

VERBA VOLANT

JUNIO DE 2024 IES LOS SAUCES. BENAVENTE. ZAMORA/ NÚMERO

NÚMERO ESPECIAL JUNIO 2024

ALUMNOS/AS 1º BACH. BSE1/BSD1



PLAN DE VIAJE:

ITALIA



La Costa Amalfitana, situada en la región de Campania al sur de Italia, es uno de los destinos más bonitos del Mediterráneo, conocido por sus playas, su historia y su gastronomía. Si quieres visitarla, aquí tienes una ruta de 4 días con la que podrás ver algunos de los lugares más destacados de este encantador paraíso.



SORRENTO

DÍA 1

Sorrento se encuentra frente al golfo de Nápoles en la península Sorrentina. Está situada sobre acantilados que separan la ciudad de sus puertos deportivos. Es famosa por sus vistas al mar y su centro lleno de vida e historia. ¿Qué ver en Sorrento? Marina Grande (un pequeño y antiguo puerto de pescadores), Vallone dei Mulini (un valle lleno de naturaleza) o La Catedral de Sorrento (un monumento repleto de arte).

DÍA 2

Positano es una localidad situada junto a un gran acantilado. Sus calles son muy empinadas y están repletas de tiendas, casas coloridas y cafeterías. Es recomendable llevar calzado cómodo, ya que la ciudad tiene unos 8000 escalones aproximadamente. ¿Qué ver en Positano? Sentiero degli Dei (una preciosa ruta de senderismo), Spaggia Grande (la playa principal de Positano), Torres Sarracenas (construcciones llenas de historia) o la Chiesa di Santa Maria Assunta (una iglesia con una cúpula cubierta de azulejos).



POSITANO

DÍA 3

Amalfi se sitúa en la orilla del golfo de Salerno. Es la principal ciudad de la Costa Amalfitana y está repleta de flores y viñas que adornan los callejones y pasadizos del centro. Cuenta la leyenda que su fundación fue un tributo de amor que Hércules dedicó a su amada Amalfi, cuyos ojos eran azules como el mar. ¿Qué ver en Amalfi? La Catedral de Sant'Andrea (el monumento de mayor atractivo de la ciudad), Pasticceria Pansa Amalfi (la pastelería más famosa de la Costa Amalfitana) o Capri (una isla que se puede visitar en una excursión en barco).



AMALFI

DÍA 4

Ravello es una ciudad de la provincia de Salerno. Está situada en lo alto de una colina, a más de 300 metros sobre el mar Tirreno. Es conocida como «città della musica» (la ciudad de la música) por su famoso Festival Internacional de Música. También destaca por la belleza de su casco antiguo medieval. ¿Qué ver en Ravello? Villa Rufolo (una villa con enormes jardines florales), Villa Cimbrone (una villa con increíbles vistas al mar) o el Auditorio Oscar Niemeyer que está construido sobre un acantilado.



RAVELLO

CLAUDIA FURONES BSD1

/ MES JUNIO 2024 // NÚMERO / NOTICIA

**VERBA
VOLANT**



MET GALA 2024

La met gala un evento benéfico de moda celebrado el pasado lunes 6 de mayo en el Museo Metropolitano de arte en Nueva York



La Met Gala 2024 ha dejado una marca inolvidable en el mundo de la moda y la cultura contemporánea, fusionando audacia, creatividad y tecnología en una noche deslumbrante que supera las expectativas. Este evento anual, conocido por su extravagancia y su capacidad para desafiar los límites de la moda, se ha convertido en un escaparate para la creatividad sin restricciones, atrayendo a los más influyentes diseñadores, celebridades y visionarios de la industria.

Una de las destacadas tendencias de la noche fue la incorporación de la tecnología en la moda de alta costura. Los diseñadores colaboraron con ingenieros y expertos en tecnología para crear prendas interactivas. Además de la moda innovadora, la Met Gala 2024 también sirvió como plataforma para abordar temas importantes, como la sostenibilidad y la inclusión en la industria de la moda.

Con la temática de la naturaleza y la sostenibilidad, varios diseñadores presentaron colecciones creadas con materiales reciclados o técnicas de producción ecosostenibles, destacando la importancia de la responsabilidad ambiental en la moda contemporánea. Celebridades de todo el mundo acudieron a este evento para ser vestidos por grandes marcas prestigiosas y así recaudar dinero para el instituto de la moda.

La Met Gala no solo es un evento de moda, sino también un escaparate para la creatividad y la expresión artística en todas sus formas. Desde la arquitectura impresionante del Museo Metropolitano hasta las actuaciones en vivo de artistas destacados, la Gala ofrece una experiencia multisensorial que supera los límites de lo convencional. Es un homenaje a la brillantez y la audacia de la moda y la tecnología, fusionando lo tradicional con lo innovador en una celebración única de la creatividad humana.



COMO ACCEDER

Entrar en la Met Gala es un privilegio reservado para aquellos que son invitados directamente por el presidente del evento, el editor jefe de Vogue, Anna Wintour, junto con un comité selecto.

Las invitaciones son extremadamente exclusivas y se envían a figuras destacadas en la industria de la moda, el entretenimiento, el arte y la cultura, así como a personalidades influyentes y filántropos.

La imagen que encontramos a la izquierda se trata de Anna Wintour

NOS VAMOS A *BUDAPEST*

Durante el pasado mes de abril los alumnos de primero de bachillerato realizaron su viaje de fin de curso, en el que pasaron cinco apasionantes días en la capital de Hungría.

Tras su llegada a la ciudad visitamos diferentes puntos turísticos iluminados de noche, como los puentes que cruzan el río Danubio y conectan las antiguas ciudades de Buda y Pest; o el monumento a la orilla de este en honor a los judíos fallecidos durante la Segunda Guerra Mundial, los cuales eran atados y tirados al río para morir ahogados en este.

SEGUNDO DÍA

Tras pasar la primera noche allí, nos dispusimos a conocer más sobre Budapest y con una guía que nos acompañó durante toda la mañana visitamos varios monumentos



El primero de ellos fue la "Plaza de los héroes", de la que estuvimos conociendo su historia y estatuas. Más tarde nos dirigimos a un parque en el que pudimos ver un castillo de película y una de las muchas mini estatuas que se encuentran dispersas por la ciudad. También visitamos el barrio judío, dónde pudimos ver su sinagoga y las marcas de por donde pasaba antiguamente la muralla que dividía la ciudad del gueto. Al final del día realizamos un crucero por el río Danubio de noche, se veían las dos partes de la ciudad preciosas.

