

2023/24

Junio 2024

liceo**eu**ropeo

revista escolar

THE LICEO TIMES



LICEO NEWS 01

LICEO IB 07

LICEO LEARNS 15

ALL LICEO 45



QUERIDOS LECTORES...

Os presentamos el tercer número de la revista "The Liceo Times".

En esta última edición del curso 2023-2024 podéis encontrar artículos y fotografías relacionados con la exposición de pintura llevada a cabo en el colegio; carreras solidarias y diferentes actividades de CAS realizadas por nuestros alumnos y alumnas del Programa del Diploma durante el Día del Libro; las exposiciones de PEP, PAI (Proyecto Personal) y PD (Teoría del Conocimiento) que realizamos el 31 de mayo, entre otras muchas.

Además, en la sección del "Liceo Learns" podéis informaros sobre tendencias musicales, tecnológicas, series, películas y artículos científicos (¡y filosóficos!) interesantes relacionados, por ejemplo, con la importancia del sueño y las enseñanzas estoicas de Séneca sobre la paz y la guerra.

Por último, en la sección "All Liceo", tenéis a vuestra disposición preguntas y pasatiempos que estamos seguros de que os encantarán.

Y recordad: podéis escribirnos al correo revista@liceo-europeo.edu.es para enviarnos artículos, sugerencias y comentarios. ¡Feliz verano!

Joaquín Sánchez-Molero,
Profesor supervisor de la revista.

LICEO NEWS

PALOMA R. 5° PAI



01

me

TRABAJO DE PINTURA DURANTE EL TERCER TRIMESTRE

Este trimestre, en la extraescolar de pintura no solo se han completado muchas obras, ¡también se organizó una exposición durante el día de libro!

A continuación, un pequeño resumen del trabajo realizado en la clase de pintura a lo largo del tercer trimestre:

- ¡FLORES Y ANIMALES!



- ¡PAISAJES!



0

- ¡PAI y Programa del Diploma!



ANA B. 1º PD



0

LAS CARRERAS SOLIDARIAS DE ESTE TRIMESTRE

CARRERA CONTRA EL HAMBRE

El Miércoles 22 de Mayo se celebró la carrera de Acción Contra el Hambre, en la que todos los alumnos entre los tres y trece años compitieron en recorridos adaptados a su edad con el objetivo de conseguir hacer la mayor cantidad de vueltas posibles. A todos los participantes se les entrega un sobre en el que añadirán la cantidad que deseen para donar a la fundación de Acción Contra el Hambre. Muchos se proponen como reto donar una cantidad fija por cada vuelta que hagan en la carrera.

Esta fundación se centra en erradicar el hambre tanto en España como en otros países (cada vez más) para reducir la desnutrición aguda y crónica. Para ello, les proporcionan seguridad alimentaria, productos de higiene y cuidados sanitarios, con los que tratan de mejorar la calidad de vida de las personas que no tienen recursos para alimentarse.



LAS CARRERAS SOLIDARIAS DE ESTE TRIMESTRE

CARRERA DE LAS FLORES DE HAITÍ

Probablemente hayas oído hablar de la carrera anual en la que colabora el colegio o puede que incluso hayas participado en ella. Este año, lo recaudado se donará a la fundación de Flores de Kiskeya que actúa en Anse-à-Pitres (al sureste de Haití), que originalmente daba apoyo asistencial a mujeres embarazadas y ha pasado a ser una asociación que no solo ayuda a madres, si no a todas las necesidades de la comunidad con sus centros de día materno-infantiles.

Hubo tres modalidades posibles de participación: los cinco kilómetros, los diez kilómetros y la carrera infantil. En las tres estuvieron los alumnos IB ayudando, ya sea repartiendo comida o bebida, o a lo largo del camino para señalar y dar ánimos.

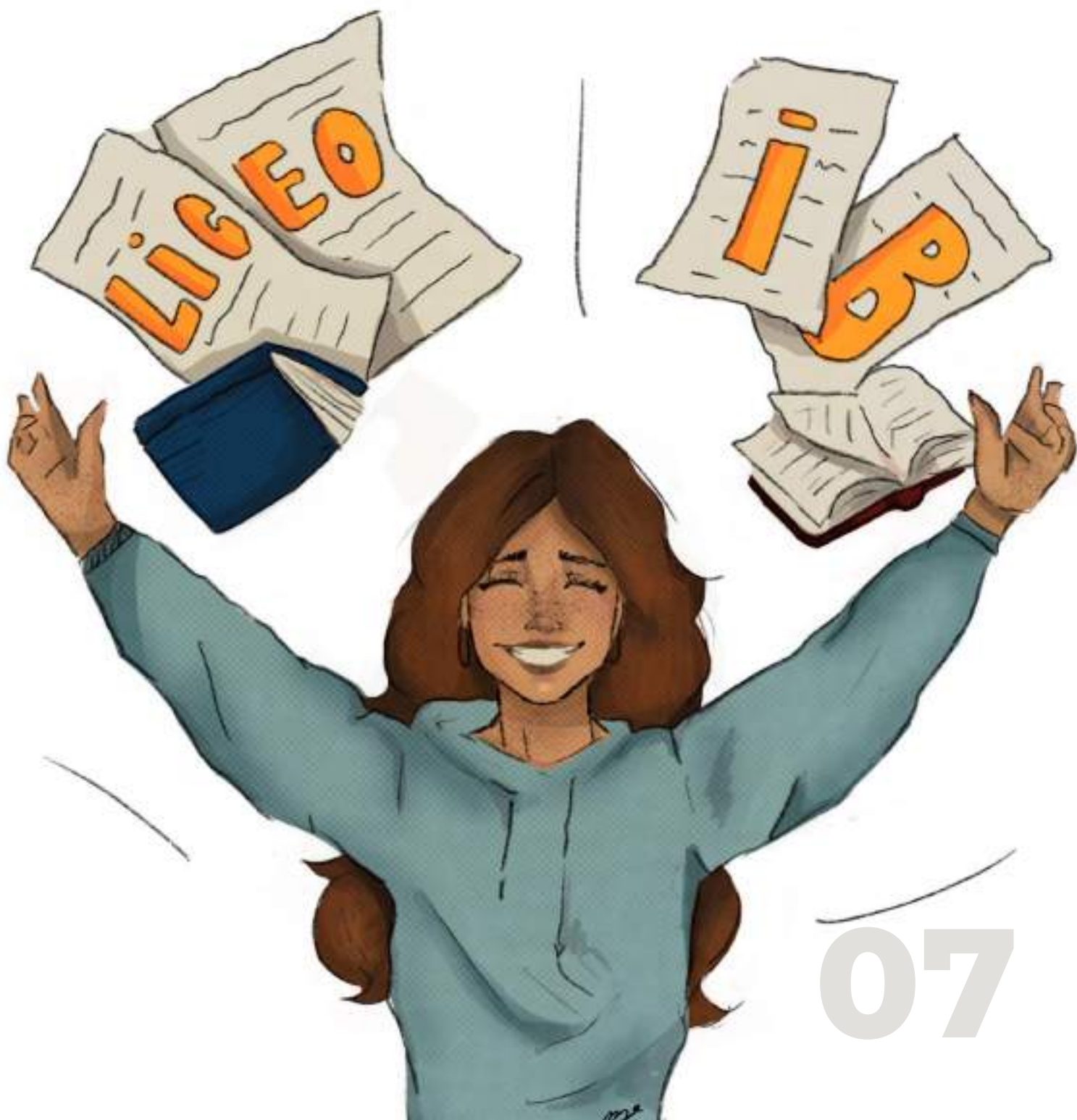


FLORES DE KISKEYA



LICEO IB

PALOMA R. 5° PAI



07

Liceo IB

09 Actividades de CAS

12 Exposición de TdC, Proyecto Personal y PEP

13 ¿Qué asignatura del PD eres?

08

ACTIVIDADES DE CAS

BIOMBO PARA EL CAMPAMENTO DEL COLEGIO

Si eres una de las personas que asistió al Día del Libro que se celebró el 20 de Abril, habrás podido ver los coloridos biombos promocionando información sobre los diferentes campamentos que ofrece el colegio. Estos biombos han sido parte de una actividad CAS que han realizado los alumnos de 1º de Programa del Diploma. Con ello han mejorado su habilidad para trabajar en equipo y desarrollado su creatividad.



