



FEELING



14 - 17 de Abril



COMUNIDAD
VALLEJO

1 de marzo de 2021
Número 377




Consulta Comunidad Vallejo

desde tu celular



CCH Vallejo Oficial





UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

Dr. Enrique Luis Graue Wiechers
RECTOR
Dr. Leonardo Lomelí Vanegas
SECRETARIO GENERAL



COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

Dr. Benjamín Barajas Sánchez
DIRECTOR GENERAL
Mtra. Silvia Velasco Ruíz
SECRETARIA GENERAL



COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES VALLEJO

Lic. Maricela González Delgado
DIRECTORA
Lic. Manuel Odilón Gómez Castillo
SECRETARIO GENERAL
Lic. Rubén Juventino León Gómez
SECRETARIO ADMINISTRATIVO
Mtra. María Xóchitl Megchún Trejo
SECRETARIA ACADÉMICA
Lic. Carlos Ortega Ambriz
SECRETARIO DOCENTE
Lic. Armando Segura Morales
SECRETARIO DE ASUNTOS ESTUDIANTILES
Lic. Rocío Sánchez Sánchez
SECRETARIA DE SERVICIOS DE APOYO AL APRENDIZAJE
Mtro. Roberto Escobar Saucedo
SECRETARIO TÉCNICO DEL SILADIN



COMUNIDAD VALLEJO

Lic. César Alonso García Huitrón
JEFE DE COMUNICACIÓN
Lic. Jessica Abigail Hernández Rivera
Lic. Jorge Saúl Bernal Arévalo
Lic. Diana Fernanda Velázquez Ortiz
MESA DE REDACCIÓN
Lic. Diana Elizabeth Salas Estrada
DISEÑO Y MAQUETACIÓN

Adrián Enríquez Rodríguez
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE IMPRESIONES

Axel Bello Sánchez
DHAMAR MIRELES VELÁZQUEZ
JOSÉ RAMÓN LEÓN LÓPEZ
FIDEL ALDAIR ALCALÁ GARCÍA
SERVICIO SOCIAL

Comunidad Vallejo es publicada por el Departamento de Información del plantel Vallejo, planta alta de la Biblioteca. Teléfono: 55-5097-2146. Av. Eje Central esquina Fortuna, Col. Magdalena de las Salinas Alcaldía Gustavo A. Madero. Impresa en el Departamento de Impresiones del plantel Vallejo. Distribución gratuita. Número 377.

EDITORIAL

Cine con perspectiva de género

Este año, el Festival Internacional de Cine del CCH llega a su quinta edición, bajo la temática LGBTT-TIQ e Igualdad de Género, y que por primera vez se traslada a España, gracias a una alianza con Rizo-marte, un proyecto que ejerce la gestión cultural en teatro, artes plásticas, editoriales y ruralidad.

El Cecehachero Film Fest es un proyecto emanado de las aulas y del programa Jóvenes hacia la Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades, emprendido desde sus inicios por estudiantes del Plantel Vallejo. Este tipo de iniciativas realizadas por alumnas y alumnos, son y serán parte importante de la vida académica, cultural y deportiva del Colegio.

Es un placer llegar a esta quinta edición, después de que en el 2020 no fue posible realizarla. En esta ocasión, acorde a las medidas sanitarias indicadas por la UNAM, el evento será totalmente en línea del 14 al 17 de abril. Sin duda una nueva forma de experimentar un Festival de Cine ¿Te lo vas a perder?

✓ Apoyo a estudiantes

Beca Tablet

Conectividad 2021

302 tabletas en préstamo a los estudiantes como apoyo para clases en línea

JESSICA ABIGAIL HERNÁNDEZ RIVERA
ABIGAIL.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

El jueves 4 de febrero comenzó la entrega de equipos a los beneficiarios de la BECA - TABLET CON CONECTIVIDAD 2021 que la UNAM a través de la Dirección General de Orientación y Atención Educativa UNAM ofrece como parte de los apoyos a estudiantes que cuentan con recursos limitados y que necesitan un equipo de cómputo para desarrollar sus actividades académicas en línea.

Autoridades del plantel hicieron entrega durante tres días (4, 5 y 6 de febrero) de los 302 equipos asignados a los alumnos del plantel que aplicaron y obtuvieron la beca, el apoyo consiste en el préstamo de una tableta electrónica que se puede utilizar como módem para conectividad y que cuenta con una tarjeta SIM asociada a un servicio de internet móvil limitado de 8.5 GB mensuales.

Los alumnos asistieron a las instalaciones del plantel en la hora y día que se les asignaron al registrar su cita, siempre cuidando las medidas preventivas indicadas por las autoridades sanitarias. Durante esta jornada los alumnos que por algún motivo no pudieron recoger su modem de la Beca Conectividad UNAM tuvieron la oportunidad de hacerlo.

Esta beca es **incompatible** con algunos otros apoyos que otorga la institución como el caso de la Beca de Conectividad UNAM y algunos otros con el mismo propósito. Para conocer la compatibilidad de este recurso puede consultarse la página de <https://www.becarios.unam.mx/>

La persona beneficiaria se compromete a regresar la tableta electrónica móvil en buen estado, al término oficial de la beca, en la fecha y lugar que se le indicarán. El apoyo se entregará para el uso adecuado del mismo, a partir del mes de febrero y concluirá en el mes de noviembre de 2021. Según lo señalado en la convocatoria.



Alumna del plantel recibiendo su tablet / Foto: Cortesía



Alumna del plantel firmando carta responsiva / Foto: Cortesía

✓ Mi encuentro conmigo desde el confinamiento

Retos y logros en el confinamiento



Asistentes a la Jornada / Foto: Cortesía

Jóvenes de la comunidad cecehachera comparten sus experiencias

JESSICA ABIGAIL HERNÁNDEZ RIVERA
ABIGAIL.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

Para la última actividad de la Jornada Mi encuentro conmigo preparada por el Departamento

de Psicopedagogía del plantel, la dinámica fue modificada, en esta ocasión se dio lugar a un conversatorio donde alumnos, promotores académicos y también ex alumnos del CCH Vallejo dieron voz a la comunidad estudiantil y hablaron de sus experiencias frente al distanciamiento social en el que nos encontramos.