TERCER DÍA

Durante nuestro segundo día completo en la Budapest hicimos una visita al parlamento, uno de los más grandes del mundo. Después pasamos todo el día viendo los diferentes monumentos que hay al otro lado del río, en Buda. Allí vimos el castillo de buda, la iglesia de Matthias o el bastión de los pescadores entre otros monumentos y, para finalizar, regresamos a Pest. Tras haber visitado por la mañana el mercado central, terminamos nuestro día con unas espectaculares vistas desde la noria de Budapest.



Por: Amaya Tapioles

NOS VAMOS A ***BUDAPEST***

CUARTO DÍA

Durante nuestro tercer y último día completo en la ciudad, por la mañana fuimos directos a la zona en la que se encuentra el balneario más grande de la ciudad. En las primeras horas del día realizamos una visita a un zoo cercano a este, en el que pasamos la mañana entre adorables animales. Salimos de este para ir a comer y, más tarde, pasar al balneario. En las primeras horas de la tarde entramos al balneario, donde disfrutamos mucho entre los cientos de piscinas diferentes en las que pudimos entrar. Para finalizar el día regresamos a la zona más céntrica y terminamos de ver los monumentos que nos quedaban iluminados de noche ya que era nuestra última noche allí.



QUINTO DÍA:

REGRESAMOS

A pesar de ser nuestro día de regreso, aún pudimos disfrutar de nuestras últimas actividades allí y, por la mañana, acudimos al Museo de las Ilusiones, donde nos lo pasamos muy bien viendo cómo cambian las cosas desde las diferentes perspectivas. Tras esta visita realizamos nuestras últimas compras antes de irnos y, esa misma noche, llegamos de nuevo a Benavente con nuestro corazón lleno de felicidad y de recuerdos que seguro no olvidaremos nunca. Ha sido una gran experiencia en la que todos hemos disfrutado mucho y de la que nos llevamos mucho aprendizaje y conocimiento para el resto de nuestras vidas.



Por: Amaya Tapioles

LA IMPORTANCIA DE LA SALUD MENTAL

La salud mental es un aspecto crucial para todos nosotros, ya que afecta cómo pensamos, sentimos y actuamos en nuestra vida diaria. A menudo, cuando hablamos de salud, nos centramos únicamente en el aspecto físico, pero la salud mental es igual de importante y merece la misma atención. Tener una buena salud mental nos permite enfrentar el estrés, relacionarnos positivamente con los demás y tomar decisiones saludables. Además, influye en cómo manejamos las emociones, nos adaptamos a los cambios y enfrentamos los desafíos cotidianos. Ignorar la salud mental puede llevar a una disminución en la calidad de vida y afectar negativamente nuestra salud física. Por lo tanto, es esencial reconocer su importancia y tomar medidas para mantenerla y mejorarla continuamente.



¿QUÉ ES LA SALUD MENTAL?

La salud mental incluye nuestro bienestar emocional, psicológico y social. Afecta la forma en que pensamos, sentimos y actuamos cuando enfrentamos la vida. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones. La salud mental es importante en todas las etapas de la vida, desde la niñez y la adolescencia hasta la adultez y la vejez.



¿QUÉ SON LOS TRASTORNOS MENTALES?

Los trastornos mentales (o enfermedades mentales) son afecciones graves que pueden afectar la manera de pensar, su humor y su comportamiento. Pueden ser ocasionales o de larga duración. Pueden afectar su capacidad de relacionarse con los demás y funcionar cada día. Los problemas mentales son comunes, muchos estadounidenses serán diagnosticados con un trastorno mental en algún momento de su vida. Sin embargo, hay tratamientos disponibles. Las personas con trastornos mentales pueden mejorar y muchas de ellas se recuperan por completo.

SEÑALES DE PROBLEMAS DE SALUD MENTAL

- Cambios en el apetito o los hábitos de sueño
- Pérdida de interés en actividades que antes disfrutábamos
- Sensación persistente de tristeza o ansiedad
- Dificultad para concentrarse
- Aislamiento de amigos y familiares
- Cambios drásticos en el comportamiento o el estado de ánimo



LUCÍA MUÑIZ MARTÍNEZ – BSDI

LUGARES LOCALES PARA VISITAR

En Zamora tenemos varios lugares conmemorables y dignos de visitar.

En primer lugar, la **Catedral de Zamora**, esta catedral románica del siglo XII es conocida por su cúpula bizantina y su hermoso claustro la cual puedes visitar todos los días. Cuando entras en la catedral, puedes ver cómo la luz entra por las ventanas y crea un ambiente muy especial. Dentro de la catedral, hay muchas cosas bonitas para ver. Hay altares decorados, esculturas y pinturas antiguas. También puedes ver el coro y el órgano, que son muy impresionantes. La catedral también tiene una torre desde la que puedes tener vistas espectaculares de la ciudad y del río Duero. Subir a la torre es una experiencia que no te puedes perder si visitas la catedral.

El **Castillo de Zamora** está situado en una colina con vistas al Duero, ofrece unas hermosas vistas panorámicas de la ciudad y el río. El castillo de Zamora es un lugar increíble que vale la pena visitar. Este castillo tiene muchos años de historia y es muy importante para la ciudad. Fue construido en la Edad Media y ha sido testigo de muchas batallas y eventos históricos. Cuando visitas el castillo, puedes caminar por sus antiguas murallas y subir a las torres. Desde allí, tienes unas vistas espectaculares de la ciudad y del río Duero. Es un lugar perfecto para tomar fotos y disfrutar del paisaje. Dentro del castillo, puedes explorar sus pasillos y patios. También hay exposiciones y muestras que te enseñan más sobre la historia del castillo y de Zamora. Es como un viaje al pasado, donde puedes aprender mucho y divertirte al mismo tiempo.

El **Puente de Piedra** es un puente medieval que cruza el río Duero, ofreciendo una vista pintoresca. Es un lugar maravilloso para visitar. Este puente es muy antiguo, tiene más de 900 años de historia. Cuando caminas por el puente, puedes imaginar cómo era la vida hace muchos años. Es un lugar perfecto para tomar fotos y disfrutar de un paseo tranquilo. Visitar el puente de Zamora es una manera de conectar con la historia y disfrutar de la belleza natural y arquitectónica del lugar.

