



# SEMILLA INFORMATIVA

UNDÉCIMA EDICIÓN

CLUB DE PERIODISMO



## VOCES DE LA COMUNIDAD

EL DÍA QUE SE RECUERDA POR SIEMPRE

Como la mayoría conoce el 8 de marzo es el día internacional de la mujer, es importante recordar que este día se conmemora no se celebra, ya que recordamos a las trabajadoras de la Fábrica textil Triangle Shirtwaist (Nueva York) que fallecieron debido a las malas condiciones laborales. Este es un claro recordatorio de la importancia de los derechos, pero no solo a los derechos laborales pues las mujeres también merecen respeto, igual, educación, poder expresarse u opinar. Según los alumnos entrevistados, "hay varias mujeres importantes como Marie Curie, Frida Kahlo, Manuela Saenz, Tránsito Amaguaña o María Francisca Cornejo. Que son la clara representación de como las mujeres no solo se tienen que dedicar a los quehaceres sino también son elementos claves de la sociedad pues además de ser madres son científicas, políticas, doctoras, artistas, policías, ingenieras, reporteras, profesoras."

*Celebramos la fuerza, la voz y los sueños de cada mujer. ♥  
El Club de Periodismo se une para reconocer su valentía y su lucha diaria.*

-Isabel, L..

### EL ALVERLOBO TE RECUERDA...

1. Tus metas son importantes y puedes lograrlas.
2. Soñar también es una forma de cambiar el mundo.
3. Descansar bien te ayuda a aprender mejor.



## DÍA MUNDIAL DEL SUEÑO

El día del sueño celebrado el 13 de marzo se celebra para recordarnos que dormir bien no es un lujo, sino una necesidad biológica fundamental, tan importante como comer sano o hacer ejercicio.

El sueño es algo fundamental y gracias a tener una buena rutina de sueño genera ideas nuevas e innovadoras.

Un horario de sueño beneficia ya que controlamos mejor nuestro descanso.

Muchas veces las personas se llegan a desvelar ya que tienen distractores como redes sociales.

-Cami, T.



¡Tu cerebro puede procesar información y resolver problemas mientras duermes! En realidad, muchas ideas creativas y soluciones a problemas complejos surgen justo después de despertar de un buen sueño REM.

