



La Virgen de la Montaña nos visita

PÁGINA 3



Josefinas-Trinitarias: Medalla de Extremadura

PÁGINA 12



Las matemáticas molan

PÁGINA 5



Josefinas

Papel ecológico



... y además

Antiguos alumnos colaboran en Valencia tras la catástrofe



PÁGINA 2

Jóvenes voluntarios



PÁGINA 4

Entrevista a Sor Socorro Fuentes



PÁGINAS 6 y 7

Proyecto Coro Escolar



PÁGINA 8

Unidos por la música, unidos por una causa



PÁGINA 9

Pasión y Compromiso



PÁGINA 10

La felicidad comienza con un buen desayuno



PÁGINA 11

y mucho más...

La esperanza en Padre Eladio

ROSA MARÍA GUIJO, JST

En un mundo enfrentado a crisis globales y desafíos personales, la esperanza parece ser un recurso cada vez máspreciado. Pero, ¿cómo conservar esa llama encendida en medio de la incertidumbre?

Padre Eladio fue esa persona que mantuvo viva esa antorcha encendida en medio de las contrariedades de su época; el S.XIX fue un siglo convulso. Las ciudades crecieron rápidamente. Y ello trajo consigo hacinamiento, pobreza y problemas de salubridad.

Vivió con esperanza porque se dejó empapar por el Espíritu Santo. Él fue su fuerza, su energía, su sopro alentador.

Padre Eladio, hombre con ojo avizor, oteaba el horizonte y oraba al Padre para hacer en cada momento, no lo que él quería, sino aquello que Jesús le inspiraba. Eran muchas horas las que dedicaba a la contemplación. En esa contemplación, observaba a tantas personas que no tenían formación ni espiritual ni material y carecían de lo necesario para vivir. Fruto de ese estar a los pies del crucificado como hombre de esperanza se pone en camino y hace lo que Dios quiere, fundar una Congregación "para gloria de la Trinidad mediante la vivencia de las actitudes de la familia de Nazaret en la familia, la escuela y el taller." Cartas, Síntesis biográfica, Pág. 20

En *SpeSalvi*, Benedicto XVI observó que la modernidad, con su énfasis en el progreso científico y tecnológico, había generado una visión secular de la esperanza.

Y prosigue diciendo, la esperanza es una "luz" que ilumina la existencia humana, especialmente en los momentos más oscuros. "El que tiene esperanza vive de manera diferente". La esperanza cristiana es una invitación a mirar más allá de los límites de la historia humana hacia la plenitud del Reino de Dios.

Sin esperanza es difícil caminar, mirar hacia el más



allá, ver, contemplar. La esperanza nos abre a nuevos horizontes, nuevas perspectivas. Padre Eladio tuvo esperanza en Crispín y Manuel, pagando su formación para que aprendieran unas nociones de música y se valieran por ellos mismos. También ayudó al

"herrero" que quería ser sacerdote, enseñándole latín.

El Papa Francisco en su encíclica *FratelliTutti*, subrayó que la esperanza no solo inspira al individuo, sino también a las comunidades, para construir un mundo más solidario y fra-

terno. Según el Papa, la esperanza tiene un componente profundamente social, capaz de impulsar cambios estructurales.

"La esperanza es audaz, sabe mirar más allá de la comodidad personal, de la pequeñas seguridades y compensaciones que estrechan el horizonte."

En la espiritualidad de Padre Eladio, el "jubileo de la esperanza" se puede entender como una invitación permanente a: confiar en Dios incluso en la adversidad. Trabajar por un mundo más justo y fraterno. Vivir la fe como un acto de renovación constante.

En este sentido, su mensaje se mantiene vigente hoy, recordándonos que la esperanza no solo es una virtud, sino una fuerza transformadora que impulsa a las personas a buscar las fuerzas en Dios y en el servicio a los demás.

¿Qué mensaje nos quieren dar el Padre Eladio, Benedicto XVI y el Papa Francisco? Que seamos personas abiertas, que sepamos mirar a nuestro alrededor y ver qué les pasa a mis compañeros, a mis padres, a mis abuelos, profesores... tenemos que dejar a un lado nuestro "ego" y convertirlo en un "nosotros". Si así lo hacemos, las desigualdades sociales pueden ir cambiando. Las tres personas, mencionadas anteriormente, lo hicieron, fueron personas que irradiaban esa esperanza y, en concreto, el Papa Francisco es un gran sembrador de "esperanza".

"El próximo Jubileo puede ayudar mucho a restablecer un clima de esperanza y confianza, como signo de un nuevo renacimiento que todos percibimos como urgente. Por esa razón elegí el lema Peregrinos de la Esperanza. Todo esto será posible si somos capaces de recuperar el sentido de la fraternidad universal, si no cerramos los ojos ante la tragedia de la pobreza galopante que impide a millones de hombres, mujeres, jóvenes y niños vivir de manera humanamente digna." (Papa Francisco)

PASTORAL

Antiguos alumnos colaboran en Valencia tras la catástrofe

ENTREVISTA A ALONSO HERRERA, antiguo alumno

Solidaridad Josefino Trinitaria

Tras los devastadores acontecimientos ocurridos en Valencia, donde numerosas familias lo perdieron todo, un grupo de antiguos alumnos de nuestro colegio decidió movilizarse para llevar ayuda a los afectados. Entre ellos, destaca el testimonio de un estudiante que el año pasado cursó en nuestro colegio Bachillerato, quien junto a su hermano y su pareja, viajó a la zona para ofrecer su apoyo.

"Cuando llegamos, el escenario era indescriptible; todo estaba destrozado. Sentí impotencia al entender que tantas personas enfrentarían enormes

dificultades para recuperar lo perdido", compartió.

El grupo, junto con otros compañeros del colegio que se unieron más tarde, se puso manos a la obra, colaborando estrechamente con militares, policías y vecinos. Su labor incluyó limpiar garajes, distribuir suministros básicos y, sobre todo, brindar esperanza en un momento crítico.

"La situación era muy difícil, y cualquier ayuda parecía insuficiente", añadió Alonso, emocionado al recordar la experiencia.

Esta acción solidaria no solo refleja el compromiso de nuestros alumnos con las causas sociales, sino que también deja una enseñanza importante: no olvidar. *"Mi único deseo es que esto no sea solo una desgracia más que pronto olvidemos. Es necesario seguir ayudando, apoyando y recordando que, juntos, podemos marcar la diferencia."*

La solidaridad y el compromiso de nuestra comunidad educativa son un ejemplo vivo de cómo podemos transformar la empatía en acciones concretas.



Navidad en cada nota

DEPARTAMENTO DE MÚSICA



Cuando Adviento toca a su fin, vivimos una de las tradiciones más esperadas del año: el Festival de Villancicos de nuestro colegio.

Como profesores, podemos afirmar que este evento no solo es una muestra del talento de nuestros alumnos, sino también, un reflejo del espíritu navideño que nos une como comunidad educativa.

Desde las primeras notas hasta el cierre final, el festival fue una experiencia llena de alegría, imaginación y

trabajo en equipo. Cada curso ofreció su villancico con mucho cariño.

Merece destacarse el compromiso de los alumnos. Durante semanas ensayaron con entusiasmo, demostrando que cuando se trabaja con ilusión, los resultados siempre son maravillosos.

Hubo momentos realmente emotivos, como el Coro de Las Josefinas cantando las obras trabajadas durante semanas.

Más allá de la música, este festi-

val fue una oportunidad para transmitir valores como la solidaridad y el respeto. Varios grupos dedicaron sus actuaciones a causas solidarias, y se organizó una colecta para apoyar proyectos comunitarios. Ver a nuestros alumnos participar activamente en estas iniciativas fue tan inspirador como sus actuaciones.

En definitiva, el Festival de Villancicos nos permitió reforzar los lazos de amistad y compañerismo entre todos los miembros de nuestra comunidad educativa.