Iglesia de San Juan de Puerta Nueva: Otro magnífico ejemplo de la arquitectura románica en Zamora. Es una iglesia antigua y hermosa que fue construida hace muchos siglos, en el siglo XII. Su arquitectura es impresionante. Una de las cosas más bonitas de esta iglesia es su fachada, que tiene una gran puerta de estilo románico y un rosetón que se ve muy bonito, especialmente cuando el sol lo ilumina. Además, dentro de la iglesia, puedes ver tallas de madera y esculturas antiguas que son muy interesantes.

Museo de Semana Santa: Exhibe una impresionante colección de figuras y objetos utilizados en las celebraciones de Semana Santa. Es un lugar muy interesante que muestra la rica tradición de la Semana Santa en la ciudad. Esta celebración es muy importante en Zamora y tiene una historia muy larga.

Cuando visitas el museo, puedes ver muchas cosas bonitas y únicas. Hay trajes, estatuas y objetos que se usan durante las procesiones de Semana Santa. Estas procesiones son desfiles religiosos muy emocionantes y ver los objetos en el museo te ayuda a entender mejor esta tradición.

El museo también tiene fotos y vídeos que muestran cómo se celebra la Semana Santa en Zamora. Puedes aprender mucho sobre la historia y el significado de esta celebración. Es una experiencia educativa y fascinante. Además, el museo está en un edificio antiguo y bonito.

PUEBLOS Y ALREDEDORES

Toro: Este encantador pueblo es famoso por su vino y su Colegiata de Santa María la Mayor, una joya románica del siglo XII. Uno de los lugares más importantes para visitar, una iglesia muy antigua y bonita con una impresionante portada y vistas increíbles desde su torre.

La ciudad es conocida por sus bodegas, donde puedes probar vinos deliciosos y aprender sobre su producción. Pasear por las calles de Toro es muy agradable. Hay muchas plazas, calles empedradas y edificios históricos. Además, la ciudad tiene un ambiente tranquilo y acogedor.

Puebla de Sanabria: Un pueblo medieval con un castillo bien conservado y un casco antiguo encantador. Es la puerta de entrada al Parque Natural del Lago de Sanabria. Uno de los lugares más impresionantes para visitar es su castillo, que ofrece vistas espectaculares de la ciudad y del paisaje alrededor. El casco antiguo de Puebla de Sanabria es muy pintoresco, con calles empedradas, casas de piedra y balcones de madera.

La iglesia de Nuestra Señora del Azogue es otra visita obligada. Esta iglesia es muy antigua y tiene una arquitectura muy bonita.

Puebla de Sanabria también es conocida por su entorno natural. El cercano Parque Natural del Lago de Sanabria es perfecto para disfrutar de la naturaleza, hacer senderismo y relajarse junto al lago, es el único lago de origen glaciar de la península ibérica.

Benavente: Destaca por su patrimonio histórico, incluyendo la Iglesia de Santa María del Azogue y el Parador de Turismo, un antiguo castillo convertido en hotel. Uno de los lugares más destacados para visitar es el Castillo de la Mota, una impresionante fortaleza que domina la ciudad y ofrece vistas panorámicas increíbles.

El casco antiguo de Benavente es muy pintoresco, con calles estrechas y plazas con gente. La Iglesia de Santa María del Azogue es una visita obligada, con su impresionante fachada y su interior decorado con obras de arte.

Villafáfila: Las Lagunas de Villafáfila son un importante refugio para aves acuáticas y una reserva natural ideal para el avistamiento de aves. Visitarlas te permite disfrutar de la belleza natural y observar aves en su hábitat natural.

El paisaje que rodea las lagunas es hermoso y ofrece oportunidades para hacer caminatas y disfrutar del aire libre.

EL FÚTBOL FEMENINO EN AUMENTO



Lo que antes era inimaginable, ahora es algo mucho más normal.

El fútbol femenino ha cobrado vida de una manera increíble, cada vez hay más niñas queriendo ser parte de ello y los equipos en los pueblos van creando clubs femeninos en los que se va viendo como hay más gente esperando de la que pensábamos.

Los equipos españoles cada vez son más grandes y al tomar fama las niñas quieren ser como ellas, por ejemplo, el Barça femenino está teniendo un nivel increíble estos últimos años, llegando a ganar Champions y Liga Española, como el año que fue campeona de Europa y este año va por el mismo camino, pero todavía no se ha jugado la final, hace poco ganó la Copa De La Reina.



Ahora mismo es uno de los equipos más temidos de Europa junto al Real Madrid que no está tan arriba como el Barcelona, pero tampoco se le separa mucho.

Ahora es emocionante ver cómo hay tantos equipos buscando eso, como en mi pueblo que este año el Racing Benavente a formado un equipo femenino el cual ha logrado bastantes cosas esta temporada y quiere todavía llegar a más, esta idea le ha gustado mucho al otro club del pueblo, el CD Benavente y está organizando poder sacar otro equipo femenino.



Espero que sigan formándose muchos más equipos femeninos en todo el mundo y conseguir algo muy importante.

DEL IES LOS SAUCES A LAS CORTES

Durante este curso nuestro instituto ha tenido el privilegio de participar en la VII edición de la Liga de Debate en la categoría B, que pertenece a los alumnos que cursen 1ºBach. Consiste en un programa educativo que tiene la finalidad mejorar las destrezas de oratoria. La mayor dificultad de este proyecto es que hasta tan solo 10 minutos antes de debate, no conoces la postura que vas a defender, ya sea a favor o en contra. La pregunta que teníamos que defender era <<¿La IA es un recurso positivo en educación>>.

En el debate solo hay dos equipos que se enfrentan. Empezará el equipo que este a favor con una exposición inicial, a continuación lo hará el equipo en contra. Le seguirán dos turnos de refutaciones, ambos los empezará el equipo a favor y serán respondidos por el equipo en contra, durante estos turnos el equipo rival puede plantear diversas preguntas. Por último, el equipo en contra concluirá el debate y lo último que se escuchará será la conclusión del equipo a favor. Tanto la introducción como la conclusión, duran 3 minutos. En cambio, las refutaciones duran 4 minutos. Este programa se divide en dos fases: en primer lugar, hay una fase provincial y el ganador de esta representará a su provincia en la fase autonómica.