RECAUDACIÓN DE DINERO EN EL DÍA DEL LIBRO

Para combinar la parte creativa y solidaria de CAS, los alumnos del IB tuvieron que idear formas de recaudar dinero para la Fundación Alzheimer en el Día del Libro. Si atendiste a este evento puede que incluso participaras en alguno de estos puestos, a continuación, una breve descripción de cada una de las originales ideas por si no tuviste la oportunidad de visitarlos.

- TART & GO

Una de las propuestas más originales fue Tart & Go donde los participantes podían pagar por una tarta de nata, pero en lugar de comérsela, podían lanzársela a uno o varios de los tres alumnos que organizaron el puesto. Dispuestos a recibir tartazo tras tartazo desde primera hora de la mañana, fue uno de los puestos que más dinero recaudó para la Fundación Alzheimer.



ACTIVIDADES DE CAS

- HENNA

Si has atendido al Día del Libro en años anteriores sabrás que esta actividad es una de las favoritas entre los más jóvenes. La henna es una pasta procedente de algunos países de asia que se aplica a la piel formando dibujos que actúan como tatuajes temporales durante una semana.



- PULSERAS

Una forma más de recaudar dinero fué con la venta de pulseras de diferentes diseños, tamaños y colores que los alumnos IB hicieron ellos mismos durante semanas para poder venderlas en este evento.



ACTIVIDADES DE CAS

- TRENZAS

Otra de las propuestas clásicas de otros años son las trenzas. En esta actividad los alumnos realizaban recogidos de pelo de todo tipo y pequeñas trenzas de hilo con colores a elección del cliente.



- PINTACARAS Y TATUAJES DE PURPURINA

En esta actividad se utilizaba pintura facial y pegamento con purpurina para que los niños se pudieran sentir como sus personajes o animales favoritos..



- GLOBOS DE FORMAS



- AGUA Y REFRESCOS



Beatriz V.
1ºPD

EXPOSICIÓN TDC, PROYECTO PERSONAL Y PEP

El pasado 31 de mayo, los alumnos de 1° PD, 5° año PAI y 8° PEP tuvieron la oportunidad de presentar a familiares, alumnos y profesores los trabajos en los que tanto habían estado trabajando en los últimos meses.

Este evento tomó lugar en la cancha cubierta y en la cancha mini del Liceo Europeo en las cuales los proyectos fueron expuestos de las maneras más originales.



Los alumnos de 5° año del PAI (programa de años intermedios) debían completar un proyecto personal donde hubiera un producto y un diario para corroborar su trabajo. Estos proyectos son libres y permiten que los alumnos den rienda suelta a su imaginación. Esto ha resultado en proyectos como un Informe de vida en Titán, una luna de Saturno, o libros de recetas de cocina.



Los alumnos que cursan el primer año del Programa del Diploma, tienen como requisito exponer su evaluación interna del componente troncal de TDC. Este proyecto consiste en el análisis de una pregunta relacionada con el conocimiento y sus distintas perspectivas pasando por 3 objetos elegidos por el alumno.



Susana G. 1°PD

¿QUÉ ASIGNATURA DEL PD ERES?

Tras este año de locura, pero sobre todo de descubrimiento sobre esta nueva etapa del Bachillerato Internacional, los alumnos de primer curso del Programa del Diploma hemos aprendido lo que es ser un estudiante del PD y lo que esto conlleva.

Este año, los alumnos del PD hemos cursado 6 asignaturas cada uno, y una alumna ha creado este quiz que determina qué asignatura del Programa del Diploma eres en función de tu personalidad.

¿Eres apasionado como química?, ¿tan amable como física? ¿o tan organizado como gestión empresarial?

¡Haz click en el link y descúbrelo!

<https://www.buzzfeed.com/maryfaucha/aqua-asignatura-ib-eres-4jigltow7k>

María F. 1ºPD



LICEO LEARNS

PALOMA R. 5° PAI

liceoeuropeo



LICEO LEARNS

mg

L Liceo Learns

- 16** Recomendaciones de música
- 21** Novedades en tecnología
- 24** Series y películas
- 28** La importancia del sueño desde el punto de vista de la neurociencia
- 31** Guerra a tus pasiones y paz a la de los demás
- 33** Aprender historia y geografía de manera fácil
- 36** El arte del cine: Una gran mirada magica de la gran pantalla.
- 39** Booktok: Influencers que revolucionan la lectura

Recomendaciones de Música

Pablo F.
1ºPD

¡Dividida en géneros!

ELECTRÓNICA

Nombre	Artista	Año
Riddm	No_4mat (feat.Various)	2021
What You Need	SIDEPIECE	2023
123 Round Again	it's murph	2023
Suenos Bravos	Bodysync (feat. Various)	2022
21	Kcik	2023
Talks	Fullempy (feat. Green Piccolo)	2022
Simple Hit	Dombresky	2019
Psychosis	Kore-G	2022
Baddadan	Chase & Status (feat.Various)	2023
on & on - Sammy Virji Remix	piri & tommy (feat. Various)	2022
Changes	ZHU	2024
Gonna Make It	Club Soda	2020
Ribs - Joe Hertz Remix	Rachel Chinouriri (feat. Joe Hertz)	2023
How Long Have You Been Away?	kryptogram	2021
Blow Out	Overmono	2023
3210 - Ross from Friends Remix	Jeshi (feat. Ross from Friends)	2022

Hip-Hop / Rap

End Of Daze (with EARTHGANG & JID feat Jordan Bryant, Mereba & Hollywood JB)	Spillage Village (feat. Various)	2020
Soupy (with Cozz)	Prof (feat. Cozz)	2023
Flawless	Cashinova	2021
Invocation	Common	1997
Cisco Kid	Redman (feat. Various)	2001
What You Want (feat. Total)	Mase (feat. Total)	1997
Me Or The Papes	Jeru de Damaja	1996

Pop / R&B

Nombre	Artista	Año
What's Luv?	Shaé Universe	2024
Make Me Cry	Pip Millett	2018
Alibi	Jordan Mackampa	2021
Hands Free	Keke Palmer	2016
Do It	Chloe x Halle	2020
Surprise	Chlöe	2022
Shampoo	iyla	2018
Know Myself	Justine Skye (feat. Vory)	2018
Mad At Me.	Kiana Ledé	2020

Pop / R&B

Moan	Sabrina Claudio	2023
Come to Dance	Izza Gara	2023
Talking To You	Clara La San	2024
OHMAMI - With Maggie Lindemann	Chase Atlantic (feat. Maggie Lindemann)	2022
All Night	Men I Trust	2019
Why Do You Love Me	Charlotte Lawrence	2021
Goddess	Jaira Burns	2019
Play God	Ezi	2024
Dust	Ängie (feat. Tail Whip)	2019
The Magic	Lola Blanc	2016
Spinn On You	Vedo	2024

Rock / Indie

Nombre	Artista	Año
Beanie	Chezile	2023
Wicked Game	Chris Isaak	1989
Love Will Tear Us Apart	Joy Division	1980
Avon	Queens Of The Stone Age	1998
Gasoline	I Prevail	2019
Charcoal Baby	Blood Orange	2018

Novedades en Tecnología

Manuel V.
1º PD

Cheng L.
1º PD

El rey de la fotografía móvil quiere recuperar su trono en Europa: serie Huawei Pura 70

Huawei, el gigante tecnológico olvidado en Europa en los últimos años debido al veto americano, está listo para reconquistar el mercado telefónico global con su nueva serie Huawei Pura 70. Esta línea promete revolucionar la experiencia fotográfica en smartphones, combinando hardware de vanguardia con software inteligente. Este año, Huawei da un golpe en la mesa con sus módulos fotográficos mejorados y la imposición de sus propios chips insignia Kirin 5G. Huawei se prepara para desafiar a sus competidores y demostrar que sigue siendo el monarca indiscutible en el reino de la fotografía móvil. ¿Logrará Huawei recuperar su trono? Europa está a la espera de esta emocionante revelación.