Ejemplos de Vida y Fe

En el marco del Día de Todos los Santos, los alumnos de 1º de Bachillerato han llevado a cabo una actividad destacada en la asignatura de Religión. Este proyecto ha consistido en investigar y profundizar en la vida de diversos santos, resaltando los aspectos más significativos de su legado y trayectoria.

A través de una exposición cuidadosamente elaborada, los estudiantes han compartido con la comunidad educativa historias de entrega, sacrificio y fe, mostrando cómo los santos han sido ejemplo de valores y de inspiración a lo largo de la historia. Esta actividad ha permitido a los alumnos comprender mejor el impacto de estas figuras y

reflexionar sobre los principios que guían sus propias vidas.

El esfuerzo, la dedicación y el interés mostrado por los alumnos en esta iniciativa demuestran su compromiso con el aprendizaje y su capacidad para valorar el significado de estas celebraciones en nuestra tradición y cultura.

Postales con corazón



Los estudiantes de 1º de Bachillerato han demostrado su espíritu solidario en estas fechas navideñas con una iniciativa llena de creatividad y generosidad.

Durante las últimas semanas, diseñaron y elaboraron preciosas postales navideñas, que posteriormente vendieron en las distintas clases del centro con un propósito muy especial: ayudar a los más necesitados.

Cada postal, decorada con esmero, reflejaba el verdadero significado de la Navidad, con el Niño Jesús y la Sagrada Familia siempre como protagonistas. A través de sus diseños, los alumnos transmitieron un mensaje de amor, unión y esperanza, valores esenciales de esta festividad.

Más allá de la recaudación para una causa solidaria, esta actividad fomentó la empatía, el trabajo en equipo y la importancia de pensar en los demás. Una muestra más del compromiso de nuestros estudiantes con la construcción de un mundo más generoso y humano.

Con iniciativas como esta, el Colegio La Asunción sigue promoviendo una educación integral, donde la solidaridad y los valores cristianos forman parte esencial del aprendizaje.

C/ CERES, 21 LOCAL 2
10004 CÁCERES
Telf.: 927 24 49 12
Fax: 927 21 19 12

hibernet
Consultores Tecnológicos

- Equipos informáticos
- Mantenimiento

MARGA CALVO, profesora

La Virgen de la Montaña nos visita



Querida comunidad educativa,
Es para mí una gran alegría y responsabilidad presentarme como la nueva Coordinadora de Pastoral de nuestro querido colegio La Asunción. Quiero comenzar expresando mi más sincero agradecimiento por el apoyo que estoy recibiendo de todos en esta importante misión. Me siento profundamente agradecida por la oportunidad de seguir cultivando juntos los valores que nos unen como comunidad educativa y cristiana.

El inicio de mi labor como coordinadora coincidió con un momento muy especial para todos nosotros, ya que recibimos la visita de la querida Virgen de la Montaña, patrona de nuestra ciudad, por el centenario de su coronación. Su presencia ha sido una bendición y una oportunidad para renovar nuestra fe, reforzar nuestra esperanza y seguir adelante con la mirada puesta en lo alto, siempre confiando en su maternal intercesión. Un momento único e irrepetible que hemos podido celebrar con todos los alumnos, familias, profesores y vecinos de Cáceres. Hubo mucha emoción, muchas sonrisas y el recuerdo de que la Congregación Josefina-Trinitaria siempre ha estado disponible para ayudar, para acoger y para ofrecer una educación académica y en valores a todos los alumnos que han pasado por nuestro colegio.

Nuestra Patrona de Cáceres procesionó hacia la capilla, allí pudimos hacer la ofrenda floral y tener un momento de oración, de saludo y de reencuentro con antiguos alumnos. Fue muy emotivo el poder estar tan cerca de la Virgen y ver la gran devoción de tantas personas que se acercaron ese día. Por la tarde tuvimos la visita del grupo

folklórico "Trébol", quienes acompañaron a la Virgen con sus bailes y cantos, en su camino hasta la parroquia de Nuestra Señora de Fátima, procesionando por las calles vecinas al colegio.

Me gustaría destacar la implicación de todos mis compañeros, de las familias y de la Cofradía de la Virgen de la Montaña desde el inicio de los preparativos. Y especialmente el de los alumnos del colegio, quienes acogieron las indicaciones con respeto y las llevaron a cabo, ayudando a que todo funcionase de la mejor manera posible. Desde los niños de la guardería a los alumnos de Bachillerato. Gracias de corazón.

Estoy convencida del gran valor humano que hay en nuestro colegio y vamos a trabajar para que el nuevo equipo de Pastoral sea un grupo abierto, donde todos puedan participar y aportar, y lo sintamos y vivamos como "nuestro".

Quiero también aprovechar este espacio para rendir homenaje a todas las personas que han llevado anteriormente la Pastoral, han dejado un legado fundamental en el caminar de nuestra comunidad. Gracias por su entrega, dedicación y amor, por habernos guiado en la construcción de un ambiente donde la fe y los valores cristianos son siempre el centro de la vida escolar. Mi compromiso es seguir ese camino con la misma dedicación y cariño.

Y, por supuesto, quiero transmitir mi agradecimiento infinito a Sor Ángela por haber dicho un "Sí" rotundo a acompañarme en esta importante misión, pues para mí es vital este apoyo y una gran riqueza. Como defiende nuestro lema de este curso *Trabajo D2, ¿K-Damos?*, juntas podremos atender más realidades y de una manera más cercana y personalizada.

No me olvido de todos los que os habéis acercado a ofrecer y nos habéis aportado magníficas ideas a las que vamos dando forma. Y al equipo de pastoral, a todos los profesores que no han dudado en formar parte de él y embarcarse en esta tarea tan bonita y desafiante: Piluca, Moisés, Javi, Mar y Marta.

Tengo mucha esperanza en todo lo que podemos lograr juntos en este nuevo tiempo. Nuestro colegio es un lugar donde la fe, el servicio y la solidaridad son pilares fundamentales. En este nuevo capítulo, me comprometo a seguir trabajando codo a codo para fortalecer nuestra Pastoral, hacerla más inclusiva, cercana y transformadora, y asegurar que cada miembro de nuestra comunidad se sienta acompañado y respaldado en su caminar cristiano.

Quiero invitar a todos, desde los más pequeños hasta los adultos, a ser partícipes activos de nuestra misión pastoral. Como nos recuerda nuestro fundador, siempre podemos encontrar fuerza en la oración, en la acción solidaria y en el servicio a los demás. Siguiendo su ejemplo, estoy segura de que podremos caminar juntos hacia un futuro lleno de luz, esperanza y generosidad.

Que este tiempo que ya hemos iniciado juntos, bajo el manto protector de nuestra Virgen, y con la mirada atenta del Padre Eladio, sea un tiempo de crecimiento, de fe vivida en acción, y de esperanza renovada. Con el corazón lleno de gratitud y confianza, les invito a que sigamos adelante como una comunidad unida, sabiendo que la luz de Cristo ilumina nuestro camino y que la Virgen de la Montaña intercede siempre por nosotros.

Con cariño y gratitud

Radio María



El pasado 30 de octubre, los alumnos de 6º de E.P. fueron invitados a rezar el Santo Rosario matutino para Radio María.

Desde el inicio hasta el final, participó con gran entusiasmo. A pesar de ser una oración larga que requería atención y silencio durante un tiempo prolongado, su motivación se mantuvo firme al pensar en todas las personas enfermas, en aquellos niños que no tienen la misma suerte que ellos y en cómo su oración.

Impresionaba saber que la transmisión era en directo y a nivel internacional. Los micrófonos imponían respeto, y el tiempo estaba muy ajustado. Aun así, todo el grupo respetó los tiempos.

Hemos recibido numerosos mensajes de felicitación y nos sentimos muy contentos y orgullosos. Por eso queremos compartirlo con vosotros, por si puede servir de inspiración o ayuda a alguien más.

