (Gente de Zona, Marc Anthony)
- Let´s Get Loud (Jennifer Lopez)
- I Wanna Dance with Somebody (Whitney Houston)
- Motivation (Normani)
- We Are The Champions (Queen)
- Firework (Katy Perry)
- Not Afraid (Eminem)
- Don´t Worry Be Happy (Bobby McFerrin)
- El Mundo Es Mío (Bad Bunny)
- Pa´Lante (Alex Sensation, Anitta, Luis Fonsi)
- Can´t Hold Us (Macklemore & Ryan Lewis)
- Bichota (Karol G)
- Candy (Robbie Williams)

-Natalie Pohl

Para curiosos

La Tierra. El planeta en el que los animales, las plantas, los hongos y otros seres vivos encuentran su hogar. El planeta que se compone de una variedad de ambientes como desiertos, montañas, océanos o el suelo normal en el que vivimos. El planeta que los humanos llamamos hogar. ¿Crees que conoces el camino? ¿Buenas notas en Geografía o Biología, todavía hoy o en el pasado? Puede que cambies de opinión después de leer esto. He aquí 8 datos sobre la Tierra que probablemente nunca hayas oído antes.

1. El Himalaya está creciendo

En Geografía, no sólo se aprende sobre los distintos continentes, sino que también se habla de las placas tectónicas. En ella, la tierra está dividida en diferentes placas que siempre están en movimiento, aunque sea mínimo. La placa india se mueve hacia la placa euroasiática desde hace unos 50 millones de años. Como este movimiento aún no ha terminado, el Himalaya crecerá un poco más.

2. El punto Nemo está más cerca de los astronautas que de tierra firme

Se trata de un punto del Océano Pacífico al que es muy difícil llegar. La razón es simplemente su ubicación, ya que el punto está a 2.688 km del continente, que es la distancia más corta. En cambio, los astronautas que orbitan la Tierra desde la estación espacial, están a sólo 415 km del punto.

3. El mayor ser vivo es una seta

Los dinosaurios, las ballenas azules y otros animales empequeñecen ante este hongo. 1.500 años de antigüedad, 150.000 metros cuadrados de superficie y 100 toneladas de peso. Así de

grande era el hongo que se encontró en Estados Unidos en 1992. Así que Hallimasch puede llegar a ser gigantesco. Además, se supone que este espécimen de Estados Unidos ni siquiera es el más grande.

4. Los ñus o los renos no son los mayores mamíferos migratorios

De hecho, varios millones de murciélagos frugívoros van y vienen entre Zambia y el Congo. Puede que otros animales los superen en peso, pero en número los murciélagos de la fruta sin duda ganan.

5. El sol y la luna pueden tener el mismo tamaño

Durante el eclipse solar, ambos tienen en realidad el mismo tamaño. Pero esto sólo es cierto en parte, porque el sol sigue siendo 400 veces más grande que la luna. Pero es porque el sol también está 400 veces más lejos. Así que esto se equilibra y ambos parecen ser del mismo tamaño.

6. Ecuador tiene la montaña más alta del mundo

Todo el mundo habla del Monte Everest, la montaña con una sorprendente altura de 8.848, 86 m. Pero, ¿sabías que el Chimborazo (6263m) es la montaña más alta del centro de la tierra? En definitiva, el Chimborazo es más alto que el Everest.

7. El Sahara es solo el mayor desierto de arena

En teoría, el Sáhara no es el mayor desierto, ya que los desiertos también pueden estar formados por grava, piedra o hielo. Los desiertos de hielo del Ártico y la Antártida son, por tanto, más grandes que el desierto de arena del Sahara. Esto coloca al Sahara en el tercer lugar.

Para curiosos

8. Mecklemburgo-Pomerania Occidental es más pequeña que una explotación ganadera

Anna Creek Station, una explotación ganadera de Australia con 23.677 km², es ligeramente mayor que Mecklemburgo-Pomerania Occidental, con 23.174 km².

-Anna Hu

Erdkunde mit Pep: 14 unerwartete geographische Fakten über die Erde. (o.D.)
<https://www.genialetricks.de/geo-fakten/> (abgerufen am 18. Mai 2022)

Drake, N. (o.D.) 10 Seltsame Fakten über die Erde, die ihr (vermutlich) noch nicht kennt. <https://www.nationalgeographic.de/wissenschaft/10-seltsame-fakten-ueber-die-erde-die-ihr-vermutlich-noch-nicht-kennt> (abgerufen am 18. Mai 2022)

212 unglaubliche Fakten über die Erde. (o.D.)
<https://onlyfunfacts.com/de/fakten/fakten-uber-erde/> (abgerufen am 18. Mai 2022)

Para divertirse

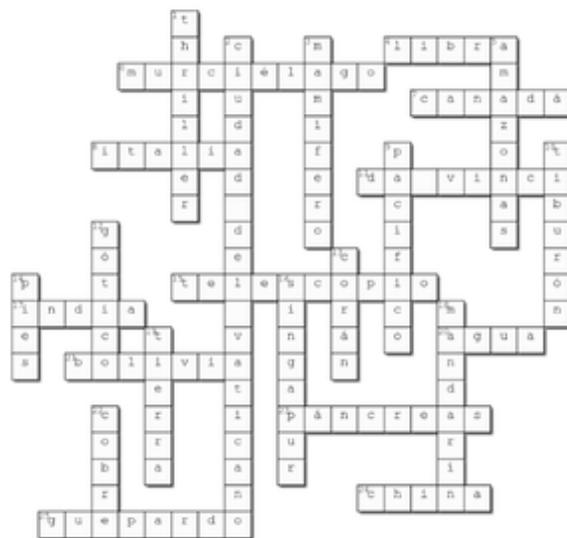
Sopa de letras

A Pepe le interesa mucho el cuerpo humano y sus partes. Su profesora de biología le ha dado una lista de órganos y una sopa de letras. ¿Puedes ayudar a Pepe a encontrar los siguientes órganos en la sopa de letras?