Nuevos iPad Pro M4: Potencia de sobra para tareas diarias y no tan diarias

Apple redefine la productividad y el entretenimiento con el equipamiento de su último chip informático M4 fabricado a 3nm en sus nuevos iPad Pro 2024. Su aspecto delgado y peso ligero no solo manejan con soltura las tareas cotidianas, sino que también están equipados para desafiar los límites de lo que se considera "uso diario". Con el chip M4, los iPad Pro ofrecen una potencia excepcional con IA, ideal para profesionales creativos y usuarios exigentes que buscan rendimiento sin compromisos. Ya sea para editar videos en 4K, diseñar en aplicaciones complejas o disfrutar de juegos con gráficos intensos, los nuevos iPad Pro M4 están preparados para superar todas las expectativas.

Magia en la Palma de tu Mano: Descubre el Honor Magic 6 Pro

El Honor Magic 6 Pro llega a Europa para enamorar a los entusiastas de la tecnología y fotografía, ofreciendo una experiencia mágica que no todos los smartphones pueden crear. Este smartphone no es solo un dispositivo más; es un portal a un mundo de posibilidades. Con su diseño elegante, unas cámara a la altura de los profesionales y un software intuitivo, el Magic 6 Pro está diseñado para impresionar. La combinación de su potente procesador Snapdragon 8 Gen 3 y su batería de larga duración asegura que la magia nunca se detenga, ya sea jugando, navegando, o fotografiando. Honor invita a los usuarios a descubrir cómo el Magic 6 Pro puede transformar lo ordinario en extraordinario.

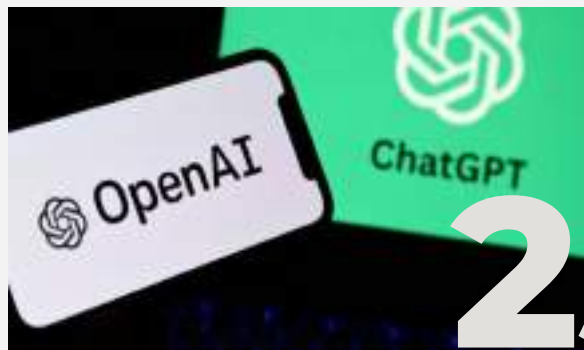


Innovación y Peligro: Los Riesgos Ocultos del Flipper Zero

El Flipper Zero (un delfín cibernético) es un dispositivo multifuncional que ha capturado la atención de los aficionados a la tecnología por su capacidad para interactuar con todo tipo de sistemas electrónicos. Está extendidamente usado como herramienta educativa para el hacking ético. Sin embargo, esta innovación no está exenta de riesgos. El Flipper Zero tiene sensores y distintos protocolos digitales como RFID y NFC en el que se puede piratear prácticamente cualquier sistema informático, desde la emulación de tarjetas hasta el hackeo de puertas de seguridad electrónicas. El Flipper Zero puede ser una herramienta poderosa en las manos correctas, pero también podría ser utilizado para vulnerar sistemas no protegidos.

GPT 4o gratis para todos

En un giro sorprendente antes del lanzamiento oficial de GPT-5, OpenAI ha lanzado GPT-4o, su modelo de lenguaje más avanzado, y lo ha hecho accesible gratuitamente para todos. Este nuevo modelo promete una interacción humano-computadora mucho más natural, procesando texto, audio e imágenes en tiempo real. Con una capacidad de respuesta casi instantánea y un rendimiento mejorado en idiomas no ingleses, GPT-4o está diseñado para ser más rápido, más barato y más potente que sus predecesores (GPT 4 y GPT 3.5). Además, su habilidad para comprender y generar contenido en múltiples modalidades abre un nuevo horizonte de posibilidades en la comunicación y la creatividad digital. Esta democratización de la tecnología podría marcar el comienzo de una nueva era en la inteligencia artificial.



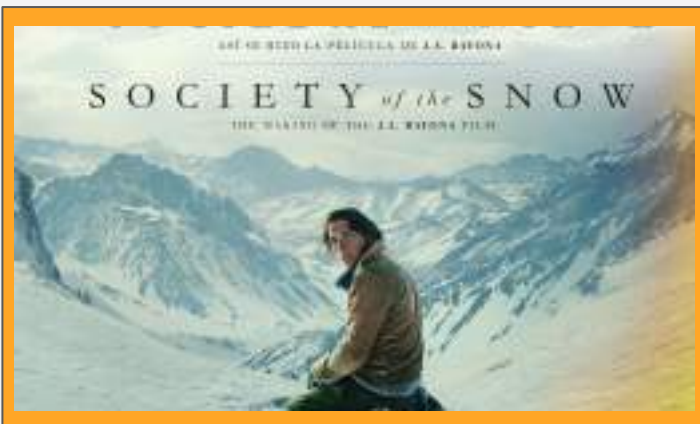
Series y películas

Valentina B.
5° PEP

Desde pequeños todos nosotros nos hemos criado con series y películas tanto infantiles como adultas y no nos hemos parado de alimentar de ellas hasta ahora. Y probablemente nunca lo hagamos porque estos tipos de entretenimiento llenan nuestras vidas de mucha emoción y sentimientos que no experimentamos todos los días y nos enseñan lecciones importantes para la vida.

Aquí os dejo algunas de las series y películas que valen mucho la pena ver:

LA SOCIEDAD DE LA NIEVE



Esta película, dirigida por Juan Antonio Bayona, fue nominada a los Oscars y, hasta ahora, ha tenido más de 50 millones de visualizaciones en todo el mundo y ganó 12 premios Goya en 2024 y lo que expresa esta historia es inigualable.

Imagina que, a los 24 años, tus

amigos te persuaden para ir de vacaciones a Chile en avión y este tiene que atravesar la cordillera de los Andes para llegar. Sin embargo, durante el trayecto, por una desviación del piloto, el avión se parte en dos contra el pico de una de las montañas, y se estrella, dejando a más de la mitad de los pasajeros muertos y a los supervivientes en mitad de la montaña a más de treinta grados bajo cero con apenas unos cuantos abrigos y poca comida.

La Sociedad de la Nieve cuenta la intrépida historia basada en hechos reales sobre un grupo de jugadores de rugby que tuvieron que pasar por un infierno en la montaña y las acciones que tomaron para sobrevivir y que, a pesar de todo, se mantuvieron juntos y se cuidaron los unos de los otros hasta el final.

Alexa y Katie

Alexa y Katie es una serie que habla sobre dos mejores amigas desde la infancia hasta su graduación y todo lo que han vivido juntas. Al principio de la serie, Alexa padece de cáncer y eso es un gran giro de los acontecimientos para ella y la impide vivir como una adolescente normal, sin mango, ella tiene a Katie, y eso es lo único que importa por que Katie muestra siempre su apoyo incondicional hacia ella y eso las hace más fuertes juntas y capaces de sobrellevar cualquier cosa.



El corredor del laberinto



El Corredor del Laberinto es una trilogía de ciencia ficción escrita por el autor James Dash y dirigida por Wes Ball y nos encontramos en los Estados Unidos del futuro consumido por un virus mortal que ha consumido a la gran mayoría de la civilización todos darían y harían lo

que fuera por una sola cosa: sobrevivir. Esta adaptación nos cuenta la historia de un grupo de adolescentes atrapados en un campo rodeado por un laberinto que se abre por la mañana y se cierra por la noche, dejando a cualquiera atrapado en él a merced de los monstruos que habitan ahí. Sin embargo, la vida de estos chicos cambia cuando un chico de dieciséis años llamado Thomas, llega sin memoria alguna de quién es ni de cómo ha llegado allí, pero solo sabe que tienen que salir de allí cuanto antes y él está preparado para hacerlo, siendo el miedo el único obstáculo que enfrentar y, al parecer, su tiempo el limitado.

Los 100



Los 100: esta serie de siete temporadas, es de género de ciencia ficción y trata sobre un mundo futuro donde la Tierra se llenó de radiación y los humanos tuvieron que vivir en una nave gigante durante muchos años en mitad del espacio pero, cuando mandan a 100 adolescentes de vuelta a la Tierra para probar si aun es habitable, la vida de estos chicos cambiará para siempre y se enfrentarán a innumerables peligros para sobrevivir.

Anne with an E

Anne with an e es la historia de una huérfana que se va a vivir con unos padres adoptivos y cuenta cómo ella se va relacionado y aprendido sobre el mundo y las personas que conoce. A lo largo de la serie, ella sufre mucho y sus traumas pasados aún la persiguen incluso lejos del sitio de su origen,

aunque todo esto no le impide vivir la vida como una adolescente normal. Aparte de su historia, Anne with an “e”, representa muchos defectos de la sociedad de hoy en día y nos muestra cómo lidiar con ello sin perder nuestro carisma ante la vida. Esta serie fue dirigida por Moria Walley- Beckett.