<https://radiomaria.es/podcast/santo-rosario-vespertino-30-10-24>

FLORINDA AÑÓN, abuela de alumno

Virgen Niña

«Para mí, como abuela, ha sido una experiencia muy positiva poder asistir a la procesión de la Virgen Niña y observar cómo el profesorado, familias y alumnado de Educación Infantil y Primaria se implican en el evento.»



Los alumnos/as de 4º de Primaria, que durante este curso recibirán su Primera Comunión, se sentían felices de portar a la Virgen Niña, con su libro abierto invitando a estudiar. Una verdadera fiesta, en la que no faltaron multitud de globos y cintas al viento durante el recorrido de la procesión.

Esta celebración tan vivencial y emotiva siempre la recordarán con inmenso cariño.



PEDRO J. LUCEÑO BARRANTES

Pol. Ind. Las Capellanías - Travesía D, Nave 2 - 10005 CÁCERES

Telf. y Fax: 927 23 45 04

SEBASTIÁN FALCÓN, profesor

Un banquete para el alma



Los alumnos de 1º de Bachillerato vivieron una jornada especial con motivo del Día del Domund y el Día de las Misiones, celebrado en la Parroquia de Fátima.

Este encuentro, cargado de significado, sirvió como espacio de reflexión sobre el Banquete de Dios y su contraste con el banquete consumista y derrochador que a menudo ofrece el mundo.

A través de una representa-

ción simbólica, los estudiantes se adentraron en los papeles asignados con entusiasmo y compromiso, interpretando escenas que invitaban a todos los presentes a pensar en el valor de compartir, la humildad y el servicio frente al exceso, el egoísmo y la indiferencia.

El Banquete de Dios se presentó como una invitación abierta a todos, donde lo esencial no es lo que se tiene, sino la disposición del co-

razón para dar y recibir. En contraposición, el banquete del mundo se mostró como un reflejo de desigualdades, despilfarro y una búsqueda superficial de placer.

Este ejercicio no solo fomentó la creatividad y el trabajo en equipo, sino que también dejó un mensaje profundo: la verdadera riqueza se encuentra en los valores que nos acercan a los demás y en la capacidad de ver más allá de lo material.



MIGUEL SÁNCHEZ, profesor

Jóvenes voluntarios



En una sociedad en la que los valores parecen carecer de importancia, nuestros jóvenes nos demuestran que no todo está perdido y que en ellos se haya el futuro. Desde el colegio la Asunción, un grupo de 17 alumnos de 4º de ESO, acompañados de dos profesores y una religiosa, ha participado de una maravillosa iniciativa basada en la visita a las residencias de las hermanas josefinas en Madrid, para llevar a cabo un voluntariado.

Más que una experiencia, resulta todo un regalo para el grupo de alumnos que de manera voluntaria se han animado a participar. En su estancia en Madrid, han ayudado al traslado de los ancianos, les han asistido en sus tiempos de comidas y cenas, han

realizado clases de ejercicio físico... pero esto no ha sido todo, si algo han valorado nuestros mayores es el tiempo que con ellos han compartido, las conversaciones, los ratos en que han escuchado sus historias. Sin duda, un tiempo que ha enriquecido a ambos.

De alguna manera, la fragilidad de estos ancianos y la necesidad de apoyo y ayuda ha mostrado a estos jóvenes que la vida es un ciclo y de igual forma que nuestros padres nos sirven de guía cuando nacemos, más tarde tenemos la posibilidad de devolver esta ayuda en la senectud, en este caso a través de los residentes de "Padre Eladio".

No podríamos cerrar esta reseña sin hablar de las Hermanas Josefinas. De igual forma que en

nuestros centros las integrantes de la congregación dedican su vida a la docencia, en estas residencias nos hemos topado con hermanas que ofrecen su día a día a ayudar a estos ancianos y que, durante nuestra estancia, se ha desvivido por atendernos y guiarnos en esta experiencia. Despertábamos cada mañana y nos acostábamos cada noche siendo conscientes de lo vivido y dando gracias por ello.

Quedando, tanto ancianos como jóvenes, a la espera de una próxima visita, no faltaría más que animar a todos a participar de estos voluntariados, pues resultan fuente de enriquecimiento en aquello que es más difícil de adquirir: **los verdaderos valores.**

JESÚS GUTIÉRREZ, profesor

Sembradores de Estrellas: una experiencia para recordar



Como profesores, siempre buscamos que nuestros alumnos vivan experiencias que les ayuden a crecer, no solo en conocimientos, sino también en valores. Un año más, participamos en la actividad misionera "Sembradores de Estrellas", cantando villancicos por las calles. El pasado 14 de diciembre nos reunimos en la iglesia de Fátima, junto a otros colegios y parroquias, en un encuentro lleno de música y alegría.

La preparación comenzó semanas antes con los ensayos. Pero no era solo cuestión de afinar las voces, sino también de comprender el sentido de la actividad. Hablamos de lo importante que es llevar alegría a los demás, especialmente a quienes más lo necesitan.

En cada ensayo, los alumnos no solo cantaban con entusiasmo, sino que iban interiorizando el valor de compartir y dar sin esperar nada a cambio.

Después de cantar, salimos a repartir estrellas por la ciudad, felicitando la Navidad a quienes encontrábamos en el camino. Con ese gesto, se convirtieron en pequeños misioneros, llevando un mensaje de esperanza y cercanía a desconocidos.

Más que un concierto, esta experiencia fue una lección de vida sobre la importancia de la empatía, el trabajo en equipo y los pequeños gestos que pueden alegrar el día a alguien. Estoy seguro de que muchos de ellos recordarán este día durante mucho tiempo.

SUMINISTRO A
HOSTELERÍAS E
INSTITUCIONES

Vicente Alumbrreros, s.l.

Ctra. Badajoz, 127
Tlf y Fax: 924 660 699
06200 Almendralejo
Badajoz

PRODUCTOS QUÍMICOS • LAVANDERÍA • LIMPIEZA Y LAVAVAJILLAS • CELULOSA • COMPLEMENTOS DE LIMPIEZA

ELENA GUIJO, profesora

Cofinanciado por la Unión Europea

HELIODORO DEL CAMPO y JAVIER PICADO, 1º Bto.

Estancia en Siegburg

El pasado mes de diciembre, diez alumnos de 6º de Primaria tuvieron la oportunidad de participar en el proyecto Erasmus+, viajando a Siegburg, una hermosa ciudad alemana.

En esta iniciativa, se reunieron estudiantes procedentes de Alemania, Holanda, Italia y España, promoviendo la convivencia y el intercambio cultural entre diferentes países europeos.

A lo largo de la estancia, nuestros estudiantes participaron en numerosas actividades diseñadas para promover el aprendizaje colaborativo y el entendimiento intercultural. Entre las principales propuestas destacaron los talleres creativos como, por ejemplo, la decoración de

vasijas de cerámica, material por el cual destaca la ciudad de Siegburg.

Asimismo, el grupo realizó dinámicas deportivas muy originales y visitas culturales a lugares emblemáticos del municipio, entre los cuales se incluía el ayuntamiento, donde recibimos la visita del alcalde de la ciudad. También pudimos visitar el destacado mercado medieval, en el que llevamos a cabo actividades de la época como la elaboración de una sogá con instrumentos medievales. Gracias a ello, conocimos la historia y las tradiciones locales.

Un momento destacado fue la presentación de las actividades típicas y costumbres de

los estudiantes de cada país por medio de un moodboard, en la que los alumnos mostraron gran entusiasmo y creatividad. Este intercambio no solo potenció sus habilidades de comunicación y cooperación, sino que también propició la creación de lazos de amistad entre niños de diferentes culturas.

La experiencia fue posible gracias a la implicación de los colegios de acogida, así como de las familias anfitrionas, quienes ofrecieron una cálida acogida. Sin duda, este tipo de iniciativas desempeñan un papel fundamental en la formación de ciudadanos comprometidos con la diversidad y la cooperación internacional.