B	K	N	A	A	N	Q	Ú	P	Á	Q	P	N	Í	G	Y	D	B	V	G
B	I	P	C	C	A	R	T	Á	D	L	P	U	P	I	E	H	B	O	B
K	Ñ	L	M	L	H	M	C	N	A	U	L	U	P	N	C	Í	L	K	A
N	H	Í	G	A	D	O	M	C	Ñ	S	W	Q	D	W	O	G	Y	L	Z
Ó	T	I	Z	Ú	A	J	E	R	T	O	E	I	Z	X	R	A	E	O	T
Ñ	Ó	U	S	G	T	O	S	E	C	B	G	K	S	P	A	S	M	Ñ	F
I	U	Z	Í	É	V	H	H	A	F	P	G	P	E	F	Z	F	J	L	Ñ
R	Y	K	H	T	D	S	D	S	L	C	I	E	S	T	Ó	M	A	G	O
T	M	U	S	R	C	E	R	E	B	R	O	E	X	Y	N	M	E	H	X
A	M	V	Á	G	B	P	H	R	S	R	Ñ	H	L	N	H	U	Y	A	F
K	Z	Í	R	M	K	É	U	L	C	S	W	V	P	Í	X	F	N	Q	M
K	B	J	H	U	E	T	M	L	J	D	Y	C	Á	H	U	E	S	O	S
I	A	V	Ñ	Ó	Z	P	V	M	M	J	Ñ	V	D	Í	W	J	E	A	F
R	Z	E	A	A	Z	I	V	E	V	Ó	F	N	C	Ñ	T	E	C	V	Y
A	O	J	K	N	G	A	P	Ñ	I	T	N	P	X	N	O	L	S	Q	W

- Hígado
- Estómago
- Cerebro
- Ojo
- Piel
- Páncreas
- Bazo
- Pulmón
- Corazón
- Huesos
- Riñón

Respuestas de la anterior edición:



Para divertirse

Palabra secreta

Pepe no recuerda dónde dejó su celular. ¿Puedes ayudarlo a encontrarlo respondiendo las siguientes preguntas y descubriendo la palabra secreta?

¿En qué país se encuentra la ciudad más poblada del mundo?

_____ N _____

¿Qué país es el creador de la pólvora y la brújula?

_____ C _____

¿Cuál fue la primera película de habla no inglesa en ganar el premio a "mejor película" en los Oscars?

_____ P _____

¿Cuál es el nombre del dios griego del vino?

_____ S _____

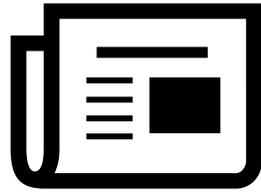
Aparte de la narración y el drama, ¿qué otro género literario existe?

_____ L _____

¿Cómo se le conoce a aquella partícula del átomo que no posee carga alguna?

_____ T _____

Pepe dejó su celular en el:



**Periódico
Estudiantil**

Im Blickpunkt

**Edición
II**

De estudiantes para estudiantes

Personas en foto:

Editorial:

Melissa Khamis, Rafaela Reyes, Anna Hu, Tamara Rohr, María Caiza, Alejandro Palacios, Doménica Hadweh, Yara Velasco, Felipe García, Nua Nyffeler, Martín Khamis, Joaquín Sáenz, Leonardo Naranjo, Miguel Barcia

Sumergido:

María Paula Merizalde, Daniela Moral, Sarah Segovia, Maria Eulalia Calbetó, Analía Ávalos, Luciana Terán, Manuela Cabrera, Sofía Villacreses, Daniella Gonzabay, Agustina Chiriboga, David Garcia, Santiago Proaño, Patricia Mancero, Amelia Cordova

Importante y actual:

Gesche Johannknecht, Carina Butz, Stefan Álvarez, Anahí Caiza, María Caiza, Felipe García, Melissa Khamis, Rafaela Reyes, Doménica Hadweh, Doménica Guerrero, Anna Hu, Anni Hu, Emilio Escobar, Mathias Federico Marchan , Alicia Rudolph , Yolanda John, Nicole Calero, María Emilia Buendía, Isaac Borax, Antonella Barahona, Juliana Correa, Tomás Granda, Emilio Guerrero

Parlamento:

Tomás Granda, Natalia Pinto, Estefan Vela, Gabriel del Hierro, Gael Ruales, Nicolás Vivanco, José Salcedo, José Ignacio Montenegro, José Antonio Aguirre, Joaquín Jimenez, Juan José Freile, Matías Montalvo, Nils Arias, David Cobos, Santiago Pinto, Teodoro Kliche, Antonio Kliche, Mateo Burbano, Tomás Alvarado, Hans Schmiedl, Joan Beckman, Christopher Zehnle, Juan Esteban Jaramillo, David Vaca, Paolo Bertini, Martín Sánchez, Maike Hesse, Giuliana Ponce, Paula Badillo, Ana Paula Obando, Paulette Aldás, María José Pinos, Rafaela Albán, Camila García, Maria Emilia Yandún, Hope Borgmann, Valentina Ortiz, Valentina Mejía, Fabiana Guerra, Heliana Fernández, Mikaela Balarezo

¿Qué tienes que contar?

¡Acompáñanos en las siguientes ediciones!

Contáctanos a través de: schuelerzeitung@caq.edu.ec

Diseño del periódico por: Leonardo Naranjo