Apollo 13



Apolo XIII: esta película dirigida por Ron Howard trata sobre la famosa misión espacial en 1970 donde un grupo de astronautas decidieron viajar a la Luna en la nave espacial llamada Apolo XIII. El problema surge cuando, durante su trayecto hacia ella, se produce una fuerte explosión dentro de la nave, que hace que esta pierda el oxígeno en su interior y

cambie el rumbo de la nave. Estas graves circunstancias son aterradoras para los tripulantes y, durante la película, se ve cómo todos ellos tratan de lidiar con este problema y la constante pregunta que retumba en su cabeza: ¿Podrán volver a casa?.

Alguien está mintiendo

Alguien está mintiendo: se trata de una serie estadounidense dirigida por Darío Matróna donde cuatro adolescentes son acusados de asesinar a un compañero de su propio colegio, Bayview, durante una hora en el aula de castigo. El día a día de estos cuatro chicos cambiará para siempre al ser vigilados constantemente por las autoridades y, a medida que avanza la serie, secretos muy perturbadores saldrán a la luz y los chicos tendrán que tomar medidas drásticas para seguir una vida tranquila. Pero todo tiene un precio.



Los juegos del hambre



Los Juegos del Hambre: imagina que el mundo está dividido en doce distritos más El Capitolio, que es donde se controla a toda la población y están los más poderosos, como el presidente, y cada año se celebran unos juegos, llamados Los Juegos Del Hambre, donde un chico y una chica desde entre 12 y 18 años de edad de cada distrito se reúnen en un sitio conocido como La Arena (el sitio donde se

producen los juegos) y tiene que acabar con todas las personas seleccionadas (24 personas en total) hasta que solo acabe uno. Es decir, es una matanza.

En esta película adaptada por Gary Ross y escrita por Suzanne Collins, cuando una pareja del distrito 12 es obligada a participar en los Juegos, un cambio drástico de las normas cambia por completo la visión desesperanzada de todas las personas y la gente, por primera vez en mucho tiempo, estará preparada para luchar para recuperar su libertad.

La importancia del sueño desde el punto de vista de la neurociencia

El sueño consiste en un periodo del ciclo biológico que, curiosamente, ocupa un tercio de la vida de un ser humano. Asimismo, es un estado natural de descanso que se muestra esencial para que el cuerpo se recupere y que funcione adecuadamente. Solemos generalizar este periodo de inconsciencia con la inactivación de la mente, al no estar pensando en nada de manera consciente. Esto es todo lo contrario, ya que es en este periodo donde el cerebro procesa información, consolida la memoria y elimina toxinas. Sin embargo, muchas personas dan por hecho este descanso crucial, ya sea por la cultura del trabajo constante y la productividad y por las tecnologías que emiten una luz azul que dificulta la conciliación del sueño. Pero especialmente, sucede al ser tachadas como una “pérdida de tiempo” en el que no se puede ser productivo, patrón que se repite en millones de alumnos con horarios apretados en los que el sueño no aparece. Independientemente de las causas, es esencial conocer las consecuencias que puede tener la falta de sueño en nuestro cerebro y, en su totalidad, en nuestra calidad de vida.

Las fases del sueño en las que participa activamente el cerebro son fundamentales para entender cómo lleva a cabo sus funciones durante la noche. Para empezar, la fase IV del sueño es donde se produce el sueño profundo, donde el cerebro empieza a activarse. Más adelante, en la fase V o REM (rapid-eye movement), es donde tiene lugar los sueños y donde el cerebro está igual de activo que cuando estamos despiertos. En estas fases, el cerebro juega un rol fundamental de procesar y organizar la información recogida durante el día: es decir, durante el sueño, el cerebro consolida la memoria. Esto se debe a que las conexiones neuronales importantes se fortalecen, mientras que las menos importantes desaparecen, haciendo que se almacene la información esencial y se transforme en recuerdos fuertes. Además, no solo interfiere en la memoria, sino que participa en la reconsolidación que mejora la calidad de los recuerdos al refinarlos y aumentando el detalle y en la plasticidad cerebral, que consiste en la capacidad del cerebro para adaptarse y cambiar en torno a distintas circunstancias y estímulos. Por esta razón, habremos oído hablar de

irnos a dormir pronto el día antes de un examen, ya que, aparte de estar físicamente y mentalmente descansado, la información aprendida se consolida con más fortaleza. Por otro lado, se ha visto que las regiones del hipocampo, asociado a la memoria y el aprendizaje, han sido reducidas gracias a la falta de sueño. Esto vuelve a demostrar la urgencia del descanso al tener consecuencias perjudiciales en la memoria.



Del mismo modo, se ha descubierto la relación entre las emociones y el sueño, que tiene sus orígenes en la amígdala al ser la encargada de generar respuestas emocionales, especialmente frente al miedo o el peligro, y de controlarlas. Así como el hipocampo, participa en la memoria, pero en este caso emocional: ha sido comprobado, además, que aquellas experiencias atadas a emociones fuertes son más fáciles de recordar a largo plazo. Durante la fase REM, la amígdala procesa las emociones vividas durante el día, fortaleciendo y almacenando los recuerdos. Este trabajo, de este modo, procura que haya una estabilidad emocional al generar reacciones adecuadas, cosa que, sin una calidad de sueño durante la fase REM, no podría ser capaz de realizar.

Otro papel del cerebro es la eliminación de toxinas y desechos que potencialmente pueden ser neurotóxicos. Recientemente, se ha descubierto unas ondas del líquido cefalorraquídeo que ejecutan esta función. Esta labor se ejecuta mejor durante el sueño, por lo que por lo que la privación de éste hace que el sistema de gestión de residuos funcione menos, aumentando el riesgo de trastornos neurodegenerativos como la enfermedad de Alzheimer.

Para los adolescentes y las personas en pleno desarrollo, el sueño es un tema de aún mayor relevancia y delicadeza, ya que es durante este periodo de nuestras vidas donde hay un mayor aprendizaje, factor que depende de la memoria. Como hemos visto anteriormente, la falta de sueño afecta negativamente al desarrollo del cerebro, al no poder madurar las conexiones neuronales en la fase IV y REM del sueño. Por lo tanto, para un joven en pleno crecimiento es esencial el desarrollo cognitivo para el aprendizaje y la memoria.

Aparte de la relación que tiene el sueño con el cerebro, el sueño es indispensable para miles de otras funciones del cuerpo. Generalmente, una falta de sueño conlleva a un empeoramiento de la salud y problemas. Entre ellos, destaca la inmunidad, que se ve afectada ya que es durante el sueño donde se refuerza y crea anticuerpos contra patógenos. Por otro lado, cabe mencionar el metabolismo, que se puede ver perjudicado a través de alteraciones hormonales y aumentando la sensibilidad a la insulina. Como consecuencia, a largo plazo conlleva a problemas más graves como la diabetes tipo 2 o enfermedades cardiovasculares.

Teniendo en cuenta todos los factores, es importante darle más visibilidad a los daños que pueden dar lugar a una falta de higiene de sueño en nuestra vida cotidiana. No solo para proteger nuestras habilidades cognitivas que repercutan en nuestra memoria y emociones, sino que promover hábitos de sueño saludables es indispensable para el bienestar general. Sin embargo, ya que los jóvenes son los más vulnerables ante este problema, la concienciación de unos buenos hábitos de sueño se deberían implementar desde una temprana edad, así como evitar aquellos factores que impiden una buena calidad de sueño como las pantallas.



GUERRA A TUS PASIONES Y PAZ A LA DE LOS DEMÁS

La tolerancia respecto a los pensamientos y acciones de uno debería de ser la norma en nuestra sociedad, pero lejos de eso, es un bien tanpreciado como raro. Hoy, cualquiera, sin importar cuán ajeno sea a la persona, se atreve a juzgar al individuo particular a partir de las ideas o intereses que este pudiera tener. En un contexto así, la frase de Séneca “Guerra a tus pasiones y paz a la de los demás” cobra más valor y sentido que nunca.