MARÍA ROSADO y CELIA FONDÓN, 1º y 2º de ESO

Cirque du Soleil

El viernes 15 de noviembre del año pasado, los alumnos de 1º y 2º de la ESO junto con nuestros tutores, fuimos a Sevilla para un agradable día de excursión en el que, entre otras cosas, vimos el Circo del Sol.

Lo primero que hicimos al bajar del autobús fue visitar la Torre del Oro, después visitamos la Catedral. Al salir, nos llamó la atención la Giralda. Continuamos nuestro paseo hacia el parque María Luisa, donde nos hicimos fotos y buscamos nuestra provincia en la Plaza de España. Fue muy divertido.

Después nos dirigimos al centro comercial Torre de Sevilla, donde pudimos comer y tener tiempo libre. Tras acabar de comer, fuimos a ver tiendas e incluso compramos varias cosas. Uno de los sitios que pudimos visitar fue la tienda del Betis. A las cuatro pusimos un toque de queda en el "Game". Nos pusieron en fila para hacer el reencuentro, para comprobar que estábamos todos. Luego, nos dirigimos al Circo del Sol. Cuando llegamos, el profesor Carlos estuvo enseñándonos al de seguridad las

entradas, mientras pasábamos.

Empezó el show. Hicieron muchas acrobacias extraordinarias y sorprendentes. Jugaron con fuego, hasta cantaron en directo. Había veces que hablaban en español y otras en francés. Cuando salimos nos dirigimos al autobús. Sobre las once de la noche llegamos a Cáceres.

Fue una experiencia muy agradable donde pudimos disfrutar tanto de la visita a Sevilla como del circo con amigos.



Un Camino para gozar y recordar



Desde Cáceres hacia Lugo, cargados de ilusión y ganas de completar el desafío que nos suponían las cinco etapas de nuestra larga caminata, la cual contaría con nada más y nada menos que 110 km.

Antes del inicio de la primera etapa, teníamos dudas de si íbamos a ser capaces de llegar a nuestro destino, ya que tomamos una de las rutas más complicadas como es el "Camino Primitivo". Además, no nos conocíamos la mayoría del grupo, por lo que esto a más de uno le resultaba un contratiempo. A pesar de ello, desde el primer momento conseguimos dejar atrás todos los prejuicios e inseguridades y poco a poco empezamos a conectar entre todos, ya que teníamos un objetivo común que nos unía.

La primera etapa fue la más larga y dura de todas, con aproximadamente 28 km hasta el albergue, debido a su longitud y nuestra escasa experiencia. Aparecieron las primeras dificultades, como los problemas musculares y ampollas, pero conseguimos llegar a Ferreira y completar la etapa. Ese día, iniciamos las reflexiones conjuntas, sobre diferentes valores, siendo el respeto el primero de ellos.

Al día siguiente, la etapa fue algo más suave, con 20 km, pero sufrimos los primeros dolores por agujetas, por la carga del día anterior. Poco a poco se empezaba a notar un ambiente más familiar y cercano, lo que ayudó a subir los ánimos, ya que estos bajaron un poco por el cansancio acumulado. El destino de la etapa fue Melide, donde gozamos del

mejor pulpo a la gallega de nuestro país. Desde allí partió la tercera etapa hacia Arzúa, que a pesar de ser la más corta de todas, para muchos fue la más costosa y donde se originaron las primeras dudas sobre si de verdad conseguiríamos nuestro objetivo. En estos dos días, las reflexiones trataron sobre el esfuerzo, la ilusión y la esperanza, tan necesitada en esos momentos.

En Arzúa, emprendimos una etapa algo diferente a las demás, pues fue la única en la que nos llovió, sin momento alguno de tregua. Al ser la más incómoda, la llegada a O Pedrouzo fue muy reconfortante, después de la tromba de agua, las duchas fueron nuestra salvación. La reflexión trató temas como la confianza y el perdón.

La quinta y última etapa, la afrontamos con muchas ganas, pues suponía el fin del Camino. Como acostumbrábamos a hacer, dejamos a un lado el dolor de piernas y lo dimos todo, en un ambiente optimista por parte de todos los peregrinos, hasta llegar triunfalmente a la Plaza del Obradoiro, el "km. 0", en Santiago, donde se nos otorgaría La Compostela tras presentar nuestras respectivas Credenciales.

Finalmente, pudimos disfrutar todos juntos de Santiago de Compostela, un lugar digno de conocer y en el cuál, realizamos diversas actividades, como ir a la misa del peregrino, abrazar al apóstol Santiago y recorrer sus calles plagadas de peregrinos. Y así fue como culminamos esta semana, que quedará en nuestro recuerdo para toda la vida.

Las matemáticas molan



Nos llena de orgullo compartir que nuestro proyecto de matemáticas, "Las matemáticas molan", elaborado por Elena Martín-Arroyo, ha sido seleccionado por la Fundación La Caixa entre 487 propuestas de toda España. Esta distinción reconoce el esfuerzo de nuestra colegio por transformar el aprendizaje de las matemáticas en una experiencia motivadora y cercana al alumnado.

El objetivo es hacer que las matemáticas sean divertidas y prácticas, fomentando el aprendizaje a través de dinámicas innovadoras, juegos, material manipulativo y contextos cercanos a los alumnos. Para ello, se han diseñado actividades que despiertan la curiosidad, promueven el razonamiento lógico y conectan los contenidos con situaciones reales.

Además, como parte del proyecto, se pondrá en marcha un laboratorio de matemáticas con recursos interactivos que faciliten la experimentación y el aprendizaje por descubrimiento.

La selección de nuestro proyecto reafirma el compromiso con una educación de calidad que fomente el desarrollo integral de los alumnos. Seguiremos trabajando con ilusión para que las matemáticas sean una herramienta poderosa que inspire y haga disfrutar a nuestros estudiantes. ¡Gracias a todos los que lo han hecho posible!



HEREDEROS DE JUAN GIL HERNÁNDEZ S.L.
AUTOCARES
GIL

Estación de Autobuses - Ctra. N-630, s/n. - 10005 CÁCERES
Apdo. de Correos 544 - 10080 CÁCERES

Teléfono: 927 23 45 69 - Móvil: 659 471 472 <https://autocaresgil.com>

ENTREVISTA

Sor Socorro Fuentes: Una vida dedicada a la educación, la innovación y el cuidado del ser humano.

Durante doce años, gracias a un liderazgo inspirador y al trabajo en equipo de su equipo directivo, nuestro colegio se consolidó como un espacio donde todos podemos crecer y aprender juntos.

En esta entrevista queremos conocer diferentes aspectos de la persona que lideró con éxito la tarea de afianzar al Colegio La Asunción - Josefinas como referencia educativa en Extremadura.



que, desde la institución, se me pedía poner en funcionamiento. Aprendí mucho y creo que me ayudó a entender mejor al ser humano y la diferencia entre trabajar con los pobres y vivir con ellos. Esto último creo que es la mayor enseñanza. Por otra parte, aprendí que, con una formación básica, mucho trabajo, ilusión y compromiso, podemos desempeñarnos profesionalmente en ámbitos muy diversos.

Quizás muchas personas desconozcan que eres de un pueblecito de Salamanca, llamado Vitigudino. Para vosotras, acostumbradas a estar de un sitio para otro, ¿qué representa volver a tu pequeño rincón cada año?

Conocemos mucho de tu estancia en el colegio, pero para casi todos nosotros se nos pasa de largo toda tu experiencia laboral anterior, en la que te curtiste como directora. ¿Qué nos puedes contar de tu labor en Salamanca y Valladolid?

— Son dos experiencias totalmente diferentes. Salamanca supuso continuar una labor docente y aprender junto a otros, que eran mis compañeros, a caminar y poner en marcha proyectos. Los diseñamos con mucha ilusión y mucha colaboración de todos, fundamentalmente el proyecto de Formación Profesional y Ocupacional, y lo que hoy es la Fundación ONG ESPRO, que creamos entonces, como una asociación.

