

GANADORA DE CONCURSO DEL PLEI "Microrrelatos de terror"



Nightmare evening

Mary and friends were at home playing cards.

-
"Oh my God! How could I've been so absent-minded? You'll be hungry" -
She said - "I'm hungry too" -
She thought.
Mary went towards the kitchen with Laura.

She came lonely. - "Where is Laura?" -
- asked a friend. Got no response.

Ana Beca

DEPORTE

¿Por qué es tan importante hacer deporte?

El deporte es importante para la salud, y si no lo practicas puede tener consecuencias.

El ejercicio previene problemas de salud, aumenta la fuerza, aumenta la energía y puede ayudar a reducir el estrés. También puede ayudar a mantener un peso corporal saludable y reducir el apetito.

Hay muchos deportes en el mundo, algunos muy conocidos son: la natación, el fútbol, el tenis, el judo, correr...

Se recomienda hacer 60 minutos o un poco más de actividad física moderada. El ejercicio es bueno para todas las partes del cuerpo y principalmente para la mente. El ejercicio hace que el cuerpo produzca unas sustancias químicas que nos hacen estar felices y tener tranquilidad absoluta.

Realizar deporte, por lo menos dos veces por semana ayuda a que tengamos una vida más saludable.

Hay consecuencias si no practicas ejercicio como:

Se pierde la elasticidad en el cuerpo

Aumentan los niveles de depresión

Alteración en la presión arterial

Pérdida de fuerza, agilidad y flexibilidad en extremidades superiores e inferiores

Aumenta la retención de líquidos y problemas cardiovasculares

Cambios constantes de humor

Aparición de celulitis y flacidez en el cuerpo

Debilidad en músculos y articulaciones, produciendo dolores constantes e incluso contracturas

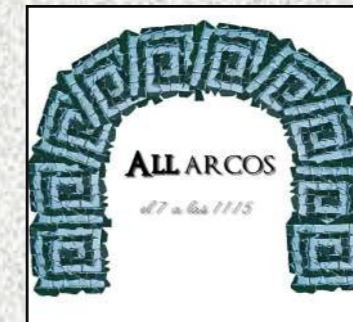
El cuerpo consume menos oxígeno, generando así más dióxido de carbono reduciendo la capacidad pulmonar y degeneración de tejidos

Ariadna Martín Enjuto

Consejo de redacción: Ariadna Martín, Rubén Galán, Paula Arcos, Carla López, Enol Bardanca, Zaira Gómez, Yanyan Ye, Paula García.

Diciembre de 2021 Nº 25

PLEI



JORGE DREXLER

El médico que cambió su vida para conseguir la fama Jorge Drexler (Montevideo, Uruguay, 1964) es uno de los

cantantes latinoamericanos más conocidos. Su estilo musical es variado, desde folklore hasta el rock alternativo pasando por el pop. Ha publicado 12 álbumes desde el inicio de su carrera en 1995, entre ellos "Salvavidas de hielo", publicado en 2017.

El álbum, compuesto por 11 temas, de los cuales tres de ellos cuentan con las colaboraciones de Mon Laferte, Julieta Venegas y Natalia Lafourcade, tratan diversos temas. De ellos, destacaría 3: Silencio, Pongamos que hablo de Martínez, canción dedicada a Joaquín Sabina, quien le animó a instalarse en Madrid, y Asilo, canción grabada con Mon Laferte.

Ha sido premiado con el Óscar a Mejor Canción Inédita para una película, con su canción "Al otro lado del río", incluida en una versión extendida de su álbum "Eco" (2004), para la película Diarios de motocicleta, entre otros muchos galardones que ha recibido. Tan conocido es que otros autores, como Ana Belén, Ana Torroja o Adriana Varela han versionado algunas de sus obras.

Rubén Galán

COLABORACIONES:

eduardopro@educastur.org

Profesorado: puedes enviar dibujos, poemas, imágenes, artículos propios o de tus alumnos/as.

Alumnado: puedes enviar directamente tus colaboraciones con nombre y apellidos o bajo pseudónimo.



JORGE DREXLER

SALVAVIDAS DE HIELO



TILDE DIACRÍTICA: «SE»

Actividad del 25N, Día Internacional de la Eliminación de Violencia contra las Mujeres





