



Info FADA E

Boletín Informativo de FADA E • Castilla y León

2010

8

Número

www.fadae.org

Hola Hola!

Llegamos a diciembre, mes con menos días lectivos, pero no menos intenso. ¡Vacaciones! Para descansar, estudiar o hacer algo diferente. Como nuestra receta de garbanzos fritos de este mes, rica, rica.

También te damos un nuevo Mikonsejo y te recordamos los días conmemorativos del mes.

Bertavisión nos habla del VIH y el Día Internacional de la lucha contra el SIDA y desde FADA E opina os invitamos a participar en el Encuentro Estudiantil: El Consejo Escolar, que será los días 17 a 19 de este mes en Valladolid; con motivo de la finalización de los procesos electorales de los Consejos Escolares. Seas consejero o no, ven: conocerás a estudiantes con tus mismas inquietudes de todos los puntos de Castilla y León. ¡No te lo pierdas!

Un saludo

El equipo de INFOFADA E

PD: Te recordamos que si quieres participar en la edición de este u otro de nuestros boletines sólo tienes que ponerte en contacto con nosotros en fadae@fadae.org

Contenidos

FADA E opina que...
Encuentro de consejer@s
Página 4 y 5

Bertavisión
Día Internacional de la lucha contra el SIDA
Páginas 2 y 3

¡Hoy cocino yo!
Garbanzos fritos con zanahoria y salchichas
Página 7

MiKonsejo
Y
El Día de...
Página 6



BERTAVISION: SIN GLOBO NO HAY FIESTA

¡Hola queridos amigos, queridas amigas y queridas familias! Hoy quiero hablaros de algo muy importante y serio. Pero como siempre, os pongo en situación:

Resulta que tengo una chaquetilla muy mona que me gusta mucho, y claro, le doy mucho tute. Tanto me la pongo que el hilo de los botones se va aflojando y el otro día perdí uno. Así me tocó ir a la mercería, que en mi pueblo ya quedan pocas. Estaba allí esperando mi turno y me fijé en que el chaval que había delante de mí estaba pidiendo metros y metros de cinta roja. Claro, yo me intrigué. ¿Para qué quería un chaval de unos 23 años tanta cinta roja? Y ni corta ni perezosa, con la educación y curiosidad que me caracterizan, le pregunté. El chico, muy amablemente me dijo que era para luego cortarla en trocitos y hacer lazos rojos. Yo seguía sin entender nada. Luego me explicó que eran para el Día Internacional de la Lucha Contra el SIDA que se celebra cada 1 de diciembre. Yo eso del SIDA lo había oído otras veces pero como nunca había tenido muy claro lo que era me dediqué a indagar. Chica, desde que descubrí Intené soy toda una pro y lo uso para todo.



Bueno, a lo que iba. Buscando encontré que SIDA son las siglas de Síndrome de InmunoDeficiencia Adquirida, es decir, que es un conjunto de síntomas provocados por una alteración en el sistema inmunológico (el que nos defiende) que ha sido adquirida. Pero parece ser que ya no se denomina SIDA, sino que se está tendiendo a llamarlo Enfermedad del VIH (el Virus de la Inmunodeficiencia Humana) ya que éste es el que lo provoca. Pero vamos, que como seguro que sois todos mucho más culturizados que yo ya lo sabráis.

Básicamente, a grosso modo, el VIH lo que hace es inhibir a ciertas células inmunitarias para que no lo reconozcan como un agente agresor y así poder ir invadiendo el cuerpo. Pero vamos, que esto seguro que también os lo habían explicado.

De las cosas más importantes que hay que saber respecto al VIH son:

-Se transmite a través de los fluidos corporales por su contacto entre ellos o con las mucosas: sangre, semen y flujo vaginal. También la leche materna o durante el embarazo.

-No hay cura todavía, por eso hay que prevenir el contagio.



www.fadae.org/infofadae

Descárgate la edición digital

-Es una enfermedad que puede pasar inadvertida durante años y luego empezar a dar la cara a través de otras enfermedades llamadas oportunistas. En su fase avanzada hay un gran deterioro de todo el organismo, incluyendo alteraciones neurológicas. Normalmente, los afectados fallecen por otra enfermedad que el sistema inmunológico es incapaz de combatir.