El Departamento de Psicopedagogía ha buscado mantener abiertos canales de comunicación

con los estudiantes para ofrecerles orientación y apoyo, en el espacio de esta Jornada, a diferencia de las anteriores en las que se escuchó a los especialistas que han sugerido estrategias para manejar las distintas emociones que pueden ser abrumadoras en especial para los jóvenes, fueron estos quienes relataron de propia voz como las han puesto en práctica, qué dificultades han enfrentado y cómo las han superado.



Para la mayoría lidiar con la incertidumbre comenzó a mezclar enojo, ansiedad o tristeza sobre todo al inicio del confinamiento y sus redes de apoyo han sido su principal contención “es casi imposible erradicarlo sin ayuda profesional, pero gracias al apoyo de mis amigos y familiares, las llamadas con mi familia han sido lo que más me ha ayudado” cuenta Jonathan Valdez. Las dinámicas familiares cambiaron, se reordenó la repartición de tareas en casa, se tuvieron que organizar las actividades de cada integrante para adaptarse a las de los otros, algunos lamentablemente por problemas de salud; la casa pasó de ser un espacio compartido a un espacio de convivencia como destacó la Norma Gallardo integrante del Departamento de Psicopedagogía del plantel.

Permanecer en casa más tiempo significó por otra parte la oportunidad para completar proyectos pendientes o emprender algunos, el tiempo dedicado al estudio ha sido un cambio importante “en un principio me costó trabajo mucho trabajo acoplarme, ya después te vas organizando y creo que ahora le dedico mucho más este tiempo a la escuela creo que eso ha sido algo positivo” comentó Aranza Quiroz.

Ante situaciones en las que no tenemos control, la toma de conciencia de todos los involucrados puede hacer un gran cambio en la actitud y por tanto en la manera de vivir esta realidad, lo chicos expusieron lo útil que les ha resultado ser empáticos para mantener una mejor convivencia, también han tomado responsabilidad sobre su proceso de aprendizaje pues saben que hoy implica un esfuerzo extra, están más conscientes de la importancia de cuidar la salud individual y colectivamente y, aunque se han dado cuenta que ninguno de estos procesos es sencillo, saben que no están solos en esto.



Para más información
escanea el código:



✓ Jornada: mi encuentro conmigo

Conferencia: Habilidades sociales y emocionales ¡Socioemocionante!

JESSICA ABIGAIL HERNÁNDEZ RIVERA
ABIGAIL.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

El departamento de Psicopedagogía y el Centro de Integración Juvenil proporcionan herramientas para que la comunidad maneje de mejor manera la sobredosis de realidad que padecemos actualmente.

Y es que a la escuela no sólo vamos a instruirnos en distintas áreas de conocimiento, no solo aprendemos matemáticas, biología o redacción, en este espacio se aprenden y desarrollan habilidades sociales y de manejo de emociones que impactan nuestra convivencia con el entorno; la trabajadora social Georgina Radilla Ortiz que por más de 35 años ha trabajado en distintas sedes Del Centro de Integración Juvenil nos habló de esto y de una técnica para trabajar con nuestra ansiedad y miedo.

En casa obtenemos las primeras herramientas y habilidades socioemocionales, la genética y la forma en la que nuestros padres o



cuidadores convivieron con nosotros nos van dando la pauta, “nos ayudan a regular nuestras emociones y a interactuar positivamente con los demás para afrontar adversidades o resolver problemas cotidianos” explicó la invitada, pero estas habilidades se pulen o modifican principalmente en entornos como la escuela, por lo que en esta nueva forma de convivir es necesario poner especial atención a nuestras emociones y lo comportamientos que tenemos en consecuencia.

Georgina Radilla nos recomienda fortalecer las siguientes habilidades:

- Identificación de emociones

Reconocer tus emociones, nombrarlas y analizar su relación con tus pensamientos y conductas.

- Control de impulsos

Contener reacciones inesperadas, rápidas y exageradas que puede afectarte a ti o a los demás.

- Comunicación asertiva

Expresar tus ideas y sentimientos de forma clara, directa y respetuosa, esto es aplicable no sólo en la interacción con los demás sino también con uno mismo.

- Empatía

Compartir los sentimientos de otras personas para ofrecer una respuesta solidaria.

- Construir redes de apoyo


Establecer relaciones interpersonales en las que existe apoyo mutuo y se busca el bienestar común

- Regulación emocional

Guiar tus emociones de manera consciente y cultivar estados emocionales que contribuyan a tu bienestar

Mejorar las habilidades socioemocionales tiene aspectos positivos notables tanto en el desempeño académico como en la convivencia con los compañeros y otras relaciones interpersonales, previene situaciones de riesgo como consumo de drogas y acoso escolar, aumenta las probabilidades de éxito laboral y social y, mejora la salud física, mental y emocional.

Lograrlo requiere tener interés genuino y practicar, existen prácticas que pueden ayudarnos como la técnica de liberación emocional de Gary Craig y traducida por Victoria Eugenia Ortiz.

Si quieres saber cómo aplicarla puedes ver la charla en el Facebook Oficial del plantel, si requieres ayuda u orientación especial puedes escribir al Departamento de Psicopedagogía del plantel, o solicitar atención en los centros de Integración Juvenil. 



El Programa de Fomento, Estudio y Difusión de Teatro para la comunidad del Colegio de Ciencias y Humanidades,

Convoca a la comunidad estudiantil a participar en el:

PRIMER CONCURSO ESTUDIANTIL DE TEATRO INTER-CCH



BASES DE PARTICIPACIÓN:

- Podrán participar todos los alumnos inscritos del Colegio de Ciencias y Humanidades.
- Las obras deberán estar diseñadas para presentarse vía Zoom.
- Los participantes tendrán que elegir una de las obras encontradas en el siguiente catálogo: <https://bit.ly/3tIRubT>;¹ de lo contrario, deberán elegir un texto que en su representación no exceda los 40 minutos y que esté adaptado para montarse de forma virtual, bajo los recursos que ofrece la plataforma Zoom. Si este es el caso, deberá notificarse en el formulario en la sección correspondiente, y quedará sujeto a aprobación de los organizadores.
- Los alumnos serán los encargados de dirigir, actuar, adaptar o traducir el texto (en caso de ser necesario), producir y publicitar la obra.

Para inscribirse, los alumnos deberán rellenar el siguiente formulario: <https://bit.ly/3tO1No> y adjuntar en el mismo un documento del proyecto con la siguiente información:

OBRA

- Nombre de la obra y del dramaturgo.
- Duración del montaje.
- Sinopsis de la obra.
- Encargado de la adaptación (si es que se trata de una adaptación)
- Nombre del(os) Director(es).
- Nombre del(los) Productor(es).
- Teléfono Celular de Contacto.
- Profesor encargado (si es que hay un profesor coordinando)

EQUIPO CREATIVO:

- Escenógrafo(s) o encargado de la estética visual.
- Escenógrafo(s) o encargado de la estética del audio.
- Técnico(s) virtual(es).
- Vestuarista(s).
- Maquillista(s).
- Iluminador(es) o su equivalente.
- Encargado(s) de la publicidad.
- Nombre de todos los asistentes: de dirección, producción, etcétera; es decir, todo aquel que haya contribuido a la puesta virtual.

ACTORES:

- Nombre del actor y personaje que interpreta.

Además, deberán indicar el horario de presentación que les resulte más conveniente (antes o después de las 14:00 horas), así como día de la semana para su ensayo general. En caso de que se encimen solicitudes, se buscará la forma de acomodar en una segunda opción, por lo cual es importante checar el correo permanentemente.

- Las categorías que se premiarán son:

- Obra (Producción)
- Texto dramático (Original o adaptación)
- Dirección
- Estética del audio
- Estética visual
- Recursos virtuales
- Vestuario y Maquillaje
- Publicidad y programa de mano
- Actor dramático
- Actriz dramática
- Actor cómico
- Actriz cómica
- Actor de reparto
- Actriz de reparto
- Mejor Actor
- Mejor Actriz

- Cada categoría tendrá un primero, segundo y tercer lugar.

- Todos los alumnos premiados recibirán un diploma.

- El fallo del Jurado será inapelable.

- En caso de que el Jurado así lo considere, podría otorgarse una mención honorífica en alguna de las categorías antes mencionadas.

- El concurso se llevará a cabo la semana del 11 al 14 de mayo de 2021. Dependiendo del número de grupos interesados se utilizarán tres o cuatro días. Los horarios finales de presentaciones se darán a conocer en La Gaceta del CCH o en su respectivo portal.

- La premiación al concurso se realizará el viernes 21 de mayo de 2021, en el siguiente enlace: <https://bit.ly/3rEiiba>.

- Las inscripciones quedan abiertas desde la presente publicación hasta el 12 de marzo de 2021.

Se recomienda asistir a la junta informativa el 26 de febrero, a las 12:00 horas, en el siguiente enlace: <https://bit.ly/3d4U9H4>.

Organizan los profesores: Olivia Barrera y Juan Alberto Alejos.

¹ Queda prohibida la reproducción total o parcial de estas obras por cualquier medio electrónico o mecánico, ajena a las intenciones de esta convocatoria y sin autorización por escrito de los autores.

✓ Reconocen esfuerzos de docentes y autoridades

Clases dinámicas y mejores organizadas

DHMAR MIRELES
COMUNIDAD.VALLEJO@CCH.UNAM.MX

Inció un nuevo semestre a distancia, y luego de haber tenido una nueva experiencia con las clases en línea, la comunidad del CCH Vallejo, expresó su sentir con respecto a las expectativas y retos que tienen para este nuevo semestre remoto.

Para Karol Rodríguez Barreto, alumna de segundo semestre, el reto es mejorar sus aprendizajes para comprender de una mejor manera lo que vio en primer semestre y poder me-

CCHros exponen sus expectativas ante el nuevo semestre

jorar sus calificaciones. Sin embargo, no es la única alumna que desea mejorar sus notas; ya que, Ulises Pedroza García, de cuarto semestre, desea lo mismo y tiene como expectativas "que ahora las clases sean más dinámicas para que no se sientan muy tediosas y que los profesores evalúen más las participaciones"; esto, debido a que en las clases en línea de tercer semestre, sus compañeros de grupo no participaban mucho y






Que ahora las clases sean más dinámicas para que no se sientan muy tediosas”

se le hacía tedioso el hecho de que solo ciertos alumnos y el profesor, fueran los únicos participando en clase.

“Mis expectativas para este nuevo semestre son altas; ya que, estoy acostumbrado a esta nueva forma de trabajar en línea y esto ayuda con la experiencia del semestre pasado; sé cómo trabajan los profesores y evalúan, con todo esto espero poder generar una mayor calificación que la del semestre pasado”, así lo expresó otro alumno de cuarto semestre, Luis Edwin Hernández Terrazas, quien además, mencionó que le gustaría participar más, y espera seleccionar adecuadamente sus materias de quinto semestre, al igual que la licenciatura que en año y medio empezará a cursar.

El panorama para dos alumnos de sexto semestre, Sofía Guadalupe Valencia Vital y Carlos Valentín González Pérez, no es diferente a los demás; Sofía tiene altas expectativas de este nuevo semestre en línea debido a la experiencia que ya tuvo con las clases en línea, la plataforma, los profesores y su forma de evaluar, y la comunicación con ellos y sus compañeros, “creo que este curso ya va a estar un poco más organizado que el pasado, que fue cuando comenzó la pandemia. Todos sabemos que es un reto muy grande la comunicación, porque para los trabajos en equipos, si tenemos alguna duda con el profesor, es un poco más difícil contactarnos con las personas o que todos tengan el mismo tiempo para estar conectados, lo que es un poco más difícil que cuando era presencial”, mencionó. Por su parte, Carlos espera poder egresar del CCH para estudiar la carrera que desea, generando conocimiento y poniéndolo en práctica.

Para la profesora de la materia de Psicología, Diana Fernanda Velázquez Ortiz, sus retos principales de las clases en línea “han sido desde adecuar una pequeña aula improvisada para compartir con mis alumnos durante las sesiones síncronas hasta el aprender a utilizar nuevas herramientas que permitan hacer más interactiva la clase, así como dominar las plataformas para llevar a cabo las sesiones síncronas como Zoom, Meet, y asíncronas con la creación de un aula virtual donde colocar los materiales que utilizaremos así como recibir las tareas y dudas de los alumnos”. No obstante, la profesora tiene en claro que esta nueva forma de impartir clases es por una pandemia, y su mayor reto es ser empática y flexible con sus alumnos para poder apoyarlos a la distancia y comprender que algunos no tienen buena conexión a internet, toman clases en un café internet, comparten los dispositivos electrónicos con familiares, e incluso a algunos les incomoda prender sus cámaras. 



Alumna: Karol Rodríguez / Fuente: cortesía



Alumna: Sofía Valencia / Fuente: cortesía



Alumno: Edwin Hernández / Fuente: cortesía

✓ Festival de cine realiza alianza con Rizomarte

Cecehachero Film Fest llega a España

Es el primer acercamiento para lograr un intercambio que impacte de manera positiva en la generación de nuevos talentos

JESSICA ABIGAIL HERNÁNDEZ RIVERA
ABIGAIL.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

El Festival Internacional Cecehachero Film Fest sigue en expansión y para la quinta edición ha formado una colaboración con Rizomarte, plataforma dedicada a la gestión cultural en España. La colaboración comprende una convocatoria para que jóvenes creadores con residencia en España se vinculen con realizadores mexicanos.

“Sí vamos a llevar una muestra del festival a Barcelona pero también concretamos la idea de una convocatoria para jóvenes residentes españoles, con la idea de vincular a jóvenes realizadores mexicanos para generar alianzas que puedan ser fructíferas a mediano plazo para la realización cinematográfica entre ambos países”, expuso Brandon Ibarra, Director Ejecutivo del Festival.

La idea de esta alianza surgió cuando el también exalumno del Plantel Vallejo, compartió escenario con Mariana Rey, Directora de Rizomarte, en el 2018 en México, “es un proyecto al que vi listo, tiene todo para dar el siguiente paso, está consolidado como equipo por su manera de hacerse, en este momento





nosotros nos estamos integrando como una alianza estratégica para darlo a conocer de este lado del planeta” comentó la española.

“El trabajo que se está haciendo inicialmente ha sido una vinculación con instituciones que apoyen el festival, en este caso la Secretaría de Relaciones Exteriores, la casa América Cataluña y el Instituto Mexicano de Cultura en España han sido las primeras que han acogido el proyecto, todo esta vinculación ha sido a través del proyecto Rizomarte abanderando la representación del festival”, recalcó Ibarra.

Además, como parte de la difusión del proyecto ha encontrado apoyos en distintos medios como la Agenda de Cataluña, Time Out y la UNAM España.


Quinta edición del Festival

Gracias a esta alianza, ya se preparan actividades que serán

programadas en un horario que permita participar de forma simultánea a los asistentes de ambas latitudes, “todo se haría en línea sin embargo lo que estamos tratando de consolidar es que los eventos sean más dinámicos, más interactivos y que la gente, aunque esté en sus casas, tenga la oportunidad de generar un diálogo directo con los realizadores y con los invitados” explica Brandon.

La quinta edición del festival coincide con los 50 años de la creación del CCH y por eso se realizarán actividades en conjunto “desde el año pasado se pensó que esta edición tuviera lugar justo en la semana de celebración de los 50 años de Vallejo, la celebración de Colegio es el 12 de abril y nosotros tendríamos el festival del 14 al 17 de abril; se está trabajando para que los eventos se transmitan en vivo en varios espacios del plantel con la finalidad de que se sienta la cercanía con el plantel Vallejo desde sus hogares”

Por su parte Mariana Rey resalta la oportunidad de exportar

este modelo de gestión cultural universitario que toma a los jóvenes de bachillerato tan en cuenta “en España no existen el bachillerato vinculado a la Universidad, son pocas las vinculaciones que se pueden tener desde el bachillerato cómo está continuidad que al final como universitario de la UNAM se siente, porque se genera una comunidad bastante grande” “creo que puede ser una buena oportunidad incluso para las propias universidades para ver cómo se hace en otro lado, porque de alguna manera al final es una gestión cultural universitaria la que se está realizando dentro del cecehachero aunque ya no forme parte de sus aulas pero al final emerge de ahí entonces creo que en ese sentido es una novedad importante que tiene mucho que aportar” 



Será un evento dinámico, interactivo y que la gente, aunque esté en sus casas, tenga la oportunidad de generar un diálogo con los realizadores y con los invitados”



✓ Concluyen alumnos de primer semestre la materia en línea

Reciben diplomas de Educación Física

JORGE SAÚL BERNAL ARÉVALO
JORGE.BERNAL@CCH.UNAM.MX

Testimonio evidente que a la Universidad Nacional Autónoma de México y al Colegio de Ciencias y Humanidades nada los detiene, se dejó sentir con las clases impartidas por un grupo de docentes entregados a su vocación de servicio y deportiva, al activar y motivar desde su hogar a 940 hogares correspondientes a los alumnos de los grupos 119 a 136; 173, 177, 179 y 190 del turno matutino del plantel Vallejo.


Apegados a los principios pedagógicos del Colegio, trabajaron 4 unidades temáticas los académicos; Gabriela Cajero, Yulitzma Bautista, Yutzil Lucero Teja, Axel Santiago Soto, Blanca Lezama, Hugo Varela, Berenice Avalos y María Esther Izquierdo que ampliamente fueron felicitados por la Directora del plantel, Maricela González Delgado y el Jefe del Departamento de Educación Física, Francisco Martín Pérez Bravo; quienes reconocieron delante de los alumnos diplomados, el esfuerzo y entusiasmo que implica trabajar en la nueva modalidad que el contexto del Covid 19 nos ha impuesto.

En la apertura la Directora del plantel a los alumnos felicitó por integrarse en condiciones adversas a su proceso de aprendizaje, les indicó que "el CCH es una institución dinámica y en constante transformación y que celebra 50 años, que han significado todo un reto y el más duro ha sido este que enfrentamos, porque no podemos estar

juntos y hacer uso de nuestras instalaciones, pero llegarán mejores momentos y tal vez ustedes nos puedan representar en algún concurso"; los invito a participar de los festejos que se realizarán durante el 2021 para que se vayan apropiando de la Universidad que les pertenece. "Festejamos el término del primer semestre y ésta es la prueba de que nada nos va a detener; felicidades a todos, muchas gracias por la invitación"

El Secretario General, Odilón González; en su participación comentó, "al concluir el semestre escolar implica reconocer el esfuerzo académico que por dificultades técnico didácticas del confinamiento obligado, supone la enseñanza de la Educación Física a distancia"; felicito ampliamente a los alumnos por su compromiso y agradezco atento la invitación.

Acto seguido; Francisco Martín Pérez Bravo, dio lectura al diploma y simbólicamente entregó a un alumno, y agregó en el acto; "el CCH es una institución que no se detiene, esta ceremonia prueba el esfuerzo de ustedes, de sus padres y maestros que con el cariño que les profesan, se esfuerzan para darles los conocimientos y herramientas que los encamine a llevar una vida sana en el deporte; los reconozco como miembros de la generación de los 50 años, los felicito por su espíritu universitario, siéntanse orgullosos de pertenecer a la mejor Casa de Estudios; la UNAM".

Luego de la Clausura oficial por parte de la Directora Maricela González, respetuosamente los asistentes virtuales escucharon el Himno Nacional Universitario. 



✓ Colección de videos de medio siglo del cch



Tv UNAM se une a los festejos del CCH

“CCH ES UN GOYA”

JORGE SAÚL BERNAL ARÉVALO
JORGE.BERNAL@CCH.UNAM.MX


Relatar en videos el desarrollo y las vivencias de toda una institución, de sus alumnos y académicos, de sus administrativos e investigadores, de los trabajadores que han puesto día a día, su esfuerzo en construir y edificar una escuela de modelo educativo constructivista, no es fácil; al ser un documento histórico esos videos, pueden quedar en el olvido un sinnúmero de vivencias de cada persona; si hablamos de alumnos que conforman la fuente de inspiración y motivación de un Colegio, son más de un millón,

solo por cuantificar un poco; pero no se puede cuantificar aquello que es emotivo, vivencial; de raza y de espíritu.

En la fraternidad que nos une como universitarios, no es justo omitir a ningún hijo de nuestra Alma Mater, sea extensiva una disculpa si se omitieron los besos, los abrazos, las risas, las emociones a veces encontradas; las incertidumbres, los enamoramientos, las despedidas y los encuentros que se han dado en cada ser humano buscando el conocimiento, la formación, la trascendencia y no solo el certificado, el diploma, la medalla o el nombramiento que siempre se espera de una Escuela Nacional que se ha estructurado en medio siglo de la historia de nuestro país.

Encontrarás en el canal de YouTube de Tv UNAM, videos

conmemorativos de los primeros 50 años de nuestro Colegio, en ellos se hace sentir la voz de docentes, alumnos y trabajadores de todas las áreas que relatan sus vivencias, muestra de gratitud a todo aquello que conforma la inolvidable experiencia de haber transitado por los pasillos, de haber convivido en sus bancas, de haber experimentado en sus laboratorios, de hacer deporte en sus espacios, de debatir en sus salones para aprender a hacer, aprender a aprender y, aprender a ser una nueva y mejor persona; tras cada examen, tras cada ecuación y detrás de cada teorema, experimento o poema.

Enhorabuena; felicidades al Colegio, Colegio que es algo más que sus instalaciones, Colegio de Ciencias y Humanidades que es un goya, Colegio que es... Universidad. 



Universidad Nacional Autónoma de México
Colegio de Ciencias y Humanidades
Plantel Azcapotzalco, Naucalpan y Vallejo



AGENDA DE ACTIVIDADES

Marzo 2021

50 aniversario



DEVELACIÓN

Lunes 1
Develación de la placa conmemorativa "Rosario Castellanos" desde la Biblioteca CCH Azcapotzalco
Vía Youtube
11:00 h.



CONVOCATORIA

Lunes 1
Jornada académica "Los primeros 50 años del Colegio: La literatura que llegó para quedarse"
Todos los planteles e INBAL.
Gaceta CCH
Publicación



EXPOSICIÓN

Viernes 5
CCH Vallejo a través del tiempo
CCH Vallejo
Vía página oficial #Los50deVallejo
Durante todo el día



CONFERENCIA

Lunes 8
La historia viva, las mujeres en el Colegio a 50 años
CCH Azcapotzalco
Vía Youtube
13:00 h.



CONFERENCIA

Martes 9 al jueves 11
2da Jornada sobre igualdad de Género en el CCH, Programa de la Comisión de Género.
Conferencia magistral
CCH Azcapotzalco
Vía Facebook y redes oficiales
11:00 h.



CONFERENCIA

Miércoles 10
Las mujeres en el Colegio a 50 años de su creación
CCH Azcapotzalco, Naucalpan y Vallejo
Transmisión en redes oficiales
19:00 h.



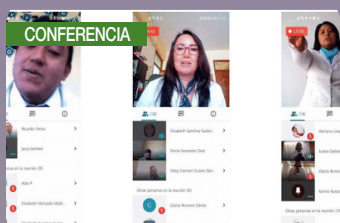
MUESTRA DIGITAL

Viernes 12
15ª Muestra Siladin hacia la comunidad en el marco de los 50 años del Colegio
CCH Naucalpan
Vía Facebook SILADIN y Pulso
10:00 a 18:00 h



CIERRE DE REGISTRO

Jueves 18
Ciclo de ponencias: "Semillero de talentos matemáticos"
CCH Naucalpan
Redes oficiales del Plantel
Durante todo el día



CONFERENCIA

Miércoles 24
#Los50deVallejo: Mujeres líderes del CCH
CCH Vallejo
Vía Facebook Live
19:00 h.



MUSEO DIGITAL

Por confirmar
Museo virtual de objetos fundacionales
CCH Naucalpan
Redes oficiales del Plantel
Durante todo el día



PROGRAMACIÓN

Durante todo el mes de marzo
Programación Pulso TV 50 años del Colegio de Ciencias y Humanidades
CCH Naucalpan
Vía Pulso TV en Youtube
Contenido digital



Sigue las Redes de los planteles para conocer detalles de programación.



iConéctate, te esperamos!



✓ Jueves para la igualdad

Violencia en la pareja y efectos psicológicos

JORGE SAÚL BERNAL ARÉVALO
JORGE.BERNAL@CCH.UNAM.MX

Académica de la maestría en terapia familiar en la Universidad de Autónoma de Santo Domingo y presidenta-cofundadora del Patronato de Ayuda a Mujeres Maltratadas, de ese país; Soraya Lara, en fraternal conversatorio con el Jefe del Departamento de Comunicación del CCH Vallejo, Cesar Alonso García Huitrón, expuso la temática de su especialidad como parte del programa Jueves para la Igualdad que organiza el Departamento de Psicopedagogía de dicho plantel.

La violencia en cualquiera forma causa dolor a la sociedad entera, ejercida contra la mujer puede terminar en feminicidio; al escuchar a las víctimas en el patronato, nos sensibiliza y afecta cuando creemos que tal vez no veremos más a la paciente. De diversos tipos, frecuencias e intensidades; puede ser violencia física como golpes, desprendimiento de retina, abortos por golpes, quemaduras, fracturas; violencia psicosocial y emocional como amenazas, celotipia y posesividad, insultos, culpa-



Soraya Lara, ponente / Fuente: Archivo

¿La mujer con derechos o la mujer como víctima?



bilización permanente, control de horarios, de celular, de vestimenta o llamarle “loca” para alterar su percepción de la realidad; violencia económica patrimonial como no aportar dinero, quitar posesiones o dañarlas; además de la violencia sexual como forzar relaciones y situaciones que dañen la sexualidad, erotismo y afectividad de la mujer.


Los efectos psicológicos en las víctimas incluyen daño en la autoestima, auto maltrato, alteración de sueño, sentimiento de culpabilidad, de ser controladas y humilladas; ansiedad, depresión, abandono de empleo, estudio, familia o metas; temor injustificado, trastornos psicósomáticos, compulsiones, ideas suicidas, anorexia y bulimia y otras alteraciones que obligan al internamiento en casos extremos, dijo Soraya.

La violencia ocurre en todos niveles y esferas de la sociedad; se ejerce bajo el mismo patrón conductual, donde el agresor justifica y minimiza su acción inculcando a su víctima; aclaró Lara; estas conductas son aprendidas en familia con un padre violento y una esposa tolerante; con los años esos papeles tienden a repetirse y

considerarse “normales”; los hijos crecen con la idea de posesión y pertenencia de la mujer y las hijas, ven a la mujer como causante de conflictos; cuando interactúan en sociedad o en escuelas el estereotipo conductual lo manifiestan.

En sus primeras relaciones sentimentales los adolescentes pueden usar esos patrones conductuales; es importante que conozcan estas distorsiones cognitivas y actúen para desterrarlas y no generar sufrimiento, si de verdad aman.

Debemos detectar a tiempo y denunciar en las instancias correspondientes actos que violenten los Derechos Humanos de la mujer; víctima y agresor deben ir a terapia y buscar un cambio, solicitar apoyo de manera inmediata; aunque a las víctimas cueste trabajo en etapas de negación, culpabilización y minimización y al agresor en su fase contemplativa donde reconoce y no actúa y sobre todo cuando el agresor se dice provocado.

Para concluir Soraya Lara comentó; en el Patronato tenemos un programa de reinserción a la sociedad, porque el daño puede ser tan severo que literalmente se abandonan a sí mismas. 





Antonieta tenía un sueño: volar

POR NOEMI ZEPEDA
INTEGRANTE DE LA CINIG / PLANTEL VALLEJO

Todas y todos hemos visto los sueños volar, para bien o para mal. Antonieta Valeria Rivas Mercado Castellanos, anhelaba un mundo distinto al que la rodeaba, un mundo donde la mujer fuera dueña de su territorio, de su pensamiento, de su espacio, de sus decisiones, de sus sueños.

Hija del autor de "El Ángel de la Independencia", Antonio Rivas Mercado, arquitecto de gran renombre en la época porfiriana. Antonieta fue una mujer sensible a su época, preocupada por la educación, el arte, la cultura, la política, y las mujeres. Nació con el siglo XX, el 28 de abril de 1900, día de San Valerio, razón por la cual llevaría el nombre de Valeria, pseudónimo con el que firmaría algunos de

sus escritos. Era amante de la lectura, de la danza y de José Vasconcelos, quien fuera rector de nuestra Universidad, a quien le debemos el lema que expresa de manera contundente, la absoluta confianza que tenemos en que nuestra alma será portavoz de las y los mexicanos: "Por mi raza hablará el espíritu".


Antonieta no solo fue compañera sentimental, fue también la que financió su campaña política como candidato a la presidencia de México. Era delgada, sus ojos eran negros y profundos, su piel era del color de la tierra, quizá por eso honraba tanto sus raíces, hablaba inglés, francés, alemán, italiano y griego, cuando caminaba su andar era tan delicado, que parecía que sus pies recordaban las clases de ballet de su infancia: "Tiene un gran futuro como bailarina" decía su profesor el Sr. Soria, "Es una gran actriz", comentaba el público del Teatro Ulises, el primer teatro experimental en México creado por ella misma y dirigido por Xavier Villaurrutia y Salvador Novo, con la visión de construir un pensamiento distinto en el ámbito escénico. Se casó con el conservador Alberto Blair, con quien quizá su única fortuna fue Antonio, su hijo. Deseaba tanto derrumbar las barreras de los prejuicios que invirtió toda su fortuna en proyectos que transformarían la sociedad mexicana.

Fue mecenas de infinitos artistas entre los que destaca, Manuel Rodríguez Lozano, de quien se enamoró profundamente. Impulsó la Orquesta Sinfónica de México, dirigida por Carlos Chávez, tradujo obras de dramaturgos y poetas mexicanas y mexicanos a

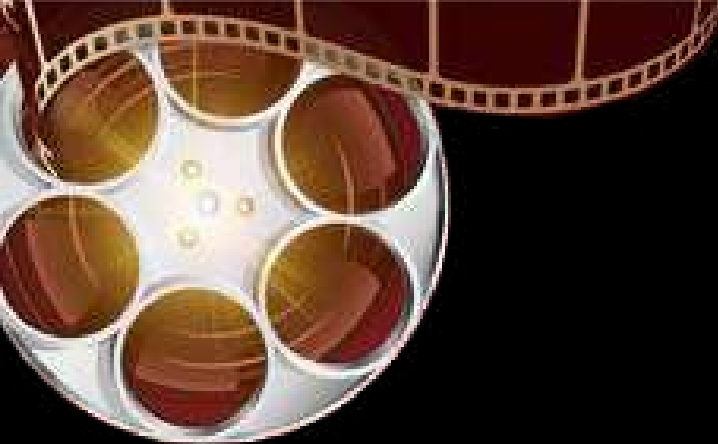
distintos idiomas, patrocinó proyectos culturales, fue docente, escritora y luchadora de los derechos de la mujer.

Antonieta, la que nunca fue bailarina, ni actriz, la que una mañana de invierno de 1931, finalmente cumplió su sueño: voló. Un halo de luz que entraba por los ventanales de la majestuosa construcción de Notre Dame, iluminó su esbelto cuerpo y cada ladrillo de

esta gótica catedral fue único testigo de sus últimas palabras, antes de darle fin a sus deseos con un tiro en el corazón y caer en un sueño profundo.

La CINIG recuerda con orgullo y admiración a una de las precursoras del feminismo en México y luchadora de los derechos de la mujer, Antonieta Rivas Mercado. 





SAMUEL RAFAEL
COMUNIDAD.VALLEJO@CCH.UNAM.MX

El color, misterioso y hermoso a la vez, con capacidades impresionantes e inimaginables. El color, en pleno uso de su poder y sin mayor esfuerzo me ha dominado una y otra vez, ha manipulado mis emociones de un extremo al otro y muchas veces no lo he notado, me ha hecho llorar, me ha hecho reír y estoy seguro que me ha hecho sentir un enorme asco hacia todo, en pocas palabras, el color me ha hecho sentir todo tipo de emociones y afirmo con toda seguridad que también a usted, lector. Lo más impresionante de esto es que no fue accidental, todo fue un acto del artista, consiente en todo momento de las consecuencias de sus acciones y aun así ha decidido manipularme, ha decidido obligarme a expresar estas emociones que ni siquiera sabía que guardaba me ha obligado a preguntarme ¿En dónde está el arte?, ¿En lo que estoy viendo o en lo que estoy sintiendo?

El cineasta nunca ha negado el poder que el color tiene, incluso este se ve atado a su poder, ha utilizado este poder para expresar sus ideales y emociones de la manera más exacta. Desde su uso técnico, el color le ha servido al artista para que una imagen esté equilibrada o no, por medio del uso adecuado entre colores fríos y cálidos. Le ha servido para manipular el matiz de los colores en pantalla

Dirección de arte: El color




Muerte en Venecia / Fuente: Cortesía

y así demostrar la intensidad del suceso que estamos presenciando, le ha servido para mostrar emociones basándose únicamente en la psicología del color. Y a nosotros espectadores, el color nos ha servido para apreciar con más emoción este arte que tanto nos gusta.

Un claro ejemplo del uso del color es "Morte a Venezia" (1971) la obra de Luchino Visconti nos presenta a un compositor alemán, que arrepentido y deprimido, decide pasar el verano en una Venecia secretamente envuelta en una pandemia. En medio de todo este proceso, nuestro protagonista conocerá y se enamorará del adolescente Tazio.

Ferdinando Scarfiotti, diseñador de producción de "Morte a Venezia" muestra con éxito la historia del libro con el mismo nombre, se auxilia del color para mostrar la ignorancia y la falsa felicidad que los lugareños han implantado en los turistas y la contrapone con la sabiduría y la preocupación de los habitantes, ver la constante pelea entre colores cálidos contra colores fríos es más que un reflejo de lo que está pasando en nuestros personajes y en la ciudad: ignorancia contra sabiduría, belleza contra ingenio, vida contra la muerte.

El color también se hace cargo de separar a nuestros personajes, mientras que nuestro protagonista, hombre maduro y elegante en busca de una juventud e inocencia perdida es la clara representación del color negro. Totalmente diferente al inocente Tazio que es color blanco. Esto se refleja perfectamente en la imposible evolución que el protagonista tanto anhela, es este deseo de acercarse a Tazio o a lo que representa lo que define el color del personaje, siempre negro y al final blanco acompañado de la inocencia que tanto deseó, pero que consiguió a costa de una muerte en Venecia. 

Egresado de la UNAM diseña máscara para protegerse de la COVID-19



El equipo cuenta con un diseño muy ligero que permite trabajar sin problema dentro de un consultorio dental o médico e incluso en un quirófano.

JORGE BARUCH DÍAZ RAMÍREZ
[HTTPS://UNAMGLOBAL.UNAM.MX/](https://unamglobal.unam.mx/)

Durante la pandemia de la COVID-19 uno de los problemas más importantes ha sido el equipo de protección, sobre todo en hospitales. Por este motivo, Alejandro Crespo, egresado de la Facultad de Ingeniería de la UNAM, diseñó la máscara PURIFAIR 1, que posee un alto grado de seguridad basado en las normas internacionales.

Desarrolló esta máscara para apoyar con su "granito de arena" contó a UNAM Global. El equipo cuenta con un diseño muy ligero que permite trabajar sin problema

dentro de un consultorio dental o médico e incluso en un quirófano.

Posee el grado médico con filtro N95 PM 2.5. En la parte superior es capaz de atrapar hasta un 95 por ciento de las partículas con un tamaño de hasta $2.5\mu\text{m}$ por medio de su filtro de 5 capas, filtro de algodón electrostático a prueba de polvo y filtro con carbón activado.

El filtro con carbón activado bloquea el polvo del tamaño de micrones, contaminantes industriales y varios tipos de sustancias nocivas. Por tal motivo, funciona no sólo para protegerse del SARS-CoV-2 sino de cualquier otro virus.

Su uso es muy fácil, ya que cada filtro es desechable. "Lo único que tienen que hacer es desechar el filtro no deseado y reemplazarlo por uno nuevo".


Dispone de unos ventiladores silenciosos que permiten ventilar y circular el oxígeno de forma natural dentro de la máscara y así eliminar algunos gases

producto de la respiración como el CO₂ de forma sustancial.

Posee dos baterías de litio a los costados para que la máscara funcione 6 horas seguidas, una válvula de escape frontal que permite la salida de gases más rápida y en el proceso no permite la entrada de ninguna otra partícula.

La máscara está hecha de un plástico de alta densidad ultra resistente a cualquier golpe, ralladura o quemadura y así se prolonga la vida del equipo.

En la parte lateral izquierda cuenta con un botón que permite apagar los motores en períodos de inactividad y sobre todo cuando la carga de las baterías se encuentra baja y requiere conectarse al cargador para seguir usándola.

Es muy segura porque cuenta con la certificación de la Directiva de Instrumentos Médicos (93/42/EEC) de la Comisión Europea, y los estándares internacionales de calidad de ISO 14971:2012; 1041:2008+A1:2013; ISO 10933-5:2009; ISO 15223-1:2016; ISO 10993-12:2009/AC:2010; y ISO 10993-10:2013. 

Para aquellos interesados en adquirir la máscara pueden comunicarse a:

(55) 76956995

Info@techstem.Com.Mx

Https://www.Techstem.Com.Mx



Para más información
escanea el código:



¿Es amor? Maltrato en el noviazgo

DIANA FERNANDA VELÁZQUEZ ORTIZ
DIANA.VELAZQUEZ@CCH.UNAM.MX

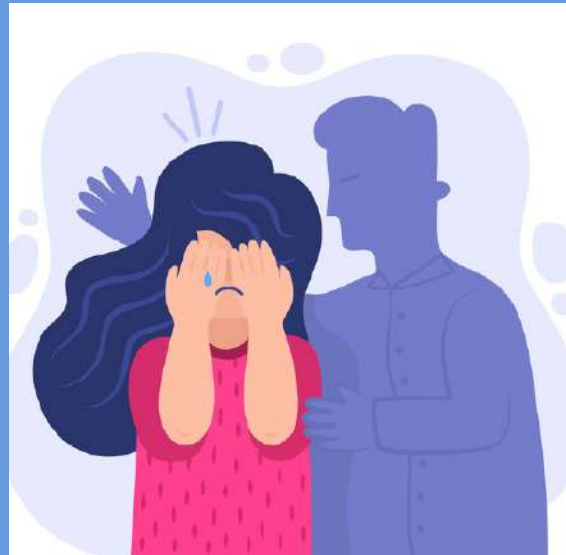
Anteriormente hablar de violencia de pareja implicaba hablar de violencia específicamente en el matrimonio, no obstante, en las últimas décadas la violencia en las relaciones de noviazgo ha ido en aumento y esto ha demostrado que este fenómeno no es tan raro como se creía anteriormente.

Los noviazgos regularmente comienzan en la adolescencia, etapa en la que podemos notar gran cantidad de cambios afectivos y de desarrollo corporal en donde la violencia puede ser

adoptada como una manera de relacionarse con los otros afectando las relaciones afectivas de la posteridad.

Cuando hablamos de violencia no solo debemos pensar en el uso de la fuerza física o en la amenaza, sino en una gran variedad de formas como son el maltrato verbal, emocional psicológico, las conductas de control y el abuso sexual.

La violencia durante el noviazgo pone en riesgo de daño emocional y físicos a los adolescentes y en muchas ocasiones de asocia con altos niveles de incursión en otros comportamientos riesgosos como consumo de sustancias intentos de suicidio y conductas inadecuadas para el control del peso además de que la autoestima y en el bienestar emocional.




¿Cómo saber si estoy en una relación violenta?

Para poder reconocer si te encuentras en una relación violenta debes comenzar por analizar como te sientes cuando estás con tu pareja, ¿Te sientes libre de decir, comentar o hacer cualquier cosa? ¿Temes que se enoje si eres tú mismo? De igual manera puedes analizar si en tu noviazgo encuentras ciertos comportamientos que normalmente se repiten como son:

1. Tu pareja se enoja constantemente, la tensión acumula y crece tanto que ha habido insultos o reproches.
2. Te agrede física y/o emocionalmente sin poder controlarse.
3. Busca reconciliarse y dice estar arrepentido prometiendo cambiar y comportándose complaciente, no obstante, pasa el tiempo y vuelve a suceder el ciclo.

Puedes también hacer uso del violentómetro para reconocer si tu pareja es violenta o si te encuentras en una relación de noviazgo peligrosa.

Y recuerda "El amor no lastima y si lastima no es amor", no estás solo acércate al Departamento de Psicopedagogía donde pueden apoyarte. 



Se convoca a las y los alumnos inscritos, docentes y personal administrativo del Plantel Vallejo, a participar con objetos representativos que demuestren cómo es el CCH Vallejo y los Cecehacheros en 2021.

Los objetos serán donados con la intención de colocarlos en una **cápsula generacional**, para eso se deberán seguir las siguientes:

BASES

-Realizar un video en formato mp4, en donde se muestre el objeto y se explique el motivo por el que debería de incluirse en la "Cápsula Generacional"; el video deberá tener una **duración máxima de un minuto** y ser enviado al correo los50devallejo@cch.unam.mx.

-El jurado de **#Los50DeVallejo** hará la selección de hasta **10 objetos**, que cumplan con las características antes mencionadas y que se depositarán en la capsula del tiempo, así como una serie de memoria académica, cultural, deportiva y social de nuestro plantel.

-Los objetos seleccionados serán **anunciados vía correo electrónico el 5 de abril de 2021**. Asimismo, se indicará la forma de envío y recolección del objeto y las fechas a tomar en cuenta.

-A las personas seleccionadas se les emitirá un **reconocimiento de participación** en los 50 años del CCH Vallejo..

-**El límite de recepción de los videos será el 26 de marzo de 2021.**

-El objeto deberá medir entre **20 y 30 cm** como máximo, no deberá ser voluminoso, ni contener sustancias corrosivas y/o dañinas al medio ambiente.

CONVOCA TORÍA

CAPSULA GENERACIONAL





JUEVES PARA LA IGUALDAD

CInIG CCH Vallejo



LIVE

CCH Vallejo Oficial

2, 9, 16 y 23 de marzo 9:00 am.	La mujer en la historia universal (4 sesiones) Mtro. José Alonso Salas
4 de marzo 17:00 horas	Violencia de género y Derechos Universitarios Mtra. Alejandra Arenas Nava y Mtra. Lourdes Enríquez Rosas
10 de marzo 13:00 horas	Valientes despertares a través de la pintura Diana Carolina López, artista visual
10 de marzo 17:00 horas	Remembranzas Profesoras Silvia Palma Atlixqueño y María Eugenia Martínez Lira
10 de marzo 19:00 horas	Las mujeres en el Colegio a 50 años de su creación Académicas condecoradas con el reconocimiento Sor Juana Inés de la Cruz
11 de marzo 15:00 horas	Conversatorio sobre Feminismos Egresadas del CCH Vallejo
11 de marzo 17:00 horas	Nuevas masculinidades en la educación Lic. Óscar Alfredo Solórzano Mancera
18 de marzo 15:00 horas	El costo de la masculinidad hegemónica Dr. Jorge Alberto Álvarez Díaz
18 de marzo 17:00 horas	Micromachismos Mtra. Miriam Edith de la Torre Vázquez y Lic. Héctor Zaidad Ávila Fuentes
25 de marzo 13:00 hrs.	La mirada a la mujer a través del arte Mtra. Paola Zamora Borge
25 de marzo 15:00 horas	Interrupción legal del embarazo Dr. Pedro Javier Meza Hernández



IGUALDAD DE GÉNERO UNAM