El equipo que representó a los Saucos estaba conformado por: Nuño Guerra, Rodrigo Vega, Carlos Otero, Keila Feliz y por mí, Candela Jáñez. En todo momento, estuvimos acompañados por nuestro profesor, Sergio Fuertes.



Llegaba el mes de noviembre y el equipo ya estaba hecho. Así que no quedaba otra que empezar a preparar todo. Tras una primera reunión donde expusimos nuestros puntos de vista. Comenzamos a buscar y contrastar información, para que justo antes de Navidad pudiéramos tener una reunión en la que ya tengamos una idea clara de como íbamos a llevar estructurado el debate.



Desde navidad ya comenzamos a estructurar discursos y posibles refutaciones a los argumentos que nos podría ofrecer el equipo rival. Tras tardes y tardes ensayando, buscando información o incluso debatiendo entre nosotros. Llegaría el día 7 de marzo, nuestra primera prueba de fuego, que sería la fase provincial. En un primer momento, nos dijeron que seríamos cuatro equipos, en cambio, allí en nuestra categoría, solo nos presentaríamos el IES León Felipe y nosotros, por tanto, solo habría un debate. Los nervios estaban a flor de piel y como se nos afirmó, 10 minutos antes del debate, salió que la postura que íbamos a defender era la postura EN CONTRA. Tras esos minutos de nervios daría comienzo el debate. Del cual tuvimos muy buenas sensaciones y quedamos satisfechos por nuestro gran trabajo. Poco después, el jurado deliberaría y otorgaría al Instituto los Sauces como representante de la provincia de Zamora en la categoría de Bachillerato.

La fase autonómica sería en las Cortes de Castilla y León, así que tocaba revisar, ensayar y buscar nueva información porque las Cortes nos esperaban. Llegó el día 26 de abril y con las ganas de algo inédito para nosotros, mostrar nuestros argumentos desde salas donde normalmente lo hacen los políticos. Allí nos encontraríamos con todos los ganadores provinciales de cada provincia de Castilla y León. Aquí habría un sorteo del cual saldrían tres equipos con tres provincias cada uno, el ganador de estos equipos junto con el mejor segundo conformarían las semifinales y los ganadores de esta pasarían a la final.

En relación al sorteo, si tenías el número 1, participarías en el primer debate a favor y en el segundo en contra. Si tenías el número 2, estarías en contra en el primer debate y a favor en el tercero. Con el número 3,



defenderías la postura a favor en el segundo debate y en contra en el tercero. A nuestro instituto le tocó el número 1 y primero se enfrentó con su postura a favor a la provincia de Valladolid y luego con su postura en contra a la provincia de Soria.

Aunque el jurado otorgó la victoria a Valladolid, podemos decir que ha sido una experiencia inolvidable y que la repetiríamos. Conocer a gente de tu misma edad y que tiene las mismas inquietudes que tú, es algo muy bonito. Aconsejaría a todo el mundo que tuviera la posibilidad de presentarse que se presente. Vas a llevarte experiencias increíbles y no solo es el momento de llegar allí, también se disfruta mucho del proceso. Es una experiencia 100% que jamás vas a olvidar.



La MetGala 2024

Una noche de moda y vanguardia.

La MetGala, uno de los eventos más esperados en el mundo de la moda y el entretenimiento, no defraudó en su edición de 2024. La gala, que tuvo lugar en el famoso Museo Metropolitano de Arte de Nueva York, reunió a algunas de las personalidades más influyentes de la industria del entretenimiento, la moda y la cultura.



Bajo el tema "Futurismo Reimaginado", la MetGala 2024 deslumbró a los asistentes con una exhibición de moda vanguardista y futurista. Los invitados, desde estrellas de cine hasta iconos de la música y la moda, desfilaron por la alfombra roja luciendo creaciones únicas y extravagantes, diseñadas por algunos de los nombres más destacados en la industria de la moda.

El evento estuvo marcado por la innovación y la creatividad, con "outfits" que desafiaron las lo tradicional y pusieron de manifiesto la visión futurista de los diseñadores. Desde trajes con elementos tecnológicos integrados hasta vestidos que parecían sacados de un universo de ciencia ficción, la MetGala 2024 fue un escaparate de la moda del mañana.

Además de la exhibición de moda, la gala sirvió como plataforma para recaudar fondos para la conservación del Museo Metropolitano de Arte, reafirmando su importancia como evento benéfico de alto perfil.



El mejor outfit de la MetGala2024.

Hay muchas opiniones sobre cual es el mejor look de la MetGala 2024 entre las celebridades, pero sin duda alguna uno de los más destacados es el que llevo la actriz estadounidense, Zendaya.

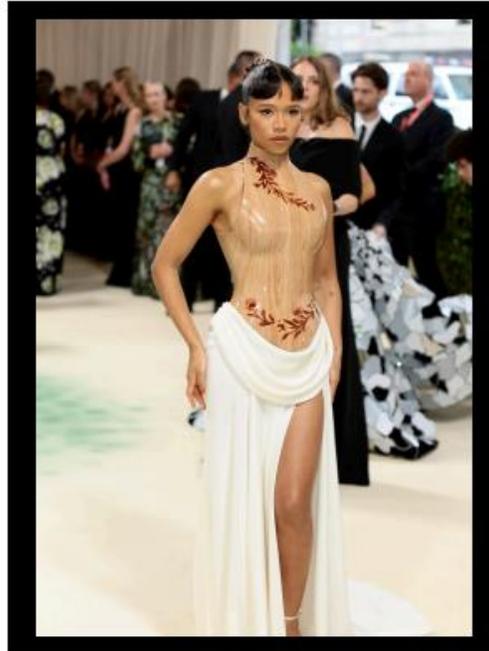
Uno de los dos looks que confeccionó con diseñadores de renombre.



Los asistentes disfrutaron de una noche llena de glamour, arte y visión futurista, consolidando una vez más a la MetGala como un evento emblemático que trasciende las fronteras de la moda y la cultura popular.

La MetGala 2024 fue un espectáculo deslumbrante que fusionó la moda, la tecnología y la creatividad en una celebración única que seguirá siendo recordada como un hito en la historia de la moda contemporánea.

Durante toda la MetGala los fotógrafos, amantes de la moda y las celebridades entre ellas, pudieron ver creaciones magníficas de marcas como Versace, Dior, Loewe, Oscar de la Renta...



Verba volant

INTERCAMBIO EEUU



TOURS POR EEUU

Día 1: Salida de Benavente y llegada a Billerica.

Día 2 y 3: Fin de semana (cada uno hace las cosas con su familia)

Día 4: Excursión por Boston (Mercado Faneuil Hall, Freedom Trail...)

Día 5: Excursión por Plymouth, Biblioteca y Museo Presidencial John F. Kennedy.

Día 6: Excursión por Boston (Casa del Estado de Massachusetts, Newbury Street...)

Día 7: Excursión por Rockport y Salem (Museo de las Brujas de Salem)

Día 8: Día en la escuela.

Día 9, 10 y 11: Fin de Semana y Festivo (Día de los Pueblos Indígenas)

Día 12: Día en la escuela.

Día 13: Excursión por Boston y Cambridge (Universidad de Harvard y MIT)

Día 14: Día de compras en Merrimack Premium Outlets.

Día 15: Búsqueda del tesoro por Billerica.

Día 16 y 17: Fin de semana.

Día 18: Día en la escuela.

Día 19: Nueva York (The MET, Quinta Avenida, Empire State Building, Centro Rockefeller)

Día 20: Nueva York (Liberty Island, Wall Street, el Memorial del 11 de septiembre...)

Día 21: Nueva York (Central Park, High Line, Little Island en el río Hudson)

Día 22: Llegada a Benavente.

Laura Fernández Alonso 1ºBSD

DEPORTES DE RIESGO MAYO NORTH WEST 200

Este año hemos podido presenciar un gran duelo en las carreteras norirlandesas, entre Glen Irwin y Davey Todd, ganando cada uno 3 carreras en distintas categorías. En Superbikes Irwin ya logra récords asombrosos a lomos de la Ducati Panigale V4R; consiguiendo un total de 11 victorias en toda su trayectoria deportiva. Espectacular sería el adjetivo con el que definiría la última vuelta de la carrera de esta categoría del domingo, donde hasta el último tramo del circuito no se decidió la carrera. Todd por su parte se hizo con la victoria en Supersport y Superstock, pese a haber tenido una caída el viernes en la carrera de Supersport. No podemos olvidarnos de otros nombres importantes como Peter Hickman, el cual solo pudo conseguir un podio en la categoría de Supertwin. Dean Harrison también dio bastante guerra en esta categoría, pero se tuvo que retirar.



TT ISLA DE MAN

La Road Race más mítica y peligrosa del mundo dará comienzo la semana que viene en la pequeña Isla de Man, cerca de Gran Bretaña. Este año volveremos a ver grandes luchas por el podio entre gran multitud de nombres. Confirmados están el invencible Michael Dunlop, el veterano John McGuinness o el rompedor de récords Peter Hickman. Otros pilotos que también serán muy veloces por las carreteras del Snaefel Mountain Course son Conor Cummins, Dean Harrison, Davey Todd o James Hillier. Cabe destacar la falta del español Víctor López, ganador el año pasado del Manx Grand Prix y que no podrá correr el Tourist Trophy por falta de fondos.

VALLEYS HARD ENDURO

El gigante alemán Manuel Lettenbichler consigue una victoria aplastante este fin de semana en el Mundial de Hard Enduro. Ya en el prólogo del viernes se hizo con el triunfo, y el sábado ya impuso un ritmo altísimo por las trialeras británicas, y su principal rival, Walker, fue incapaz de seguirle el ritmo. El domingo volvió a dar un puño sobre la mesa con una holgadísima victoria en la etapa reina, demostrando que este año vuelve a ser el principal favorito para el título. ¿Podrá hacerle frente el británico Billy Bolt, piloto de Husqvarna, en las montañas de pizarra austriacas del próximo mes?



CRANKWORX ROTORUA

En Nueva Zelanda se celebró la primera cita del Crankworx World Tour, en diferentes disciplinas del Mountain Bike. En descenso lograron grandes tiempos Loïc Bruni, Brook Macdonald, Erik Fedko y Dawid Godziek, este último con una gran participación en las disciplinas de pump track y dual slalom. Bruni por su parte, prevé competir en los mundiales UCI (donde además es muy popular la categoría de Cross Country y el Short Track), en la categoría de descenso. También cabe destacar que esta fue la primera cita a nivel mundial de Slopestyle, donde participó Jess Blewit, primera mujer en participa en el RedBull Hardline. Por su parte, los participantes masculinos se negaron a participar en dicha disciplina, como protesta por la mejora de su condición dentro del mundial.



LA caza



UN DEPORTE MUY CRITICADO

-El Deporte de la Caza: Tradición, Controversia y Conservación.

El deporte de la caza, una actividad que ha evolucionado desde una necesidad principal para la supervivencia hasta una forma de recreación, deporte y control del exceso de la fauna, que genera intensos debates en la sociedad moderna. Esta práctica combina habilidades ancestrales con la moderna gestión de la fauna y la conservación de los ecosistemas. En este artículo, exploraremos los diferentes aspectos del deporte de la caza, incluyendo su historia, su papel en la conservación, y las controversias éticas que la rodean.

-La Caza Deportiva y la Conservación.

Uno de los argumentos más fuertes a favor del deporte de la caza es su papel en la conservación de la fauna y los hábitats naturales. En muchas regiones, los ingresos generados por los permisos de caza y las licencias se destinan a financiar proyectos de conservación. Estos fondos se utilizan para gestionar poblaciones de animales, restaurar hábitats y proteger especies en peligro.

Además, la caza regulada puede ser una herramienta eficaz para controlar las poblaciones de ciertas especies que, en ausencia de depredadores naturales, podrían crecer con exceso y causar daños ecológicos significativos. Por ejemplo, en algunas áreas, la caza de ciervos se utiliza para prevenir el pasto excesivo, lo que protege la biodiversidad y mantiene el equilibrio del ecosistema.

Organizaciones como Ducks Unlimited y la National Rifle Association en Estados Unidos han jugado un papel importante en la promoción de prácticas de caza sostenible y en la financiación de programas de conservación.



-Conclusión.