Séneca, uno de los más grandes exponentes del estoicismo, defendía que había que enfrentarse y luchar contra nuestras pasiones descontroladas para poder así vivir bajo el amparo de la racionalidad y la virtud. Ahora, ¿quiere decir esto que hemos de renunciar a aquello que nos apasiona y nos gusta? Ni mucho menos. Cuando Séneca habla de la “guerra a tus pasiones”, se refiere a enfrentarse a los impulsos y deseos que nos alejan de las ya mencionadas virtud y razón. Estas pasiones se manifiestan en forma de codicia, ira, envidia o lujuria, entre otras. La “guerra” contra estas emociones implica una auto vigilancia constante y una disciplina de acero.

Sabiendo esto, ahora lo lógico es preguntarse cómo se le “declara la guerra” a las pasiones. Pues bien, para este fin, existen tres pasos fundamentales: autoconocimiento, autodisciplina y resiliencia. El primer paso para librar este conflicto es conocernos a nosotros mismos, entender que nos motiva y que nos hace explotar. Sólo a través de la introspección regular y la reflexión sobre nuestras acciones y reacciones podemos llegar a identificar las pasiones que más nos afectan. Una vez identificadas estas pasiones, el siguiente paso es trabajar para controlarlas. Esto puede ser sumamente difícil y desafiante, pues nos pide actuar contra nuestra propia naturaleza, pero se puede lograr con una autodisciplina férrea e inquebrantable ante cualquier situación. Con los dos primeros pasos dominados, solo queda la resiliencia. Luchar contra nuestras pasiones no es ni fácil ni rápido, requiere de una resiliencia y una constancia que no está al alcance de todos, pero que merece la pena trabajar, pues la recompensa por lograr los tres pasos es una mayor paz interna y un carácter fortalecido.

Después de este profuso análisis, no podemos olvidar la otra mitad de la máxima: “paz a las pasiones de los demás”. ¿A qué se refería Séneca con esto? Analizando la “guerra a las pasiones”, podemos declarar sin miedo a equivocarnos que ese conflicto requiere de una lucha interna para vencerse. No obstante, la “paz a las pasiones de los demás” requiere un tipo de ejercicio muy diferente, uno que demanda comprensión y empatía hacia aquellos que nos rodean. Con esto, Séneca nos invita a ser compasivos y pacientes.

Al igual que en la “guerra a las pasiones”, Séneca propone tres pasos para triunfar en nuestro esfuerzo por seguir la máxima, en este caso son: empatía, tolerancia y apoyo. En primer lugar, la empatía nos permite entender a una persona antes de juzgarla. Comprender las pasiones de una persona, te vuelve capaz de actuar de forma racional y consecuente para con ella. En segundo lugar, la tolerancia es vital para mantener la paz con las pasiones de los demás. Reconocer que no todos están en la misma línea que tú y que no tienen por qué estarlo es vital a la hora de ser capaz de estar en paz con las pasiones ajenas y en calma contigo mismo. Pero cuidado con esto, pues no hay que confundir la tolerancia con la aprobación de comportamientos negativos. Por último, el apoyo es recomendable. En lugar de criticar inútilmente a alguien hasta la saciedad, es mucho más efectivo y sabio ofrecer guía y consejo. Seguir estos tres pasos nos proporcionará una mayor paz con nosotros mismos y con nuestro entorno, pues ya no estaremos tan sumamente inmiscuidos en los asuntos de los demás.

La verdadera sabiduría en la frase de Séneca reside en saber reconocer el equilibrio entre ambas acciones. Con la “guerra a las pasiones” logramos fortalecernos y nos podemos permitir entonces ofrecer la “paz a las pasiones de los demás”. Si somos capaces de seguir esta idea, alcanzaremos uno de los principales objetivos del estoicismo: lograr nuestro desarrollo a través del trabajo abnegado con nosotros mismos.

Como conclusión, solo puedo decir que la máxima “Guerra a nuestras pasiones y paz a la de los demás” no solo es un consejo filosófico, sino que es una guía práctica para vivir una mejor vida. Nos recuerda que el trabajo con uno mismo y la lucha por nuestro autodesarrollo debe de ser constante, por difícil que sea, y que la convivencia con otras personas solo es posible si estamos dispuestos a entender y tolerar sus “pasiones”. Adoptando estos principios, podemos aspirar a abandonar estas costumbres ruinosas de juzgar y criticar de forma constante y sin fundamento para así poder alcanzar una sociedad basada en el autodesarrollo, la tolerancia y la comprensión entre los distintos individuos de la misma.

Aprender Historia y Geografía de manera fácil

Emilio M.
4ºPAI

¿Qué es la Historia y la Geografía?

La Historia es la ciencia que estudia el pasado del ser humano u otras cosas relacionadas con el deporte, la ciencia o el arte, pero en esta ocasión nos enfocaremos en la del ser humano. La Geografía por otro lado, es la ciencia que estudia la descripción y representación gráfica de nuestro planeta; de hecho la palabra geografía viene del griego antiguo (γεωγραφία) que significa descripción de la tierra.



¿Por qué son difíciles la Geografía y la Historia para algunas personas?

Para algunas personas pueden ser muy difíciles porque les cuesta o no le gusta memorizar bastantes datos. También es posible que les pueda parecer muy aburrido y eso hace que no le presten atención a las asignaturas o que cueste distinguir cosas importantes como los nombres de personas importantes o la longitud de un río muy largo.

¿Por qué me interesa la Historia y la Geografía?

A mí me interesa mucho la Historia porque puedes estudiar cómo hemos evolucionado los seres humanos. También me interesa conocer culturas del pasado como la griega, la romana o la egipcia. También me interesa porque lo puedes asociar con otras asignaturas, entretenimiento, política, negocios, viajes, etc. Por otro lado, la Geografía me encanta porque siempre me ha gustado viajar a conocer nuevos lugares y porque desde que era pequeño me sé todos los países, sus capitales y hasta sus banderas.

¿Cómo interesarse más y evitar el aburrimiento con la Historia?

Para evitar el aburrimiento y los problemas a la hora de estudiar Historia, os sugiero varios métodos para aprender de manera fácil y amena. Os recomiendo leer biografías de algún personaje histórico que os interese y relacionarlo con la etapa de la historia que corresponde; después ya puedes buscar libros, en especial de la etapa que más te llame la atención. Además en YouTube existen un montón de canales dedicados a la historia cuyo contenido es ameno, interesante y no muy largo, con los que se puede generar interés a la vez que te diviertes.

¿Cómo hacer que sea más fácil memorizar datos históricos?

Os recomiendo hacer una línea de tiempo para dividir las diferentes etapas de la historia y memorizar mejor los eventos y las personas importantes. Puedes investigar en páginas web sobre el tema que quieras buscar y aprender, o también puedes jugar a diferentes juegos de preguntas de historia para poder aprender más cosas que pasaron como por ejemplo ¿Cómo empezó la Segunda Guerra Mundial?.

¿Cómo hacer que sea más fácil memorizar datos geográficos?

Algunas recomendaciones para memorizar datos geográficos de manera más fácil son: comparar y aprender diferentes tipos de mapas que tengas, prestando mucha atención a los detalles (ya sean físicos, políticos o temáticos). También puedes dibujar tu propio mapa sin importar si sale bien o no para saber cómo distinguir elementos y lugares. Incluso, mediante diferentes juegos de Geografía te puedes aprender los nombres de diferentes desiertos, ríos, mares o bosques, y hasta hay canciones que sirven para aprender los países, las capitales o incluso regiones del mundo, aunque la mayoría de ellas están dirigidas a un público más preescolar.

Algunos recursos recomendados para generar interés en Historia y Geografía.

Canales de youtube

Academia Play

Habla sobre eventos y personas muy importantes de la historia, así como también noticias recientes.

Memorias De Pez

Habla sobre noticias recientes y geopolítica o de historia de diferentes países.

El Mapa de Sabas

Habla sobre geopolítica e historia global y menciona datos curiosos de la historia que quizás pocos conocen.

Infonimaods

Habla de eventos históricos con dibujos animados y chistes para entretener a la gente.

Webs de información y juegos

<https://www.geoguessr.com/es/quiz/seterra>

<https://world-geography-games.com/es/>

<https://mapasinteractivos.didactalia.net/comunidad/mapasflashinteractivos>

Libros

Atlas de grandes curiosos (geografía)

Atlas de curiosidades (geografía)

Pequeña historia del mundo (historia)

La historia como nunca antes te la habrían contado (historia)

La historia de España como nunca antes te la habrían contado (historia)

Atlas ilustrado con solapas (geografía e historia)

El libro de la historia (historia)

Momentos emocionantes de la historia de España (historia)

Esto es la guerra (historia)

El Arte del Cine: Una mirada mágica de la gran pantalla

Desde su invención a finales del siglo XIX, el cine ha evolucionado de ser una mera novedad tecnológica a convertirse en una de las formas de arte más influyentes y poderosas del mundo. Su capacidad para contar historias, evocar emociones y reflejar la sociedad ha hecho del cine un medio crucial en la cultura global. A lo largo de las décadas, el cine ha sido testigo de transformaciones significativas en términos de tecnología, narrativa y representación cultural.

Los Primeros Pasos del Cine

El cine comenzó con los hermanos Lumière, quienes realizaron la primera proyección pública de un film en París en 1895. Sus películas eran simples escenas de la vida cotidiana, como "La salida de la fábrica Lumière". Sin embargo, esta innovación capturó la imaginación del público y sentó las bases para el desarrollo de una nueva forma de entretenimiento.

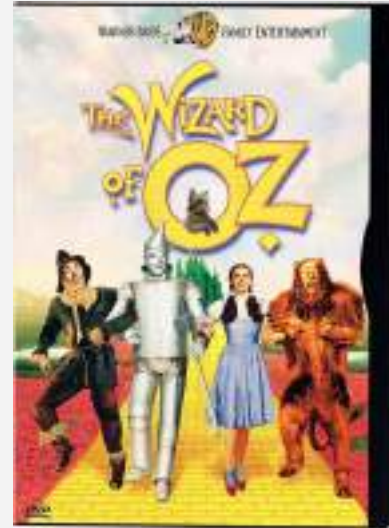


La Edad de Oro de Hollywood

La industria del cine estadounidense, conocida como Hollywood, se estableció como la meca del cine mundial en la década de 1920. Esta era, conocida como la Edad de Oro de Hollywood, vio el surgimiento de grandes estudios cinematográficos como MGM, Paramount, Warner Bros., y Universal. Durante este período, se produjeron numerosos clásicos del cine, y estrellas como Charlie Chaplin, Buster Keaton, y Greta Garbo se convirtieron en íconos.

La Revolución del Sonido y el Color

El cine sonoro comenzó con "El cantante de jazz" en 1927, que marcó el inicio de la era del sonido sincronizado. Esta innovación transformó la industria, permitiendo a los cineastas explorar nuevas formas de narrativa y expresión. Más tarde, el cine a color, popularizado con películas como "El mago de Oz" (1939) y "Lo que el viento se llevó" (1939), añadió una dimensión visual vibrante que amplificó la experiencia cinematográfica.



El Cine Internacional. El Hollywood Español

Mientras Hollywood dominaba, otras naciones desarrollaban sus propias industrias cinematográficas. En España, Luis Buñuel destacó con "Viridiana" (1961), desafiando las normas sociales. En los 70 y 80, directores como Carlos Saura y Víctor Erice exploraron temas personales con filmes como "Cría cuervos" (1976) y "El espíritu de la colmena" (1973). La Movida Madrileña trajo una explosión creativa, con Pedro Almodóvar liderando el cambio con "Mujeres al borde de un ataque de nervios" (1988). Su estilo único y temas audaces dejaron una marca indeleble en el cine global.



La Era Digital y el Cine Contemporáneo

La llegada de la tecnología digital a finales del siglo XX revolucionó la producción, distribución y exhibición de películas. Directores como James Cameron y Peter Jackson utilizaron efectos visuales avanzados para crear épicas cinematográficas como "Alien" y "El señor de los anillos". Además, la distribución digital y el streaming han cambiado la forma en que consumimos cine, haciendo accesible una vasta biblioteca de películas al alcance de nuestros hogares.





La Diversidad y la Inclusión en el Cine

En los últimos años, ha habido un creciente enfoque en la diversidad y la inclusión en la industria cinematográfica. Películas como "Black Panther" y "Parásitos" han roto barreras culturales y raciales, demostrando que las historias de todo el mundo pueden resonar a nivel global. Además, el cine está empezando a reflejar una gama más amplia de experiencias y perspectivas, desde las historias de la comunidad LGBTQ+ hasta las narrativas indígenas y de mujeres.

El Futuro del Cine

El cine sigue evolucionando. Las tecnologías emergentes como la realidad virtual y aumentada prometen nuevas formas de contar historias, mientras que los avances en inteligencia artificial podrían transformar la creación y edición de películas. Sin embargo, a pesar de estos cambios, la esencia del cine como una forma de arte que conecta a las personas a través de historias universales perdura.

El cine no es solo entretenimiento; es una ventana a otras vidas, culturas y mundos. Nos permite soñar, reflexionar y, a veces, cambiar nuestra perspectiva sobre la realidad. A medida que continuamos avanzando en esta era digital, una cosa es segura: la magia del cine seguirá cautivando a las audiencias de todo el mundo.





BookTok: Influencers que revolucionan la lectura

Todas las redes sociales tienen una comunidad pequeña reservada para los amantes de los libros, en el caso de TikTok, esta comunidad se le ha nombrado "BookTok". Pero, ¿qué es BookTok exactamente? Es un club de lectura masivo, donde los usuarios comparten recomendaciones, reseñas y sus reacciones a los libros que adoran (o detestan) a través de videos de menos de 60 segundos.

¿Y quiénes son los protagonistas de esta comunidad? Los influencers literarios, claro. Estos individuos tienen una pasión por la lectura y, aunque no sean críticos expertos, comparten sus opiniones sobre diferentes obras, desde bestsellers hasta joyas literarias menos conocidas. Con su carisma y autenticidad, estos influencers atraen a un público de jóvenes aficionados (o no) a la lectura.

3

Entonces, ¿cómo se promueve la lectura a través de BookTok exactamente? Hay muchos adolescentes que no les interesa la lectura por cualquier razón, pero BookTok ofrece recomendaciones de libros para todos los gustos, así que no es nada difícil encontrar un libro que te ilusione. Además, la mayoría de las tiendas de libros ya tienen secciones enteras dedicadas a los libros más populares de BookTok, facilitando la compra de estas obras.



Pero BookTok no solo es una comunidad de frikis de libros. La gente de esta comunidad también interactúa con otros lectores y pueden hablar sobre temas importantes como la diversidad o la salud mental. Es fácil encontrar un sentido de pertenencia al conectar con otros lectores. Algunos incluso se unen a desafíos para enriquecer su experiencia.

En resumen, BookTok es mucho más que una plataforma de entretenimiento. Es también un recurso poderoso para inspirar el hábito de la lectura entre los adolescentes. A través de la creatividad, la comunidad y la diversidad de voces, esta tendencia está transformando la manera en que los jóvenes interactúan con los libros y abriendo nuevas puertas hacia el maravilloso mundo de la literatura.



Entrevista al equipo de volleyball del Liceo Europeo

Hoy vamos a entrevistar al equipo escolar de volleyball, en concreto a las entrenadoras y las jugadoras.

EMILIO: ¿Qué se siente al llevar una racha de partidos invictos?

EQUIPO: En general se siente muy bien tener una racha de partidos invictos en la liga de volleyball.

EMILIO: ¿Cómo fue posible que el equipo se transformara en una máquina de ganar partidos después de una larga racha de derrotas?

EQUIPO: Se han requerido muchas horas de entrenamiento y esfuerzo para poder lograr un montón de triunfos importantes, además de trabajar siempre en equipo y en general lo hemos hecho muy bien. Nos hemos esforzado en mejorar la técnica y el juego en equipo.



EMILIO: ¿Qué se puede hacer para que los futuros jugadores triunfen igual que los actuales?

EQUIPO: Lo más recomendable es que siempre trabajen en equipo y que hagan muchas horas de entrenamiento y esfuerzo, tal y como hicimos nosotras para alcanzar la gloria.

EMILIO: ¿Estáis orgullosas de jugar en este equipo?

EQUIPO: Estamos muy orgullosas de jugar en este buen equipo, nos llevamos muy bien y trabajamos juntas siempre.

EMILIO: ¿Qué os inspiró para llegar a ser jugadoras del equipo?

EQUIPO: Desde hace años, en los patios del colegio se practica el volleyball, a nosotras nos interesó cuando se empezó a jugar en los patios, y años después quisimos unirnos al equipo del colegio.

EMILIO: ¿Pueden apuntarse también chicos al equipo?

EQUIPO: También pueden apuntarse chicos al equipo de volleyball. Todos los equipos del colegio son mixtos.

EMILIO: ¿Qué categorías hay de volleyball?

EQUIPO: En el Liceo Europeo solo existen dos categorías: la categoría benjamín para quinto y sexto de PEP, y la categoría alevín para séptimo y octavo. El próximo año tendremos también equipo de la categoría superior, de 2º de PAI. Os animamos a que participéis y os apuntéis.

EMILIO M. 4ºPAI



La victoria histórica del Athletic Club: Más que un triunfo en la Copa del Rey

En un partido emocionante que mantuvo a todo el mundo absorto, el Athletic Club venció al equipo del Mallorca y se coronaron campeones de la Copa del Rey 2024 después de 40 años sin alcanzar este título. Esto no solo ha demostrado que el coraje y la determinación son esenciales para tener éxito en el deporte, pero también ha animado a los amantes del equipo por toda España y más allá.

Pero, ¿cuál es el verdadero impacto de esta victoria fuera del campo de juego? Aquí hay algunas de las repercusiones que el triunfo del equipo bilbaíno ha tenido sobre nuestra sociedad y cultura:

1. **Inspiración para la juventud:**

El éxito del Athletic Club sirve como inspiración para los fanáticos del fútbol más jóvenes, demostrando que con trabajo duro, pasión y dedicación cualquier objetivo que te propongas es alcanzable. Los adolescentes pueden usar esto como ejemplo de cómo superar las expectativas de los demás y lograr el éxito.



2. **Sentimiento de Identidad Regional:** El Athletic Club no solo es un equipo de fútbol, es una marca de la identidad vasca. La victoria de la Copa del Rey fortalece la comunidad y orgullo de los vascos, que ven al equipo como una representación de su gente y su cultura.

3. **Unión comunitaria:** La celebración de la victoria del Athletic Club trasciende las fronteras del campo, uniendo a la comunidad mostrando alegría y pertenencia. Desde las celebraciones en las calles de Bilbao hasta las fiestas de los pequeños pueblos de Vizcaya y fuera de nuestras fronteras, esta victoria es el motivo de celebración y emoción para todos los vascos
4. **Impulso Económico:** El éxito del Athletic Club también tiene un impacto importante en la región. El aumento de la demanda de material del equipo (merchandising), el crecimiento de turismo y la publicidad genera ingresos que benefician a la economía local.

En resumen, la victoria más reciente del Athletic Club en la Copa del Rey va más allá del deporte, dejando un ambiente de inspiración, identidad y unidad en todo el País Vasco. Es un recordatorio de que deportes populares como el fútbol tienen el poder de elevar el espíritu de las personas, sobrepasando barreras y creando vínculos que permanecen aunque el último gol ya haya sido marcado. ¡Aupa Athletic!



ALL LICEO

PALOMA R. 5° PAI

ALL LICEO



45

ALL LICEO

47 Curiosidades del Mundo

49 Encuentra las 7 diferencias

52 Personaje según su canción

53 Soluciones

CURIOSIDADES DEL MUNDO

¿Qué país es hogar de 21 especies de serpientes de las 25 más venenosas?

Australia

¿Qué lago de Rusia contiene aprox. el 20% del agua dulce no congelada del mundo?

El lago Baikal

¿Por qué crece el Monte Everest 4 milímetros cada año?

El movimiento de placas tectónicas

¿Qué bosque produce más del 20% del oxígeno del mundo?

El Amazonas

¿En qué país es ilegal tener sólo un conejillo de Indias?

Suiza

¿Qué ciudad se está hundiendo 1-2 milímetros al año?

Venecia

¿Cuál es el país más pequeño del mundo?

La ciudad del Vaticano

¿Cuál es el idioma más hablado del mundo?

Mandarín

¿Qué país tiene 11 zonas horarias diferentes?

Rusia

¿Cuál es la estructura viva más grande del mundo?

La Gran Barrera de Coral

4

CURIOSIDADES DEL MUNDO

¿Qué país es el más bajo del mundo con una altitud de 1,5 m sobre el nivel del mar?

Las Maldivas

¿Qué país tiene una isla que está infestada de serpientes y tiene prohibida la entrada al público?

Brasil

¿Qué país tiene un pueblo llamado Hell (infierno), el cuál se congela en invierno?

Noruega

¿Qué país tiene el litoral más largo del mundo?

Canadá

¿Cuál es el desierto más grande del mundo?

Antártida

¿Qué país es más pequeño que el Central Park de Nueva York?

Mónaco

¿Qué país tiene tres capitales?

Sudáfrica

¿Qué país tiene más de 6.800 islas?

Japón

¿Es la muralla China visible desde el espacio a simple vista?

No

48 PABLO I.
1 PD

¿Qué país no tiene ejército?

Islandia

ENCUENTRA LAS 7 DIFERENCIAS

CLARA C. 1º PD



NIVEL
FÁCIL:

NIVEL
MEDIO:



PERSONAJE SEGÚN SU CANCIÓN



HORIZONTAL	VERTICAL
<p>3. "One jump ahead" / "Un salto adelante"</p> <p>5. "Your welcome" / "De nada"</p> <p>8. "Under the sea" / "Bajo el mar"</p> <p>10. "Hakuna Matata"</p> <p>12. "Be our guest" / "Que festín"</p> <p>14. "How far I'll go" / "Que hay más allá"</p> <p>15. "Colours of the wind" / "Colores en el viento"</p>	<p>1. "The Bare Necessities" / "Busca lo más vital"</p> <p>2. "When will my life begin?" / "Cuando mi vida va a comenzar"</p> <p>4. "Mother knows best" / "Madre sabe más"</p> <p>6. "Bibidi-Babidi-Bu"</p> <p>7. "Supercalifragilisticexpialidocious" / "Supercalifragilisticoexpialidoso"</p> <p>9. "Surface Pressure" / "En lo profundo"</p> <p>11. "Let it go" / "Sueltalo"</p> <p>13. "You've got a friend in me" / "Hay un amigo en mí"</p>

NIVEL
DIFICIL:

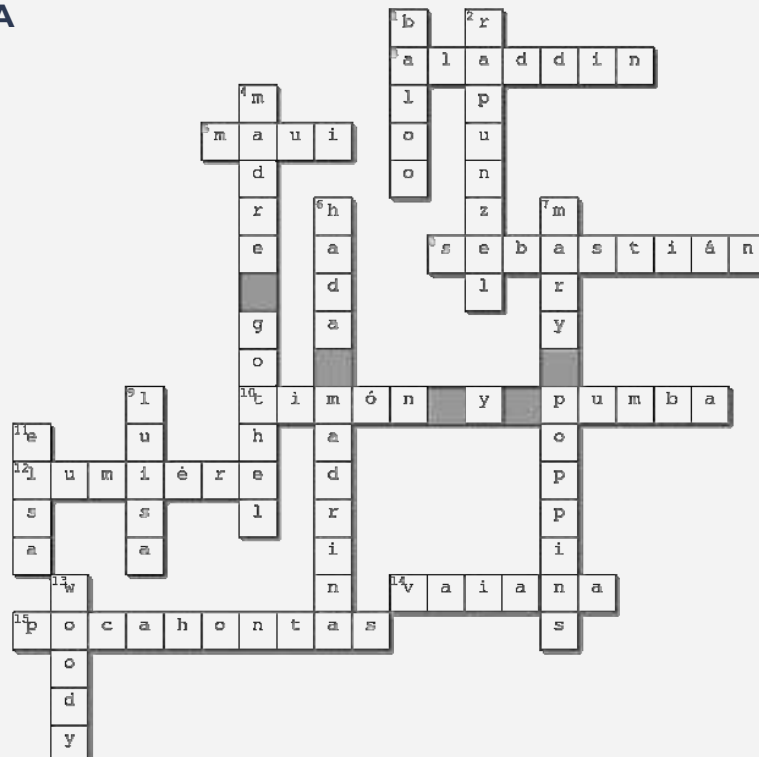


SOLUCIONES

ENCUENTRA LAS 7 DIFERENCIAS



CRUCIGRAMA



Bibliografía

- Román, L. (2023, 23 abril). Los adolescentes son los que más leen en España. EDUCACIÓN 3.0. <https://www.educaciontrespuntocero.com/noticias/adolescentes-lectores/>
- Booktok bestsellers boxed set: We were liars; the gilded ones; House of Salt and Sorrows; a good girl's guide to murder : Craig, Erin A, Forna, Namina, Jackson, Holly, Lockhart, E.: Amazon.es: Libros.
- Booktok Bestsellers Boxed Set: We Were Liars; The Gilded Ones; House of Salt and Sorrows; A Good Girl's Guide to Murder : Craig, Erin A, Forna, Namina, Jackson, Holly, Lockhart, E.: Amazon.es: Libros. (n.d.). <https://www.amazon.es/Booktok-Bestsellers-Boxed-Set-Sorrows/dp/0593568788>
- Best of booktok 2023 | kobo books blog. (n.d.). <https://www.kobo.com/blog/best-of-booktok-2023>
- Wikimedia Foundation. (2024, March 13). Sala de Cine. Wikipedia. https://es.wikipedia.org/wiki/Sala_de_cine
- Black Panther [USA] [DVD]. Amazon.es: Películas y TV. (n.d.). <https://www.amazon.es/Black-Panther-Edizione-Stat-Italia/dp/B079FLYB4I>
- Jackson, P., Walsh, F., Boyens, P., Carty, R., & Tolkien, J. R. R. (n.d.). El Señor de los anillos: La comunidad del anillo. SensaCine.com. <https://www.sensacine.com/peliculas/pelicula-27070/>
- País, L. M. D. E., Fotogramas, & País, F. M. D. E. (1973, January 1). El Espíritu de la Colmena (1973). FilmAffinity. <https://www.filmaffinity.com/es/film855997.html>
- Amazon.com: Wizard of oz (1939) [DVD] : Garland, Hamilton, Bolger, Haley: Movies & TV. (n.d.-a). <https://www.amazon.com/Wizard-Oz-Judy-Garland/dp/B00000JS62>
- Wikimedia Foundation. (2024a, February 4). Greta Garbo. Wikipedia. https://es.wikipedia.org/wiki/Greta_Garbo
- Salida de los Obreros de la Fábrica Lumière (c) (1895). FilmAffinity. (1895, January 1). <https://www.filmaffinity.com/es/film916392.html>
- Wikimedia Foundation. (2024c, June 5). Historia. Wikipedia. <https://es.wikipedia.org/wiki/Historia>
- Naumov, E. (n.d.). Ilustración de vector de dibujos animados de Geografía de Globo de Geografía. 123RF. https://es.123rf.com/photo_87782762_ilustraci%C3%B3n-de-vector-de-dibujos-animados-de-geograf%C3%ADa-de-globo-de-geograf%C3%ADa.html
- ColchonExpres. (2023, December 13). Fases del sueño: Beneficios del sueño rem y no rem - Colchón Expres. Consejos del descanso y colchones. <https://www.colchonexpres.com/blog/las-fases-del-sueno>
- U.S. Department of Health and Human Services. (n.d.). ¿Qué es el insomnio?. National Heart Lung and Blood Institute. <https://www.nhlbi.nih.gov/es/salud/insomnio>
- Desirée de Fez | Endika Rey. (2024, January 4). La Sociedad de la Nieve. Así Se Hizo La Película de J.A. Bayona. Norma Editorial. <https://www.normaeditorial.com/ficha/libros-ilustrados/la-sociedad-de-la-nieve>
- Mihailomilovanovic. (2022, 22 febrero). Volleyball court, net and ball, Sports volleyball arena. iStock. <https://www.istockphoto.com/photo/bad-shot-gm1371823675-441088927>
- Telecinco, R. D. I. (2024, 7 abril). Celebración en Bilbao por la victoria del Athletic en la Copa del Rey. Telecinco.
- Cebreiro, D. (2024, 11 abril). Celebración del Athletic de Bilbao en la gabarra, en directo: última hora del recorrido de los ganadores de. . . Diario ABC. <https://www.abc.es/deportes/futbol/gabarra-athletic-bilbao-directo-ultima-hora-celebracion-20240411152659-di.html>

Bibliografía

- Exclusive: Netflix's "Alexa & Katie" final season to be released in June and first look. (n.d.). <https://www.seventeen.com/celebrity/movies-tv/a32491727/netflix-alexa-and-katie-final-season-details-first-look-exclusive/>
- Luján, R. H. (2014, September 20). Crítica de El Corredor del Laberinto. Hobby Consolas. <https://www.hobbyconsolas.com/reviews/critica-corredor-laberinto-85926>
- "Los 100", la mejor serie de ciencia ficción de la historia, abandona Netflix Antes del Verano. (n.d.-b). <https://www.diezminutos.es/teleprograma/series-tv/a60788038/los-100-serie-deja-netflix/>
- IMDb.com. (2017, May 12). Anne with an E. IMDb. <https://www.imdb.com/title/tt5421602/>
- Película Apolo 13 en Concierto Con La Música de James Horner – Estreno Mundial. SoundTrackFest. (n.d.). <https://soundtrackfest.com/es/micro/pelicula-apollo-13-en-concierto-con-la-musica-de-james-horner-estreno-mundial/>
- Meir, S., Stipsen, D. J., Duncan, C., Saleh, E., & McManus, K. M. (2001, November 30). Alguien está mintiendo - serie - 2021 - Netflix: Actores: Premios. Decine21. <https://decine21.com/series/alquien-esta-mintiendo-45133>
- Wiki, C. to D. (n.d.). Los Juegos del Hambre. Doblaje Wiki. https://doblaje.fandom.com/es/wiki/Los_Juegos_del_Hambre
- Kimovil.com. (2024, June 5). Huawei Pura 70 Ultra: Precio, características y donde comprar. <https://www.kimovil.com/es/donde-comprar-huawei-pura-70-ultra>
- Aguilar, R. (2024, April 30). Adiós a Los Huawei "p": Los Nuevos Huawei Pura 70 ultra y 70 pro son su máxima evolución. Huawei Pura 70 Ultra, Pura 70 Pro+ y Pura 70 Pro - ficha técnica con características y precio. <https://www.xataka.com/moviles/huawei-pura-70-ultra-pura-70-pro-plus-pura-70-pro-caracteristicas-precio-especificaciones>
- Yaphone. (n.d.). Honor magic 6 pro 5G. <https://www.yaphone.com/es/honor/2768-honor-magic-6-pro-5g.html>
- Magic keyboard para el iPad Pro de 11 Pulgadas (M4) - Inglés Estadounidense - negro. Apple (ES). (n.d.). <https://www.apple.com/es/shop/product/MWR23LB/A/magic-keyboard-para-el-ipad-pro-de-11-pulgadas-m4-ingl%C3%A9s-estadounidense-negro>
- Martorell, S. D. (2024, May 22). Estas son las novedades de ChatGPT-4o: Diferencias con GPT-4. Bit Life Media. <https://bitlifemedia.com/2024/05/novedades-chatgpt-4o-gpt4/>
- Flipper Zero, Naranja y Blanco. Amazon.es: Informática. (n.d.). <https://www.amazon.es/Flipper-FLP-Z-W-R04-Zero/dp/B0BFXKSFNT>
- Carrera solidaria por las flores de Haití, consultado el 17 de Mayo de 2024 Recuperado de <https://sumakmsolidarios.liceo-europeo.edu.es/inicio>
- Siluetas de red de voleibol en la cancha de playa al atardecer jugadores en la costa de California | Foto Premium. (2022, 25 febrero). Freepik. https://www.freepik.es/fotos-premium/silueta-red-voleibol-cancha-playa-al-atardecer-jugadores-costa-california_23968361.htm



REVISTA DAILY STUDENT

Disponible en versión digital en:

<https://liceo-europeo.es/the-liceo-times/>

Camino Sur 10-12, 28109 La Moraleja, Alcobendas, Madrid.

T| 91 650 00 00 @| liceoeuropeo@liceo-europeo.es



IB CONTINUUM
CONTINUUM DE L'IB
CONTINUO DEL IB

@liceoeuropeo