Hay muchos mitos acerca de esta enfermedad, como que sólo la padecen hombres homosexuales o prostitutas. Pero eso son mitos. Esta enfermedad la puede padecer cualquier persona. Cualquiera puede ser portador del VIH. Es más, se estima que unas 50.000 personas en España son portadores y no lo saben. Las formas más habituales de transmisión son con prácticas sexuales (oral, vaginal y anal indistintamente) o por el uso de material manchado de sangre o sin esterilizar (jeringuillas, cuchillas, etc.). En las prácticas sexuales da igual si son heterosexuales u homosexuales (hombres o mujeres) puesto que tienen el mismo riesgo de contagio.

Como os he dicho, sólo se puede prevenir la transmisión y en las relaciones sexuales con penetración sólo existen dos métodos: el preservativo femenino y el preservativo masculino. Ningún otro método evita el contagio: ni la píldora, ni la marcha atrás, ni DIU, nada. Sólo el preservativo, en su defecto las toallitas de látex para el sexo oral.

Además, cada vez más, existe una mayor variedad de preservativos y toallitas de látex. Puedes elegir el que más te convenza o se adapte a tus necesidades. Sólo has de ir a un punto de venta y ya está. Ahora se venden en muchos sitios, desde máquinas expendedoras a la farmacia de toda la vida, pasando por supermercados. Aunque es más recomendable adquirirlos en farmacias ya que así te aseguras que están en óptimo estado de conservación.

Por otra parte, si crees que puedes ser una de las 50.000 personas portadoras de VIH, no lo dudes y hazte las pruebas. Son gratuitas y confidenciales. Algunas farmacias pueden hacer el test rápido, pero también puedes ir al médico y solicitarlo de forma más fiable.

Os he hecho un resumen muy resumido de toooooo lo que he encontrado. Yo m'e quedao muetta. La verdad es que es una cosa muy seria y que debes plantearte. Así que ya sabéis, prevenid, que esto no se puede curar. Y si sabéis de alguien que desafortunadamente lo padece, no lo discriminéis, es uno de los mayores retos a los que se enfrentan estas personas estigmatizadas injustamente.



Desde la huerta para el mundo

BERTAVISION



Info FADAE



FADAE opina que...

debes venir al Encuentro Estudiantil: El Consejo Escolar!! Lo organizamos nosotros y será en Valladolid los días 17, 18 y 19 de diciembre.

En este Encuentro hablaremos sobre los Consejos Escolares, los consejeros, los delegados y las asociaciones de estudiantes. Os daremos ideas para participar en vuestro centro educativo y consejos para realizar mejor vuestras funciones como representantes estudiantiles y así mejorar vuestro colegio o instituto y la educación en general.

Aunque parezca que sólo está orientado a Consejeros Escolares representantes de estudiantes, la verdad es que la participación está abierta a cualquier estudiante. De esta manera, juntándonos estudiantes de toda Castilla y León, podremos intercambiar experiencias, debatir y conocernos.

La inscripción es gratuita e incluye alojamiento, manutención, transporte y material. Será en el Centro Autonómico de Participación Juvenil "El Callejón" que dispone de habitaciones, comedor y aulas. Por ello sólo tendréis que llevar vuestros enseres personales (toalla, productos de higiene personal, ropa...)

