



Hoja informativa

Defiende a tu escuela en el salón de clases

Tu amor por el Colegio debes demostrarlo en el salón de clases, porque sólo permaneciendo en él, es como refrendas tu calidad de cecehachero y reivindicas la grandeza de ésta, tu escuela.

Ni con golpes ni con discursos tendenciosos, mucho menos desperdiciando el tiempo en las jardineras o pasillos, se defiende a esta Institución tan grande, como lo es tu CCH, que se ha consolidado a lo largo de más de 30 años.

Las mejores defensas que puedes utilizar durante tu estancia en el Plantel son el conocimiento, el respeto y la tolerancia.

Tú puedes ser un buen estudiante

Por Consuelo Velásquez Méndez, Departamento de Psicopedagogía



Como ya sabes, en la mayoría de las clases, el profesor te juzgará por lo que rindas en las mismas, lo que hagas en los exámenes o lo que escribas.

Pero lo que hayas sido en el pasado no tiene nada que ver con lo que puedes llegar a ser.

¿QUÉ DECIDES?
CREER LO QUE PUEDES
HACER...

El hecho de que estés aquí, significa que crees poder transformarte en un estudiante mejor, nosotros también lo creamos y con ese propósito estás aquí.

ES CUESTIÓN DE QUE
CONFÍES EN TI.

El ser humano es el único ser que puede ser lo que quiere ser

Viktor Frankl

Tecnomanía

¿Por qué brillan las luciérnagas?



Las luciérnagas centellean cuando quieren aparearse, pero ¿qué las hace brillar? Se trata de un asunto de química altamente especializada, informaron recientemente varios científicos.



Hace tiempo que los investigadores saben que el centelleo de las luciérnagas es parte de un ritual de apareamiento, pero desconocían cómo emerge exactamente

la señal del cerebro de los insectos y se desplaza hacia su "linterna" o porción luminosa en el abdomen.

"Durante mucho tiempo ha existido cierto misterio acerca de cómo las células nerviosas que controlan las linternas pueden desencadenar la producción de luz", señaló Barry Trimmer, neurobiólogo de la Universidad de Tufts, en Boston, cuya investigación fue publicada en la revista estadounidense *Science*.

Parte del misterio radica en el hecho de que las células nerviosas nunca entran en contacto con las que producen luz, dijo Trimmer en

una entrevista telefónica.

Las diferentes especies de luciérnagas

emiten destellos distintos que se transmiten por moléculas de óxido nítrico, un gas común que también se encuentra en el cerebro humano, según los investigadores. Este gas de vida corta es lo que desencadena el centelleo de la luz en las luciérnagas, explicó Trimmer. (Con información de *Reuters*.)

Fuente: <http://comunidades.infosel.com/cienciaytecnologia/articulos/ciencias/5620/>

(Pide informes e inscríbete en el cubículo de Opciones Técnicas) de tu Plantel).



Sumérgete en el conocimiento

Asiste a tu salón, que es el lugar más natural para acercarte al saber, y procura frecuentar los lugares donde el conocimiento está en movimiento.

Aléjate de las provocaciones

La violencia genera violencia, aunque también las acciones provocadoras son una manera de propiciarla. Por eso, tan responsable y expuesto a sanción es quien incurre en agresiones, como el que las provoca con actitudes retadoras.

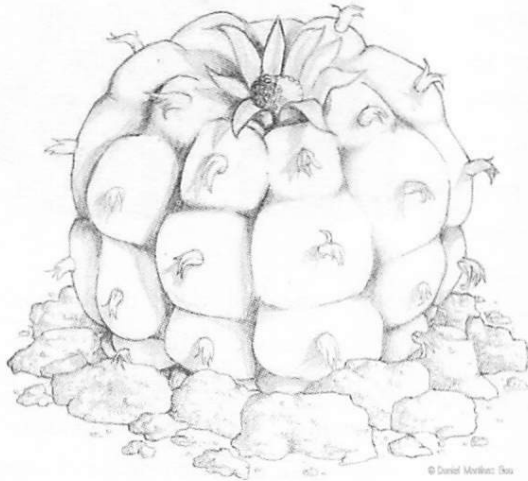
Consecuencias de los alucinógenos

Segunda parte

Después de haber consumido alucinógenos en cuatro o cinco ocasiones, en un periodo no muy prolongado, disminuyen en forma notable los efectos sobre las percepciones. A esto se le llama desarrollo de tolerancia, puesto que se requiere una dosis mucho mayor para percibir efectos similares a los iniciales, con lo que se incrementa el peligro de una intoxicación, que puede llegar hasta provocar la muerte.

La utilización prolongada de alucinógenos produce modificaciones y deterioro de la motivación para

realizar actividades productivas (trabajo o estudio), así como trastornos mentales, que pueden llegar a reacciones psicóticas, las que en algunos casos se hacen crónicas.



También se han mencionado casos de consumidores que vuelven a percibir los efectos después de haber transcurrido un periodo prolongado

sin haber utilizado la sustancia.

Peyote: Es un cactus de color verde grisáceo que crece en regiones desérticas secas y pedregosas del norte de México y el sur de estados Unidos. Se puede comer crudo, seco en pasta o infusión y se ha sintetizado su principio activo, la *mescalina*, por lo que también se consume en preparados en forma de cápsulas y pastillas. (Continuará).

Para cualquier problema de adicción llamar a los siguientes teléfonos:

*Consejo Nacional Contra las Adicciones (Tel. 01800-811-2000).

Centro de Integración Juvenil (Tel. 5212-1212).

Consejos de protección civil

Plan de emergencia familiar

Hola, en nuestro número anterior te invitamos a formarte e informarte para que en caso de peligro puedas convertirte —aunque no lo creas— en un héroe para tu comunidad. Esta vez nos ocuparemos del Plan de Emergencia Familiar.

Para elaborar un Plan de Emergencia Familiar considera lo si-



guiente:

* Todos los documentos importantes de cada miembro de la familia, acta de nacimiento, identificación, escrituras o lo que consideres indispensable, deben estar en un solo lugar (para no perder tiempo valioso

en su búsqueda); si vives cerca de un río y puedes sufrir inundaciones, protégelos en bolsas de plástico

* Elabora una tarjeta con el nombre completo de los familiares que viven contigo, que contenga además el teléfono, dirección y nombre de su escuela o trabajo. Debe estar en un lugar visible y accesible a toda tu familia. (Continuará).

Rockacheros

Rammstein

Primera de dos partes

Para los que no lo sepan, RAMMSTEIN es un grupo de música alemán que se formó en enero de 1994, con seis alemanes del estado de Berlín y Shwerin. Su nombre proviene de la ciudad alemana Rammstein, en donde existe una base de la fuerza aérea americana. La ciudad es conocida por una catástrofe ocurrida durante una exhibición aérea, donde chocaron en pleno vuelo 3 aeroplanos, uno de ellos cayó sobre el público y murieron casi un centenar de espectadores. La canción Rammstein del



álbum *Herzeleid* (dolor de corazón) fue dedicada a este evento, canción de la cual toma nombre el grupo aumentando una M a la palabra.

Su música es difícil de clasificar, si bien algunos los etiquetan como Tecno - Metal Industrial Gothic; otros los clasifican como Tecno -

Metal, Hard Core contemporáneo. Que cada cual los clasifique como les salga.

En julio de 1996 participan con dos temas para la película del director David Lynch, uno de los mejores directores de cine en los últimos 20 años, quien

ganó la Palma de Oro en Cannes por *Corazón Salvaje*, "Lost Highway" (*Carretera perdida*).

En 1999 presentaron un concierto en Guadalajara.

Sus portadas son diseñadas por una pareja que toma fotografías de fetos por todo el mundo. (Continuará).

La pluma de los alumnos

La pobreza mexicana, un padecimiento por aliviar

Por Lídice Nallely Santana Sánchez



El actual gobierno de la República Mexicana dice preocuparse por los 46 millones de habitantes pobres del país, pero aún más por los 23 millones que viven en pobreza extrema, y para brindarles ayuda lanza el programa "Pa' que te nutras", que pretende errónea-

mente reducir el índice de pobreza alimentaria de 820 mil familias que no alcanzan los beneficios del programa "Oportunidades" por estar ubicados en sitios tan marginados que no cuentan ni con escuelas, ni clínicas que brinden servicio médico.

Es alarmante darse cuenta de lo

difícil que hoy en día resulta vivir dignamente en comparación con países, ya no desarrollados, sino igualmente subdesarrollados; por ejemplo, un mexicano trabaja más que un canadiense, dos veces más que un estadounidense y con poca diferencia más que un jamaiicano para comprar una hamburguesa, puesto que el salario mínimo es tan bajo que resultaría una hazaña que una familia no tuviera carencias excesivas si se restringiera a vivir sólo con ese ingreso sin remuneraciones extras.

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.