Valladolid significó borrar todo lo conocido y partir de cero en un campo para mí desconocido, el de la acción social, concretamente el campo de la mujer marginada y excluida. Poner en marcha este Proyecto representó un importante coste personal, esfuerzo, dificultad y renuncias. También dudas a la hora de acertar con lo

— Los anclajes y las raíces son muy importantes en la vida, te curten, te hacen SER, tejen tu mundo de valores y es la fuente primera a la que siempre puedes volver cuando el camino no es fácil. Yo diría que volver al rincón de mi infancia me ayuda a cargar las pilas y siempre es un aliciente en mi vida. Todo nos constituye como seres humanos, también los lugares donde nacemos y crecemos. Comparando el paisaje de mi pueblo con otros donde he vivido, creo que me ha ayudado en muchos aspectos. Por destacar alguno, diría que me ha enseñado a lanzar siempre mi mirada hacia adelante, buscando el horizonte futuro, ese que vislumbro en la lejanía en los pequeños montículos de mi pueblo; me ha ayudado a enfocarme siempre más allá del presente, a otear, a investigar, a buscar.

Por otra parte, el haber crecido en climas extremos, a varios grados bajo cero en invierno, te fortalece y te ayuda a encarar las dificultades de otra manera, con otras energías.



En tu primer claustro del colegio, hace más de una década, llenaste la pantalla de la pizarra digital con decenas de palabras y siglas vinculadas a la innovación educativa de aquel momento: desde las Inteligencias Múltiples hasta las flipped classrooms, pasando por el cooperativo, TBL, ApS, AbP y un largo etcétera. De toda aquella marea innovadora, ¿qué estrategias y metodologías crees que han funcionado mejor?

— No todas las hemos implementado en el Centro, aunque sí se hayan aplicado en algunas materias y cursos de forma más bien puntual. Es evidente que el Proyecto y el enfoque de un Centro implican elección y selección, y que no todo es adecuado para todos los Colegios. Las metodologías que hemos implementado han tenido un desarrollo desigual, hay que tener en cuenta que detrás de cada innovación educativa están las personas y su compromiso, tanto personal como profesional. Lo que sí es cierto es que muchas de ellas han tenido mayor desarrollo en el tiempo del previsto inicialmente; en todo caso, el mayor valor es “estar en condiciones de” ..., no anquilosarse y tener el valor de aceptar los retos del mundo educativo hoy, en pleno cambio tanto de enfoques y metodologías, como de estructuras y contenidos. Desde aquel momento en que empezamos, mucho ha cambiado en educación, y sigue haciéndolo, a veces hasta circu-

larmente. Hoy caminamos poniendo el foco en el desarrollo personal, en el cuidado de alumnos y docentes, en su desarrollo emocional y bienestar personal, por eso lo importante es la “disposición para”, y creo que esa “disposición para” sí la hemos conseguido en el Colegio.

Aparte de tu tarea como directora, has pasado más de una década impartiendo clases en el colegio. ¿Podrías compartir la experiencia más gratificante de tu tarea como docente de física y química?

— Me encanta la química, creo que es una materia ligada a la vida. Al final, como seres humanos, somos química, lo que nos rodea es química, lo que comemos, lo que nos cura, lo que bebemos, lo que respiramos... Ha sido muy gratificante haber conseguido emocionar a algunos alumnos con la química. Hace unos años un alumno de Cáceres, hoy ingeniero químico, me decía “elegí la carrera porque conseguiste que me gustara una materia que, en principio, rechazaba”. Y hay algo que aún ha sido más gratificante para mí, como Josefina trinitaria, la posibilidad

de que alguien pueda descubrir el cariño que Dios le tiene como ser humano, y que llegue a entenderlo y sentirlo desde cualquier materia, desde cualquier ámbito, también desde la química. De todas formas, toda tarea

«Aprendí que, con una formación básica, mucho trabajo, ilusión y compromiso, podemos desempeñarnos profesionalmente en ámbitos muy diversos.»



Instalaciones térmicas y energías renovables T.M.SLU

927 271 762

administracion@grupotalavera.es
www.grupotalavera.es

GRUPO
Talavera

EMPRESA INSTALADORA
Y MANTENEDORA
DESDE 2002





en la vida es gratificante y apasionante, si tú la vives así: la disposición personal es la clave.

También en uno de tus primeros claustros llevamos a cabo un informe DAFO. Aplicando esa dinámica, ¿cuál crees que es la peor amenaza y la mejor oportunidad para la educación en nuestro país en los tiempos actuales?

— Es un momento difícil para la educación, porque las estructuras están en cambio, y los contenidos en discusión, la diversidad es vertiginosa, y esta es precisamente la mejor oportunidad: poder seleccionar el Proyecto más adecuado y desarrollarlo porque, a pesar de la burocracia, hay un sinfín de posibilidades para hacerlo. La peor amenaza es anclarse, mirar atrás y no tener la valentía de ponerse delante, y es una amenaza fuerte porque nos impide avanzar y ofertar un futuro a aquellos que educamos. El riesgo que estamos corriendo es aumentar la desigualdad y no corregir cuando nos equivocamos. Un peligro serio, que empezamos a acusar, es no haber cuidado a los docentes. En España la población docente es la que más bajas acumula, especialmente en ansiedad, depresión, etc. Las últimas estadísticas publicadas recientemente son preocupantes.

¿Y si llevase la misma pregunta a la Educación Concertada?

— El problema mayor en la Educación Concertada está en su financiación, aunque hay mucha desigualdad dentro de la Concertada. Hoy se está resituando el mapa en España, creo que, en muy poquitos años, si sigue la evolución, el mapa de la Educación Concertada habrá cambiado ya de forma total. Los Centros se están reubicando en Organizaciones y Proyectos más amplios, tanto los ligados a instituciones religiosas, como los que no lo están. Este es precisamente el grupo que más está evolucionando y creciendo en España, aunque no en nuestra autonomía. Me refiero a Centros ligados a la Iglesia, pero no a instituciones religiosas. Hay otra realidad que tam-

bién se está dando en la que se observa que determinados centros concertados se están pasando a la red pública y a la privada no confesional. En el fondo se está tratando de crear Proyectos con una fuerte identidad, muy dinámicos, que aporten diferencia y una calidad. Acertar con el modelo no siempre es factible.

Raras veces hemos preguntado sobre esto, pero nos gustaría que nos recomendases tu libro de cabecera y alguna película que te haya movido por dentro.

— Tengo unos evangelios, desde que tenía 15 años, ya ha llovido, están subrayados, rotos, pegados y llenos de anotaciones personales. Es el mejor libro para recomendar. Para centrarme más, en lo que sin duda se me pregunta, creo que la mejor lectura es la variada. Siempre he sido una ávida lectora, de todo tipo de libros, últimamente mucho de educación, y aconsejaba a mis alumnos que, aunque se dedicaran al campo científico, debían leer mucho, mucha literatura, ensayo, filosofía, religión, no únicamente ciencia, para no cerrarse a fórmulas y estudios de números, y alcanzar visiones más amplias del pensamiento y de la vida.

En cuanto a las películas, hay muchas que transmiten mensajes para reflexionar, por citar una, de hace ya unos años, seleccionaría *Qué bello es vivir*, pues, ¡qué hermosa es la vida, cuando tu padre te la hace ver así, incluso en medio del terror!, pero es únicamente un ejemplo.

Cualquiera que te conozca sabe que eres muy inquieta y emprendedora. ¿Podrías compartir con nosotros cuáles son tus planes en Madrid, junto a Sor Rosa y Sor Amelia?

— El proyecto que estamos iniciando nace de un proceso lento de reflexión y análisis de los escenarios actuales en los que se mueven las personas, por una parte; y por otra, de una profundización en las posibilidades y la riqueza de nuestro carisma para responder a ellos.