Para poder asistir has de rellenar la ficha de inscripción y remitírnosla, cuando nos llegue te confirmaremos tu plaza en el Encuentro. El plazo concluye el 14 de diciembre, así que date prisa.

www.fadae.org

¡Suscríbete a la edición digital

Encuentro Estudiantil: El Consejo Escolar

17, 18 y 19 de diciembre de 2010

Centro Regional de

Participación Juvenil

Valladolid

NO 10 CALLES

Organizan:



inscripciones en:

www.consejerosescolares.org

Viernes 17

- 17:00-18:00 horas.- Recepción de los participantes
- 18:30 horas.- Inauguración de las jornadas
- 19:00 horas.- Ponencia marco: La Importancia de los Consejos Escolares en la Educación
- 20:30 horas.- Cena
- 22:00 horas.- Dinámicas de presentación

Sábado 18

- 9:00 horas.- Desayuno
- 10:00 horas.- Ponencia: La evolución de los Consejos Escolares.
- 11:15 horas.- Descanso.
- 11:45 horas.- Consejo Escolar y Consejeros: qué es, cuál es su función...
- 14:00 horas.- Comida.
- 17:00 horas. Grupos de Trabajo.
 1. Participación externa al centro educativo.
 2. Consejos para consejeros.
- 19:30 horas.- Puesta en común
- 21:00 horas.- Cena
- 22:30 horas.- Gynkana y actividades lúdicas.

Domingo 19

- 10:00 horas.- Red de Consejeros Escolares. Coordinación en la participación estudiantil: delegados, asociaciones y consejeros.
- 11:30 horas.- Descanso.
- 12:00 horas.- Evaluación y entrega de certificados.
- 13:00 horas.- Clausura del Encuentro.
- 14:00 horas.- Comida.



Mikonsejo

¿Alguna vez te ha pasado que estabas tendiendo la ropa y se te ha caído un calcetín al patio con la mala suerte de que la vecina no está en casa y no puedes recuperarlo?

Pues ya tienes remedio para la próxima vez que te ocurra. Has de hacerte con un anzuelo, un plomo y sedal o hilo.. Si nunca has ido de pesca te explico: atas el sedal al anzuelo y muy próximo a él atas el plomo. ¡Se trata de "pescar" el calcetín que se te ha caído!



el Día de...

1. Día Mundial de la lucha contra el SIDA
2. Día Internacional para la Abolición de la Esclavitud
3. Día Internacional de las Personas Discapacitadas.
Día Internacional del 3D
5. Día Internacional de los Voluntarios para el Desarrollo Económico y Social
6. Día de la Constitución Española
7. Día Internacional de la Aviación Civil
9. Día Internacional contra la Corrupción
10. Día Internacional de los Derechos Humanos
Día Internacional de los Derechos Animales
11. Día Internacional de las Montañas
15. Día Internacional del Libro en la cultura esperantista
18. Día Internacional del Emigrante

¡Hoy cocino yo!

Garbanzos fritos con zanahoria y salchichas

Dificultad: Fácil

Preparación: 15 min.

Ingredientes para 4 personas:

- Un bote de garbanzos de los que ya vienen cocidos
- Zanahoria
- Cebolla
- Salchichas frankfurt
- Sal
- Pimienta



Instrucciones de elaboración:

Lo primero que debes hacer es poner los garbanzos a escurrir. Los pones en un escurridor y les das un chorro de agua. Mientras se escurren bien corta la cebolla a tu gusto, la zanahoria y salchichas en rodajas.

Echa un chorrito de aceite en la sartén y pon la cebolla a sofreír. Cuando esté a medias de hacer echa la zanahoria y las salchichas. Ten cuidado con la zanahoria, sólo queremos dorarla, puedes incluso echarla un poco después que las salchichas. No pongas el fuego a tope.

Cuando esté a punto de terminar de freírse echa los garbanzos (procura que no les quede agua) y dóralos a fuego medio moviendo todo un poco con cuidado de que no se rompan los garbanzos. Échale sal al gusto y si te apetece una pizca de pimienta.

Cuando esté a tu gusto, sácalo de la sartén y al plato.

También puedes cambiar las salchichas por tiras de bacón.

Info FADAE



Boletín Informativo de FADAE • Castilla y León

www.fadae.org



Edición:

Federación Autónoma de Asociaciones de Estudiantes de Castilla y León

(FADAE - Castilla y León)

c/ Obispo Cuadrillero 10 (Local)

24.007 - León

987233750 - 987072777

987233750

fadae@fadae.org

<http://www.fadae.org>



Subvenciones:

