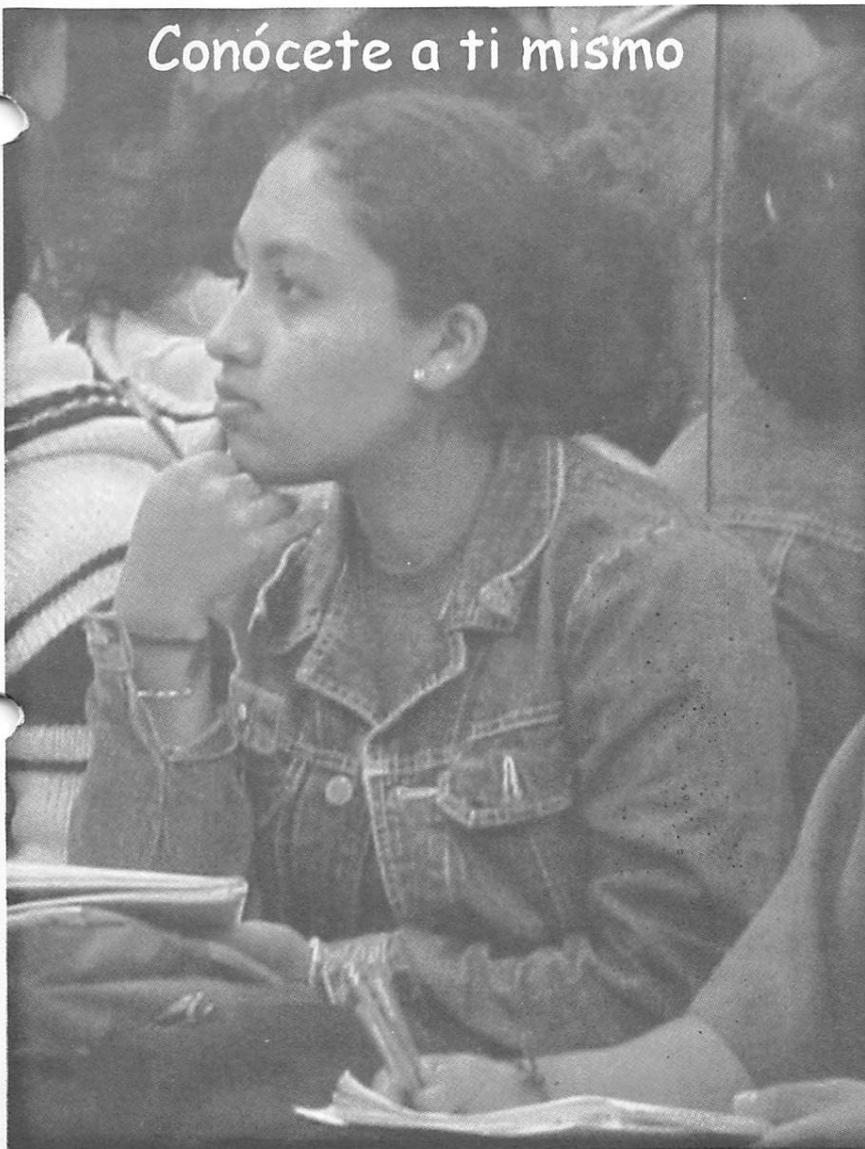


Hoja informativa

Conóctete a ti mismo



La clave de la felicidad es aceptar todo lo que la vida te da, y hacer lo mismo cuando se pierde. Entérate en este número sobre lo valioso de conocerse a sí mismo.

¡Echa mano del "Poder joven"!

Si tienes entre 14 y 26 años (alumno o trabajador) no dejes pasar la oportunidad y tramita gratuitamente tu tarjeta Poder joven, con la que podrás tener muchos descuentos. La tarjeta la puedes obtener el 6 de mayo, en la explanada central del Plantel, de 12:30 a 15:30 horas.

¡Haz valer tus derechos!

La Dirección del Plantel te apoya, ¡haz valer tus derechos! Si alguien te amenaza, te "talonea" o, lo que es peor, te agrede físicamente, denuncia inmediatamente. No permitas que la impunidad se salga con la suya. Ante cualquier tipo de agresión, acude a levantar el acta a la Unidad Jurídica del Plantel, con el abogado Mauricio Rayas Reyes.

¿Por qué mi computadora es tan lenta?

Tecnomanía

Existen ocasiones, si no es que la mayoría de las veces, que al prender una PC, ésta tarda mucho tiempo en estar lista para que podamos trabajar, lo que puede ser ocasionado por distintos factores. Algunos de ellos son sencillos de arreglar y mejoran considerablemente el desempeño de la máquina.

La primera causa que puede ocasionar que una máquina tarde

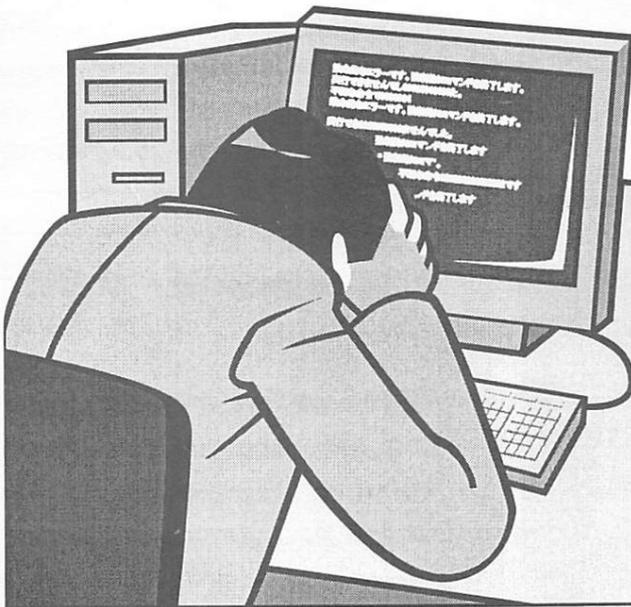
seleccionar propiedades/rendimiento. Ahí aparecerá cuánta memoria RAM tiene la PC.

Recuerda que esta memoria puede comprarse en diferentes lugares y aumentar considerablemente el rendimiento de la máquina, se recomienda que por lo menos tenga 64 M; si necesitas ampliar la memoria acude a un técnico especializado o .

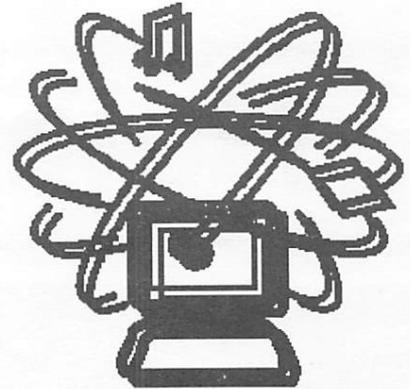
Otro problema común es que el disco duro se encuentre lleno. Si tienes instalados muchos programas o muchos archivos, verifica que el disco duro no se encuentre al 90% de su capacidad, de ser así se recomienda respaldar y eliminar aquellos archivos o programas que ya no utilizas . Resulta igualmente importante defragmentar de

vez en cuando el disco duro de la máquina, esto lo puedes hacer desde el menú de inicio/accesorios/herramientas del sistema y selecciona defragmentar.

Si el disco duro es muy grande



mucho en ejecutar los programas, es que tenga muy poca memoria en RAM. Para ver cuánta memoria RAM tiene tu PC sólo debes dar clic con el botón derecho del mouse sobre el icono de MI PC y



(20 GB o más), este proceso puede tardar mucho tiempo, pero vale la pena, ya que acelera la lectura de datos en la computadora .

Otro factor que influye en la velocidad de la máquina es la cantidad de letras que se tienen instaladas en la computadora (fonts), si no los utilizas puedes eliminarlas desde Panel de control / Fuentes .

Aunque existen diferentes factores que influyen directamente en la velocidad de una máquina, las anteriores causas son las más comunes y cuya solución no requiere de grandes conocimientos técnicos ni mucha inversión económica.

Mádanos tus comentarios y sugerencias a: difusiot@dgch.unam.mx y consulta nuestra página web en: www.cch.unam.mx/sacademica/otecnicas/index.html.

Conócete a ti mismo



"Ser reconocido equivale a sentirse amado"

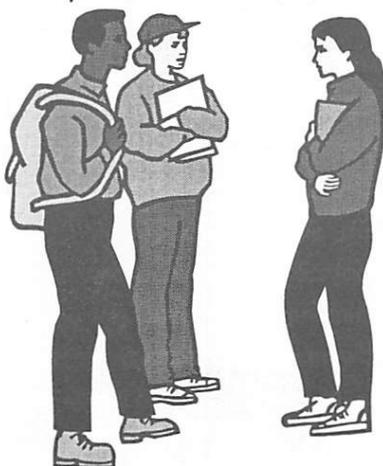
En algunos casos la vida depara una serie de situaciones que se interpretan falsamente porque no se tiene la información completa y sólo partimos de conversaciones parciales, que nos lleva a evaluar un evento como agradable o desagradable.

Lo agradable nos lleva a mantener una actitud de seguridad y bienestar, con ello buscar las personas, momentos, lugares y situaciones que nos hacen sentir bien. Los desagradables están inmersos en circunstancias dolorosas que al sacarlas a la luz tienen el fin de comprenderlas, darles su justa medida y aceptarlas.

Por lo que el pasado es el trampolín de experiencia de la vida que nos da la oportunidad de actualizarnos para seguir con y en la vida. Sin embargo, hay cosas de nuestro pasado que sí hemos ele-

nado libremente: compromisos adquiridos, hábitos operativos buenos o malos (virtudes o vicios), experiencias que hemos acumulado ante los éxitos y las limitaciones de nuestra vida. Y así como los hemos elegido libremente, podemos mejorarlos, actualizándolos para convertirlos en habilidades de crecimiento.

En cuanto al presente nos podemos quedar mirando hacia atrás y vivir de recuerdos bonitos, de memorias lastimosas. El pasado nos sirve para tres cosas; dar gracias por todo lo maravilloso que pasó, reconocer lo que no hayamos hecho y perdo-



narnos por ello y sacar experiencias para el futuro. Quien sabe sacar experiencia nunca se sentirá "fracasado": recomenzará cuantas veces haya que recomenzar las metas, los objetivos, la vida misma.

La clave de la felicidad es aceptar todo lo que la vida te da, y hacer lo mismo cuando se pierde.

El Plantel te pertenece, icúidalo!

Diariamente son reportados vidrios grafitados, bancas y sillas rotas, paredes y pizarrones rayados... en fin, mobiliario y equipo en mal estado que representan un gasto infructuoso para quienes sostienen a nuestra Universidad.

Sin duda, el estudio se hace más agradable con la infraestructura y el mobiliario en buen estado. Ayúdanos a conservar la escuela en perfectas condiciones. Evita tirar basura y dale el uso adecuado a tus instalaciones.

Participa en la Jornada de Orientación Vocacional

¿Estás cursando el sexto semestre?

Entonces no te quedes con los brazos cruzados y participa en la *Jornada Universitaria de Orientación Vocacional*.

¡Las facultades y escuelas de la UNAM te abren sus puertas! °

La *Jornada* concluye el 9 de mayo.

Para mayor información acude al Departamento de Psicopedagogía Edif. "U", planta baja.



Si estás cursando el sexto semestre y tu meta es estudiar la carrera de Economía, es necesario que te inscribas a los talleres de Introducción a las Matemáticas, y de Redacción

y Comprensión de Lectura, que se realizarán del 6 de mayo al 18 de julio de 2003.

Inscripciones: hasta el 2 de mayo. Insíbete o solicita mayores informes en la Secretaría de Planeación.

Teléfono 5622-2104
Cupo limitado



¿Eres alumno de sexto semestre y quieres estudiar la carrera de Enseñanza de Inglés?

Recuerda que **ANTES** de realizar cualquier trámite de ingreso a la carrera debes cubrir un **requisito indispensable:**

Presentar y aprobar el Examen de Suficiente Dominio de Inglés (ESDI).

Próximas fechas de aplicación:

Miércoles 2 de abril de 2003

Martes 6 de mayo de 2003.

Informes e inscripciones:

ENEP Acatlán, Edif. 8, planta baja.

Tel. 5623-1640

De 9:00 a 13:00 y de 17:00 a 19:00 horas

lei@apolo.acatlan.unam.mx

Consulta infantil y juvenil 2003

El próximo 6 de julio tendrá lugar la *Consulta Infantil y Juvenil 2003*, con la finalidad de hacer partícipes a niños y jóvenes de los procesos electorales y cívicos del país. Por esta razón, el Instituto Federal Electoral (IFE) te invita a integrarte como **guía voluntario** o como **responsable de casilla** en la 05 Junta Distrital.

Mayores informes en Doroteo Arango s/n, esq. Víctor Hernández Covarrubias, Unidad Habitacional Francisco Villa, Azcapotzalco. Tel. 5394-0074 o al correo electrónico: aquijano@jd05-df.ife.org.mx

Hoja informativa es una publicación dirigida a los estudiantes del CCH Azcapotzalco. Es editada en el Departamento de Información en colaboración con el Departamento de Psicopedagogía.