En el análisis constatamos la situación de numerosas familias, la frustración e insatisfacción personal, las situaciones de estrés y ansiedad, la desesperación de los padres con hijos con problemas. Vivimos muy deprisa, consumimos tiempo, sin más. Por eso, el Proyecto se enfoca en lo contrario, en ayudar a parar, ofertar herramientas y tiempo para la escucha, la acogida,

el apoyo, y en atender también la realidad de la soledad, de mayores y pequeños. Escuchar es un verbo que hoy necesitamos aprender nuevamente a



conjugar, tal vez así lograríamos que muchos adolescentes no se vieran abocados al aislamiento, la depresión, incluso a perder el sentido de la vida y llegar al suicidio, hoy con estadísticas escalofrantes. En definitiva, el mundo emocional y las relaciones humanas condicionan en gran medida la vida.

Nuestro Proyecto intenta dar respuesta a esa realidad. Desde siempre las instituciones de Iglesia hemos intentado responder a lo que Jesús señaló en el Evangelio: la primera prioridad es el sufrimiento humano. En ningún caso, pretendemos aplicar terapias de curación, pero sí de bienestar emocional, escucha, ayuda y cuidado, poniendo en práctica toda la formación y la experiencia acumuladas a lo largo de los años.

El fin principal del Proyecto es la ayuda integral a la familia en conjunto y a cualquiera de sus miembros, la mejora de su bienestar y el cuidado de la familia, en todas sus dimensiones.

En la Calle Eugenio Salazar, 6 de Madrid, podéis visitarlo y en la web: <https://asociacioneladiomozas.es/>



alcil
restauración



Espíritu innovador

www.alcil.com

CULTURA

Feria Educativa de la UEx



El pasado octubre, los alumnos de 2º de Bachillerato participaron en la XIII Feria Educativa organizada por la Universidad de Extremadura, celebrada en el Palacio de Congresos de Cáceres.

Durante la jornada, los futuros universitarios tuvieron la oportunidad de explorar la amplia oferta de Grados que ofrece la UEx, así como de recibir orientación personalizada para tomar decisiones clave sobre su futuro

académico. La feria, pensada para guiar a los estudiantes en esta importante etapa, permitió resolver dudas y aclarar inquietudes sobre las diferentes opciones formativas.

Desde el Colegio, agradecemos a la Universidad de Extremadura por organizar este evento que motiva y prepara a nuestros jóvenes para los retos del mañana. Sin duda, una experiencia enriquecedora para todos los asistentes.

En el Pleno infantil del Ayuntamiento

BEGOÑA SÁNCHEZ, profesora

El pasado 20 de noviembre, Álvaro Valverde Casero, alumno de 6º de Educación Primaria, participó en un Pleno Infantil, organizado por el Ayuntamiento de Cáceres para celebrar el Día Mundial de la Infancia.

Álvaro formuló varias cues-

tiones de actualidad sobre Cáceres e incluso alguna sugerencia para promocionar nuestra ciudad. Su participación fue muy bien acogida.

Es un orgullo contar con alumnos capaces de aportar ideas en beneficio de la ciudadanía cacerreña.



Maltravieso: la Cueva de los Secretos



Los alumnos de 5º de Primaria han culminado su participación en el proyecto "Maltravieso, la cueva de los secretos. Manos que hablan", impulsado por la asociación AMA Cáceres, asistiendo a un evento en el Palacio de Congresos de Cáceres.

Diferentes actividades y una representación teatral han reforzado el conocimiento del valioso patrimonio histórico y cultural que

encierra Maltravieso.

Al finalizar el evento, nuestra directora, María José, junto a otros directores de centros educativos y personalidades del mundo de la cultura, el arte y la política, participó en un encuentro con el objetivo de aunar esfuerzos para lograr que la Cueva de Maltravieso sea declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO.

Proyecto Coro Escolar: *un espacio de crecimiento integral*

PACO L. GARCÍA, director del Coro Las Josefinas

Como profesor, he tenido el privilegio de observar cómo la participación en el coro escolar transforma a los estudiantes en múltiples niveles. Más allá de ser una actividad artística, el coro es una herramienta poderosa para el desarrollo personal, social y académico de nuestros alumnos.

El canto en grupo fomenta habilidades esenciales para la vida. Los alumnos aprenden a trabajar en equipo, a ser responsables y a comprometerse con el resultado final. Cada ensayo es una lección de paciencia y cooperación, donde las voces individuales se unen para crear algo más grande que ellos mismos.

Estudios han demostrado que el canto colectivo refuerza la confianza y autoestima de los jóvenes, al

brindarles la oportunidad de enfrentar retos vocales y presentarse ante el público. Cada ensayo se convierte en una lección de disciplina, trabajo cooperativo y compromiso, ya que el éxito de una actuación depende de la armonía y sincronía de todos los integrantes.

Además, el coro es un espacio donde los alumnos pueden fortalecer su confianza. Presentarse ante el público, superar los nervios y ver el impacto positivo de su esfuerzo en una actuación les enseña que son capaces de lograr grandes cosas. Esto refuerza su autoestima y los anima a enfrentarse a otros retos con confianza.

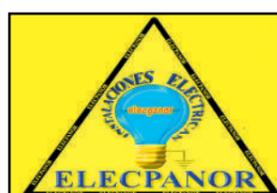
Desde un punto de vista cognitivo, el coro desarrolla la memoria, la atención y la concentración. Memorizar letras, aprender melodías

y dominar la técnica vocal, son ejercicios que estimulan la mente y que, a menudo, se traducen en mejoras académicas.

Por último, el coro promueve valores fundamentales como la empatía, la tolerancia y el sentido de pertenencia. En este espacio, los alumnos descubren que sus diferencias no son obstáculos, sino ingredientes que enriquecen la música que crean juntos.

El coro escolar es mucho más que música. Es una experiencia educativa integral que enriquece a nuestros estudiantes y les da herramientas para crecer como personas y ciudadanos. Es, sin duda, una de las actividades más valiosas que un colegio puede ofrecer.



	<ul style="list-style-type: none"> -Instalaciones Nuevas. -Reparaciones eléctricas. -Líneas eléctricas de Alta y baja Tensión. -Iluminación locales Públicos. -Calefacción. 	<p style="text-align: center;">INSTALACIONES ELÉCTRICAS</p> <h2 style="text-align: center;">ELECPANOR</h2> <p style="text-align: center;">Francisco Javier López Bravo. - Telf. 635 471 946/927 290 741 elecpanorjalobras@gmail.com - C/ Villuercas nº 4 - Casar de Cáceres</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Aire acondicionado Split y conductos. -Reparaciones Eléctricas y Energía Solar. -Iluminación leds. -Bombas de presión, Sondeos... feniennergía 	
---	--	--	--	---

TOTAL RECAUDADO: 3284,10€

CONCIERTO SOLIDARIO

Unidos por la música, unidos por una causa

ALUMNADO DE 2º DE BACHILLERATO

El pasado jueves 23 de enero, el auditorio del Complejo Cultural San Francisco se llenó de emociones, risas y aplausos durante la 27ª edición del concierto solidario organizado por los alumnos de 2º de Bachillerato. Este año, el evento tuvo un propósito muy especial: recaudar fondos para ayudar a los damnificados por la DANA en Valencia, una situación que ha conmovido a toda la comunidad escolar.

Con el lema «Trabajo D2, ¿K-Damos?», los estudiantes elegimos una temática afín: **los Minions**, esos entrañables personajes que simbolizan la importancia de la colaboración y la unidad para construir un mundo mejor. La idea se vinculó directamente con los voluntarios que han viajado a Valencia para brindar su apoyo, y bajo este concepto, se dio vida a un concierto que no dejó indiferente a nadie.

La organización del evento fue fruto de semanas de esfuerzo conjunto, y queremos expresar nuestro agradecimiento a las personas que hicieron posible su éxito. Un especial reconocimiento para Sebastián, Inma y Blanca, quienes como profesores nos guiaron en cada detalle del proyecto. Gracias también a Paco

Luis por su incansable trabajo con los instrumentos y el sonido, a Francisco por el diseño de carteles y entradas, y a los alumnos de 1º de Bachillerato por su colaboración en tareas logísticas. Finalmente, queremos dar las gracias a todas las personas que participaron y aportaron su granito de arena para que este evento fuera un éxito rotundo.

El concierto comenzó con un energético número de baile a cargo de un grupo de alumnos, seguido por una serie de actuaciones que hicieron vibrar al público. Tuvimos la oportunidad de disfrutar de coreografías interpretadas por padres y profesores, así como actuaciones de canto, música instrumental e incluso un espectacular número de esgrima. La variedad y calidad de las presentaciones fueron la clave para mantener al público enganchado de principio a fin. Tampoco faltó el humor, con *sketches* que arrancaron carcajadas entre los asistentes.



El momento cumbre del concierto llegó con la interpretación de "Son mis amigos" por parte de los alumnos de 2º de Bachillerato. Esta canción, cargada de significado, hizo brotar lágrimas de emoción tanto en estudiantes como en los espectadores. Fue un instante lleno de nostalgia y gratitud, un homenaje al camino recorrido juntos en el colegio, que muchos esta-

mos a punto de dejar para emprender sus sueños en los estudios superiores.

Más allá de la recaudación lograda, este concierto solidario ha sido una demostración del poder del trabajo en equipo y del espíritu de unidad que caracteriza a nuestra comunidad educativa. Nos enorgullece haber podido aportar nuestro granito de arena a una causa tan

importante, y estamos seguros de que este evento quedará en la memoria de todos los que lo vivieron.

Desde el escenario hasta el último asiento del auditorio, la magia del concierto solidario nos recordó que juntos, como los Minions, podemos lograr cosas extraordinarias. Gracias de corazón a todos los que hicieron posible este día inolvidable.



C/ Del Cura, 30 Tel/Fax 927 29 02 71
Móviles: 615 06 95 74 - 647 90 86 64
10190 CASAR DE CÁCERES (Cáceres)
Email: info@fransat.es
www.fransat.es

DEPORTE

Club Deportivo JOSEFINAS

ANDRÉS VAQUERO, profesor

pasión y compromiso



Cada temporada supone un reto para el Club Deportivo, y este año no ha sido la excepción. En nuestra undécima temporada, contamos con casi 200 licencias federativas en fútbol y baloncesto, con un 80% de alumnos del colegio y un 20% de jugadores de otros centros. Estos números reflejan la gran participación de nuestros estudiantes y el orgullo que sentimos de tenerlos en el equipo. Sin ellos, este proyecto no sería posible.



En **baloncesto** tenemos la suerte de contar con un equipazo de doce entrenadores cualificados y titulados, que hacen crecer a nuestros jugadores a nivel deportivo y personal. Entrenan a diez equipos federados, que compiten en JUDEX.



Mencionar a la categoría alevín, 5º y 6º de Primaria, ya que contamos con un equipo masculino y otro femenino, que compiten entre los mejores equipos de Extremadura, al igual que en la categoría infantil femenino.



En lo que respecta a la modalidad de **fútbol**, disponemos de cinco equipos federados, dirigidos por cinco entrenadores que participan en las diferentes categorías de Judex: Prebenjamín, 1º y 2º de Primaria, que juegan en la modalidad de fútbol-sala. Benjamín, 3º y 4º de Primaria, que compiten en fútbol 8. Alevín, 5º y 6º de Primaria, en la modalidad de fútbol 7.

Mencionar también a las categorías que no compiten, pero reciben formación, como es el caso de nuestro equipo de Educación Infantil, así como los alumnos de ESO.



Para concluir, queremos agradecer a todas las empresas y familias que nos ayudan a crecer día a día. Gracias a ellos podemos proporcionar a nuestros chicos del club las mejores condiciones para llevar a cabo la temporada en ambos deportes. Estos patrocinadores son: Clínica Dental Quercus, Avuelapluma, Mis Personajes, Clínica Dental Garias Delgado, Serhca, Ductolux, Global Paint, Restaurante El Tápara, Zeris Coffee y Javier Marín.

IGNACIO BALLELL, profesor

Acampada de otoño: naturaleza e historia

El fin de semana del 15 al 17 de noviembre, alumnos de 3º a 6º de Educación Primaria disfrutaron de una escapada al albergue "La Casa Verde" en Coria, Cáceres.

La mañana del sábado realizaron una marcha a Coria, donde admiraron el casco antiguo y sobre todo, su maravillosa catedral. Los chicos descubrieron las razones por las que este edificio es tan importante para nuestra diócesis, no en vano, constituye una gran referencia dentro del patrimonio histórico

y artístico extremeño.

Esa misma tarde, también pudieron participar en divertidos y educativos juegos preparados por el equipo de monitores.

Con las acampadas los alumnos descubren una nueva forma de aprender y de conocer a personas de otros cursos, disfrutando, no sólo de las actividades físicas y divertidas, sino también, de momentos de reflexión durante las oraciones en grupo.



JAVIER NAVARRO, profesor

V San Silvestre Josefinas: Navidad, alegría y deporte



El pasado 18 de diciembre el colegio vivió una jornada deportiva con la celebración de su tradicional San Silvestre escolar. Este evento, que reúne a alumnos y profesores, se ha consolidado como una cita especial en el calendario navideño del centro por su ambiente festivo y la promoción de valores como la actividad física saludable y la deportividad.

La carrera, adaptada a las diferentes edades de los participantes, recorrió un circuito diseñado dentro del recinto del colegio. Tanto los más pequeños, que dieron su mejor esfuerzo en distancias



cortas, como los mayores, que mostraron competitividad y compañerismo, gozaron de una actividad que este curso cumplía su quinta edición.

El ambiente estuvo cargado de alegría, música navideña y disfraces temáticos, haciendo de la jornada una celebración inclusiva y divertida. Además de correr, los niños disfrutaron de música, aplausos y el apoyo de sus compañeros, que animaban con entusiasmo desde la línea de meta.

¡Sin duda, una cita que todos desean repetir el próximo curso!



CONSTRUCCIONES
Fransat, s.l.

CONSTRUCCIONES
PROMOCIONES
ESTUDIOS Y PROYECTOS
REHABILITACIONES
REFORMAS
NAVES INDUSTRIALES
CHALETES
PISCINAS
CUBIERTAS
INSTALACIONES
LOCALES COMERCIALES

C/ Del Cura, 30. Tel. y Fax 927 29 02 71
Móviles: 625 34 43 69 / 615 06 95 74
647 90 86 64
E. Mail: fransatsl@hotmail.com
www.fransatsl.com
10190 CASAR DE CÁCERES (Cáceres)

Pequeños héroes en acción



Los alumnos de 5º de Primaria han participado en un taller de Primeros Auxilios impartido por los formadores de DYA (Detente y Ayuda), la organización de voluntariado especializada en asistencia sanitaria y rescate.

Durante la sesión, descubrieron la importancia de la Conducta P-A-S (Proteger, Avisar y Socorrer), una herramienta fundamental para saber cómo reaccionar ante imprevistos.

Además, tuvieron la emocionante oportunidad de subir a una ambulancia y conocer de cerca el material y los equipos que utilizan los profesionales en su labor de asistencia y rescate.

Desde el colegio, agradecemos a DYA su compromiso y dedicación, ayudándonos cada año a formar alumnos más preparados y conscientes.

¡Una experiencia que, sin duda, puede salvar vidas!



TOÑI LORENZO, especialista en nutrición deportiva, infantil y geriátrica

La felicidad comienza con un buen desayuno

Para que esa primera ingesta sea completa, debería estar compuesta de:

Proteínas: leche, yogurt, mantequilla, queso fresco, huevos, embutidos sin grasa, como pechuga de pollo, pavo y jamón.

Vegetales: frutas y verduras, preferiblemente enteras con piel y bien lavadas, siempre que sea posible.

Cereales y granos integrales sin procesar: pan integral, copos de avena, trigo, quinoa, muesli, centeno, etc, siempre sin azúcares añadidos.

Grasas saludables: frutos secos naturales o tostados, sin azúcar, sal o grasas añadidas. Aceite de oliva virgen extra, aguacate y pescado azul.

Para simplificarlo aún más, el desayuno correcto consistiría en un lácteo (leche con chocolate en polvo, un yogurt o queso), una tostada con mantequilla y mermelada o aceite, una pieza de fruta

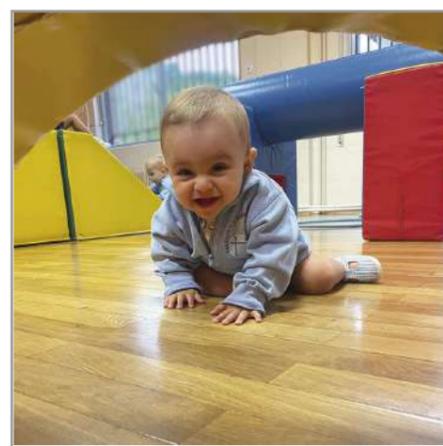
y varios frutos secos. Lo que siempre hemos desayunado. Si algo funciona...¿para qué cambiarlo?

Se puede ir variando y jugando con los productos de la lista anterior, así los niños no se aburren. Y es que siempre debemos tener en cuenta que los estudiantes que no desayunan, rinden menos en el colegio, pierden ingestas de hierro en su dieta y pueden desarrollar sobrepeso. Por el contrario, los que desayunan correctamente, rinden más, participan en las actividades físicas con menor esfuerzo y, en general, muestran mayor facilidad para consolidar hábitos saludables de todo tipo.

Todo esto es igual de importante tanto para los niños, como para los adultos, haciendo hincapié en los docentes y en el desgaste que supone su labor.

¡Comenzar con un desayuno saludable es el primer paso para alcanzar la felicidad de cada día!

Educación Integral: creando un entorno para crecer felices



En nuestro centro educativo, estamos comprometidos con el desarrollo integral de cada niño, promoviendo no solo el aprendizaje, sino también su bienestar físico, emocional y social. Creemos que la educación debe adaptarse a las necesidades individuales, priorizando la comodidad, la seguridad y la felicidad de los más pequeños.

Espacios diseñados para el bienestar

Atendemos las necesidades básicas de los niños: alimentación, higiene y descanso, con instalaciones diseñadas especialmente para ellos. Nuestras aulas son amplias, luminosas, con suelo de parquet, aire acondicionado y calefacción, garantizando un ambiente cómodo y acogedor. Además, contamos con patios exteriores e interiores para su recreación y actividades al aire libre.

Educación desde el corazón

Nuestro lema es "Crecer Felices", y esto lo logramos a través de una pedagogía activa que fomenta la creativi-

dad, la independencia y el desarrollo integral. La estimulación temprana es una prioridad, ya que buscamos potenciar habilidades cognitivas, sociales y emocionales desde los primeros años.

Herramientas innovadoras y personalizadas

Nuestras aulas están equipadas con pizarras digitales y materiales que apoyan la estimulación temprana. También utilizamos BITS de inteligencia, que ayudan a desarrollar la atención, la concentración, la memoria visual y auditiva. Además, introducimos a los niños en el aprendizaje de idiomas desde temprana edad, abriendo las puertas a un mundo multicultural.

Cuidado y nutrición adaptados

Ofrecemos menús diarios elaborados en nuestras propias cocinas, adaptados a las necesidades alimenticias de cada niño. Complementamos esto con servicios de biberones a demanda, sin coste adicional, para garantizar el bienestar de los más pequeños.

Actividades físicas y recreativas

En nuestro aula de psicomotricidad, contamos con herramientas como la escalera de braquiación, diseñada para trabajar la inteligencia, la fuerza, la coordinación, la lateralidad y la reparación motriz. Estas actividades no solo fortalecen el cuerpo, sino también la mente.

Comunicación con las familias

Creemos en una relación cercana con las familias, por lo que informamos diariamente sobre las actividades y progresos de sus hijos. También promovemos su participación en proyectos y actividades del Centro.

Tenemos claro nuestro compromiso para ofrecer una educación integral y de calidad en un entorno que inspire a los niños a descubrir su máximo potencial. Cuando los niños crecen felices, el futuro se llena de posibilidades.



+info
www.gefiscal.es

grupo
GEFISCAL
DESPECHO PROFESIONAL
ASESORÍA | CONSULTORÍA

ETL
GLOBAL
Tax · Legal · Audit

M^a LUISA DÁVILA, Superiora General

Las Hermanas Josefinas de la Santísima Trinidad reciben la Medalla de Extremadura



El 7 de septiembre, víspera del Día de Extremadura, Doña María Guardiola, presidenta de la Junta de Extremadura, entregó el máximo reconocimiento a nuestra Congregación. Tuve la suerte de recoger esta medalla en nombre de la Institución, a quien tengo el honor de representar. Este reconocimiento es un gran homenaje a todas las hermanas Josefinas Trinitarias que, a lo largo de 138 años de historia, han entregado y seguimos entregando la vida en favor de los demás, intentando “ser en el mundo el rostro humano del amor y la ternura de Dios”.

Es un gran motivo de agradecimiento y profunda alegría. Con esta Medalla recibimos el reconocimiento y la valoración de nuestra misión evangelizadora y se reafirma el estrecho vínculo entre nuestra Congregación y Extremadura, tierra madre, cuna del

nacimiento de nuestra Institución.

Aquí nacimos y, desde aquí, nos hemos extendido, primero, por distintos lugares de esta Comunidad Autónoma, después por el resto de España, y de países de Europa, América y Asia.

Padre Eladio Mozas Santamera, nuestro Fundador, nos legó un carisma y nos encomendó una misión: estar presentes allí donde la dignidad humana se sienta amenazada y, desde nuestros inicios, con una dedicación especial a las familias y a la promoción de la mujer en todos los ámbitos. La experiencia del amor y la misericordia de Dios son el motor que dinamiza nuestras vidas y la razón última de nuestra entrega y servicio.

En la Comunidad Autónoma de Extremadura, desde nuestros orígenes, estamos presentes en el ámbito educa-

tivo, socio-sanitario, asistencial y pastoral, procurando siempre tender puentes, reducir desigualdades y apoyar a los más desfavorecidos. Contribuyendo con nuestro servicio en la construcción de una sociedad más justa y solidaria.

Desde Plasencia al mundo, llevando un pedacito de Extremadura a cada rincón del Planeta, compartiendo la riqueza cultural, la calidez, la acogida y el espíritu emprendedor que nos caracterizan a nosotros, los extremeños. En cada país donde hemos servido, un poco de la esencia extremeña ha florecido, creando lazos de hermandad que trascienden fronteras.

Hemos recibido esta Medalla de Extremadura con humildad y gratitud, responsabilidad y compromiso de seguir sirviendo, y llevando el nombre de Extremadura en alto, allí donde quiera que nuestra misión nos lleve.

En nombre de todas las Hermanas Josefinas Trinitarias, agradezco de corazón a la Junta de Extremadura este reconocimiento. Y agradezco al Ayuntamiento de Plasencia su iniciativa de proponer a nuestra Congregación como candidata a esta Medalla. Y unas gracias especiales a todos los laicos Josefino Trinitarios, profesores, alumnos, familias y personal de nuestros colegios que han mostrado su interés firmando esta propuesta, así como familiares y amigos de otros ámbitos. Muchas gracias a todos por vuestro apoyo y afecto que también se ha manifestado en las incontables felicitaciones que hemos recibido.

Que este reconocimiento sirva como inspiración para que todos juntos, como Familia Josefina Trinitaria, sigamos construyendo una Extremadura y un mundo mejor.



Jardinería Sara
www.jardineriasara.com

Plantas y accesorios

Obras y mantenimiento

Riegos

Césped artificial

Decoración floral

Piscinas

Francisco Manuel Gómez
Gerente
Carretera N-630, Km. 560
CÁCERES
Teléfono 927 239 016
Fax 927 629 555
Móvil 627 540 440

Vacaciones
sm

Descubre
los nuevos cuadernos
de vacaciones de SM
para Educación Primaria