El deporte de la caza es una práctica compleja que involucra tradiciones ancestrales, consideraciones éticas y desafíos de conservación. Si bien puede contribuir significativamente a la gestión y protección de la vida salvaje, también plantea cuestiones morales que no deben ser ignoradas. En última categoría, el futuro del deporte de la caza dependerá de encontrar un equilibrio entre la conservación efectiva, el respeto por los animales y las tradiciones culturales.



Óscar Mezquita Ferreras
BSE1

VERBA VOLANT

IRENE LOZANO MARTÍNEZ

TORO (BENAVENTE)



Introducción sobre el toro:

El toro es una fiesta taurina que se celebra en Benavente el miércoles de la semana del Corpus Christi.

Las fiestas duran una semana. En ellas se celebran festejos taurinos. El más importante el del miércoles. Ese día la gente corre el toro por las calles de Benavente agarrados a la maroma.

Leyenda del Toro:

Existe una leyenda sobre el Toro, "La leyenda de la Condesa Vengativa".

Se dice que el origen del toro es un accidente en el que el Duque de Benavente (hijo de la condesa) fue pillado por un toro y murió.

Por esta razón se empezó a hacer esta fiesta

¿Qué se hacen esos días?

Durante estos días, las peñas oficiales desfilan por las calles de Benavente. El martes reciben al toro.

También suele haber espectáculos, festejos taurinos (encierros de novillos, vaca de la sangría...), la noche de fuego, el Gran Prix...

BIBLIOGRAFÍA:

[https://toroenmaromado.es/leyenda-condesa-vengativa-](https://toroenmaromado.es/leyenda-condesa-vengativa-benavente/#:~:text=La%20leyenda%20de%20la%20condesa%20vengativa%2C%20qu%C3%A9%20en%20sus%20diferentes,dinero%20dejado%20para%20tal%20fin)

[benavente/#:~:text=La%20leyenda%20de%20la%20condesa%20vengativa%2C%20qu%C3%A9%20en%20sus%20diferentes,dinero%20dejado%20para%20tal%20fin](https://es.m.wikipedia.org/wiki/Toro_enmaromado)
https://es.m.wikipedia.org/wiki/Toro_enmaromado



EL USO Y ABUSO DE REDES SOCIALES



Gisela Anta

En los últimos años, las redes sociales han cambiado la manera en que las personas se comunican, interactúan y comparten información.

Las redes sociales son muy útiles si se hace un buen uso de ellas, pero abusar de ellas puede tener grandes riesgos, especialmente a la población más joven, que son los que más uso hacen de las redes sociales.

¿Son adictivas las redes sociales?

Hay aplicaciones como Instagram, que ofrecen una elevada "tasa de reforzamiento constante" (imágenes e información atractiva y de interés para el usuario) a un "bajo coste o fricción" (con solo deslizar un dedo, esa información es casi ilimitada).

Su uso es una actividad placentera y que no requiere de esfuerzos, con lo cual es difícil dejar de usarlas.



¿Es perjudicial para la salud mental de los jóvenes?

El gran uso de las redes sociales sí afecta a la salud mental en aspectos como una menor autoestima, problemas de sueño, dependencia de las redes, noticias falsas,...

En redes sociales como Instagram se ven constantemente personas con vidas perfectas, rodeadas de muchos amigos, con un cuerpo perfecto y con la ropa y la casa de nuestros sueños. Al ver eso, no percibimos que lo que nos muestran no es así en la realidad, con lo cual dejamos de estar satisfechos con nuestra vida y con nosotros mismos, deseando ser como esa persona que solamente hemos visto a través de la pantalla. Y todo ese proceso nos deriva a problemas como los citados anteriormente.

Con lo cual se debería hacer un mejor uso de las redes sociales, con un mayor control del contenido que realmente nos interesaría ver.

Verba Volant

Se acerca Paris 2024 Y el atletismo despierta un gran interés

El deporte rey: queda cada vez menos para la espera de las grandes pruebas del atletismo

El atletismo en los Juegos Olímpicos de París 2024 se realizará en el Stade de France, ubicado en Saint-Denis, del 1 al 11 de agosto de 2024. Las competiciones de marcha y de maratón se efectuarán en un circuito urbano con punto de partida y llegada en el puente Alejandro III.



nojo18
Alicia Keys - It's On Again (From The Amazing...



Se esperan grandes duelos en las pruebas de velocidad, donde sueñan con récords olímpicos

En cuanto a la prueba de los 100 metros lisos el atleta norteamericano, Noah Lyles, parte como favorito para llevarse el oro en los 100 metros lisos y en los 200 metros lisos. Hace un año aproximadamente que él mismo en una rueda de prensa afirmó que correría en unos tiempos estratosféricos los cuales mejorarían las marcas del plusmarquista jamaiquino Usain Bolt.

En cuanto a la prueba de los 400 metros, el atleta procedente de Botsuana, Letsile Tebogo, ha corrido en el mes de abril en unas marcas que nunca antes se habían visto y más recientemente en el mundial de relevos celebrado en Las Bahamas, corrió sus respectivas postas en unos tiempos muy cercanos al récord del mundo de los 400 metros lisos.

Se esperan unas pruebas con las que te harán disfrutar y levantarte de donde estés y no se espera menos de sus contrincantes.

Se acerca Paris 2024

Y el atletismo despierta un gran interés

Clasificada la selección española de relevos 4x400 a las Olimpiadas

El pasado 5 de mayo en el Campeonato del Mundo de relevos, la selección española de relevo 4x400, tanto masculino como femenino, consiguieron el billete directo a las Olimpiadas de Paris en donde lucharán contra las mejores selecciones del mundo por un sueño conjunto, llevar a España a un pódium Olímpico.



¿Posibilidades reales de conseguir un doble pódium en el triple salto? España sueña a lo grande

La gallega, Ana Peleteiro, sueña con volver tras un pódium en Tokyo 2021, ser madre en diciembre de 2022 y volver al pódium mundial en el Campeonato del Mundo de Pista Cubierta de Glasgow. A la atleta entrenada por Iván Pedroso no le faltan las ganas para repetir esa medalla en la más alta competición.

En cuanto a la categoría masculina, la selección española de atletismo goza de una de las mayores promesas del triple salto de todo el mundo. Hablamos de nada mas y nada menos que del recién nacionalizado Jordan Alejandro Díaz, compañero de Ana Peleteiro.

Este atleta cuenta con una de las mejores marcas mundiales de la historia de la disciplina de 17,84 m.

Sueña con llevar la camiseta de la que ahora es su casa a lo más alto del pódium teniendo unas posibilidades altas de conseguir medalla y entre ellas el oro Olímpico.

Viaje inolvidable a Grecia

Grecia, lugar donde se originaron ideas, valores, y sistemas que han influido en la cultura y el desarrollo de los países occidentales (democracia, filosofía, arte, literatura, ciencia y teatro).

A este país viajan millones de personas cada año, deseando explorar cada ruina antigua, probar la comida típica o disfrutar de los preciosos paisajes y playas que contiene.

En este artículo, te mostramos un recorrido por los lugares más importantes de Grecia y te explicamos porque todo el mundo desea ir.

ATENAS

Atenas, la capital de Grecia, que su nombre se debe a la diosa griega Atenea, es un museo a cielo abierto, el monumento más famoso, es el **Partenón**. Muchos templos antiguos, dedicados a la diosa Atenea, tienen vistas panorámicas sobre la ciudad.

Cerca de la Acrópolis, está el **Museo de la Acrópolis** con una colección de esculturas encontrados por toda Grecia.



Partenón

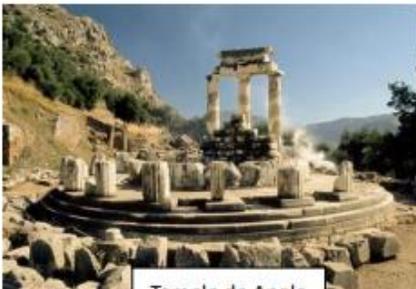


Museo de la Acrópolis

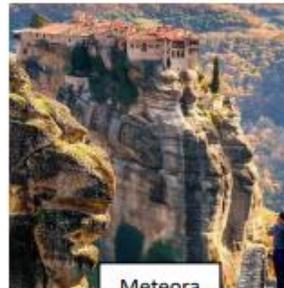
DELLOS Y METEORA

Desde Atenas, es conocida la excursión a Delfos, ya que es un importante centro religioso. El **Templo de Apolo** y el **teatro antiguo** da unas vistas espectaculares del valle circundante que esta a su alrededor. El templo de Delfos como puedes observar en la imagen, te transporta a las escenas en las que aparecen los Dioses reunidos.

Otro lugar importante para visitar en Grecia es, **Meteora**, un monasterio suspendido en lo alto de unas rocas, que parece estar flotando, construido por monjes ortodoxos en el S. XIV.



Templo de Apolo



Meteora

LAS ISLAS GRIEGAS

Si viajas a Grecia es imprescindible ir a estas islas, especialmente a **Santorini**, la cual es la imagen de Grecia, con las casas blancas, el agua reluciente y los brillantes atardeceres de color naranja y rosas, mucha gente cree que es la capital.

O **Mykonos**, conocida por la vida nocturna, aunque también tiene playas para poder estar tranquilo.

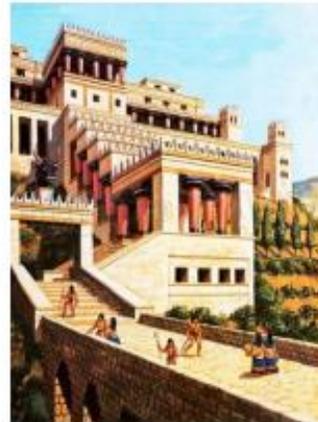
La Isla de **Creta**, la más grande de toda Grecia, con aguas cristalinas y mucha historia, es otro destino con cultura y naturaleza digno de visitar. El **Palacio de Knossos** muestra la civilización minoica.



Santorini



Mykonos



Palacio de Knossos

GASTRONOMÍA

Desde el succulento souvlaki y el fresco tzatziki hasta los dulces baklavas, la gastronomía de Grecia es muy variada. En las tabernas locales hay gran variedad de 'mezedes' (aperitivos) que incluyen aceitunas, queso feta, pulpo a la parrilla, **ensalada griega**, **moussaka**, y bechamel, (los tres últimos solo en días festivos).



Ensalada griega



Moussaka

MUSICA Y DANZA

La música tradicional utiliza instrumentos como el bouzouki, la lira y la guitarra clásica. Una de las danzas más famosas es el sirtaki y el hasapiko.



Sirtaki



Hasapiko

Conclusión: Viajar a Grecia te va a enriquecer de cultura histórica, de la amabilidad de la gente que vive allí, la comida típica, y de los paisajes tan asombrosos. Grecia no es un simple destino, es una experiencia inolvidable y transformadora.

VEGA CRISTÓBAL

Joselu Mató al Bayern de Munich

"El 9 del pueblo" Joselu Mato en 5 minutos dio la vuelta al resultado de la semifinal de Champions League.

La vuelta de la semifinal de Champions League del Real Madrid ante el Bayern de Munich parecía que se tornaba oscura tras el gol de Davies, que ponía por delante al Bayern en la eliminatoria, pese a esto la mística del Santiago Bernabéu volvió a surgir efecto.



Joselu Mato jugador recién llegado esta temporada cedido del descendido RCD Espanyol, el cual pese a estar firmando una gran temporada con unos datos más que importantes para el club merengue, con un total de 17 goles y 3 asistencias, vino con un roll de suplente y secundario, como un 9 suplente indispensable para

ciertas situaciones.

Joselu estuvo en las filas blancas hace más de 10 años formando parte del filiar, y en distintas ocasiones a dejado claro que el sueño de su vida siempre fue jugar en este club, después de conseguirlo, lo que él nunca esperaría es vivir una noche como la del pasado 8 de Mayo, quien iba a esperar que en un año puedes pasar de descender, a marcar un doblete para dar el pase a una final de Champions al club de tus sueños.

de tus



Volviendo al encuentro del que hablamos, en el minuto 82 con todo en contra para el conjunto madrileño, el cuerpo técnico decide realizar el cambio de Fede Valverde para que entre Joselu Mato, esto en busca de tener mayor presencia en el área y una mayor posibilidad de remontar, lo que casi nadie podría esperar es que en el minuto 88, escasos minutos después de entrar, Joselu pondría las tablas en el luminoso, tras un error en el control con sus guantes de Neuer, el guardameta del conjunto alemán, el delantero gallego con un olfato propio de 9, cazo ese rebote y lo puso al fondo de la red, esto creo una gran explosión en el estadio y en la casa de cada uno de los madridistas, pero esto no sería lo último, dos minutos más tarde, con la tensión del VAR añadida, tras un centro lateral de Rudigüer, otra vez Joselu colocado en el lugar adecuado, empujó esta bola la cual sirvió para dar el billete a su equipo para una final de Champions más.

Pudimos ver las impresiones de sus compañeros y otro tipo de celebridades, felicitando a Joselu después de vivir una noche que seguro que para él y para todos los madridistas será imborrable, Joselu emocionado tras el pitido final cae rendido en el césped con lágrimas en sus ojos, sabiendo que después de tanto esfuerzo y sacrificio en muchos clubes y países, había logrado cumplir su verdadero sueño.





Vila Joiosa (Alicante)

Colores veraniegos...

También conocida como Villajoyosa se encuentra en la Marina Baixa, lo más llamativo son sus fachadas pintadas en vivos colores dibujando una arquitectura muy acorde con su nombre, que en valenciano quiere decir *ciudad alegre*.

Para los más atrevidos...



El Caminito del Rey (Málaga)

Ofrece la oportunidad de disfrutar del mar y el sol en un ambiente mucho más tranquilo y sosegado que el que ofrecen zonas próximas como la bulliciosa Benidorm. Con más de 10 playas y calas en su término municipal, destacan El Paraíso, Bol Nou o La Caleta entre otras.

VISTAS DE VÉRTIGO

Aunque si no te llevas bien con las alturas, lo más seguro es que no se convierta en uno de tus lugares favoritos...

El Caminito del Rey consiste en una pasarela a 105 metros de altura desde la cual puedes disfrutar de unas preciosas vistas del Desfiladero de los Gaitanes, de la Sierra de Málaga y de la Presa Conde de Guadalhorce. La entrada cuesta 10€.

EL VERDADERO HOGAR...

El pueblo, una simple palabra que significa tanto. Cada cual, tendrá su forma de interpretarlo, pero, sin duda es una palabra sinónima de felicidad.



Se podría intentar definir de tantas maneras, pero creo que se quedaría corto, aún uniendo todas ellas. El pueblo, tu verdadero hogar, el que abandonas tras meses de verano, para volver a tu casa, al que vas cada vez que puedes, pues toda excusa es buena para ir a ver a la abuela...

Mi pueblo es tan solo un pueblo más de Tierra de Campos, pero para los que vivimos allí o lo deseamos hacer cuanto más tiempo mejor, no caben dudas de que es mucho más que eso.

Mi pueblo es Vega de Villalobos, un sitio pequeño, pero de gran cantidad de gente en verano, donde todos volvemos a nuestro hogar para compartir tiempo con nuestra familia y amigos, a los que llevamos deseando ver todo el resto del año.

Las amistades del pueblo son el mejor regalo que vas a encontrar. Una amistad con una inmensa intensidad que te hará conocer de verdad el significado de esa palabra. Uno de los motivos de la importancia de estas amistades, es el poco tiempo que las ves, un tiempo demasiado escaso para un amor completamente infinito, ya que sabes que, pese a la distancia por vivir en diferentes ciudades, siempre estaréis los unos para



los otros.

La vida en el pueblo es tan diferente, respecto a nuestras vidas "normales", en el pueblo somos libres durante un tiempo de nuestras obligaciones como nuestros estudios o nuestros trabajos, con un único deber: Disfrutar como si nos fuese la vida en ello.

Siempre que vas a Vega, tu único deber es disfrutar. A todos los planes que te propongan debes aceptarlos y hacer de tu vida una emocionante experiencia rural en un entorno rodeado de seres queridos. Estas aventuras como bien he dicho pueden ser de todo tipo, desde hacer rutas a pueblos cercanos como hacer una paella popular y comer con tus amigos en la Semana Cultural del pueblo, siempre posteriormente que las Grandes Fiestas Patronales en honor a San Abdón y San Senén.

Las fiestas de Vega son cuatro días: el 28, el 29, el 30 y el 31 de julio, época de verdaderas emociones para los vegueses ya que esa fecha significa contar las horas para hacer el reencuentro real con la gente que amas, ya que los trabajadores suelen pedir esos días libres para realizar una escapadita al pueblo.



El día 28 y el día 31 son dos días extras añadidos siempre por el ayuntamiento con el fin de hacernos disfrutar de mejor forma nuestras fiestas. Por el contrario, el día 29 es la víspera del día 30, que es el día grande.

Una vez puestos ya en tradiciones, hablar de nuevo de la rica paella popular durante la Semana Cultural. Entre otros eventos destacan también los juegos de agua, los juegos autóctonos, el concurso de cocina y el concurso de dibujo. Este último es de vital importancia ya que el ganador, será el logo de la camiseta de las fiestas del año siguiente. Es tradición siempre realizar unos, que posteriormente podrás encargar y comprar en el propio bar.

Hablando de tradiciones no podemos olvidar el vermut, un hecho al que debes ir deprisa sino quieres quedarte sin mesa. Este momento tras la misa de los domingos, es uno de los favoritos de todos. Una terraza al sol, una bebida fría y una buena conversación con amigos y familiar. El bar es el punto de encuentro de todo el mundo, ya que no gozamos de nada más, lo cual nos hace disfrutar más de la suerte que tenemos de al menos tener un sitio para las reuniones.



Por último, me gustaría hablar de la importancia de la familia y de los amigos. La familia lo es todo. La familia te ha cuidado, educado y protegido desde el primer momento que saliste a conocerlos en el hospital. La familia es un lugar seguro que te ha impuesto por suerte la vida. Para mí, mi familia lo es todo. Me he criado con una familia muy unida, por lo que no me puedo imaginar una vida sin mi familia. Mi abuela, mi madre, mis tíos, mis primos y primas, todos son muy importantes ya que he tenido suerte en la familia que me tocado.

También, he tenido suerte en la familia que he elegido, ya que siempre están ahí para divertirse, para ir a ver el atardecer, a la piscina o para secarte las lágrimas, pese a no tener tu sangre, tus amigos, son tu familia.

Aimad Khirou López, BSE1.

