

La voz

# Fatimiana

Edición especial por el Bicentenario de la Independencia Nacional



Arte y Cultura

**Turunovillay**

Pág. 5

Deportes

**Karate en  
pandemia**

Pág. 7

Cuidando el  
Planeta

**Se apagan las  
luciérnagas**

Pág. 4

Editorial  
**Héroes  
sin capa**

Pág. 2

Edición  
Especial



Además:

- Facebook Educativo
- Waqrapukara
- Café Lúdico: 4 Gatos

Periódico Escolar del  
CLUB DE PERIODISMO ESCOLAR



**El Perú necesita**

# **Héroes sin capa**

**en su bicentenario de la independencia**

**Por: Melani Ccala**

Cada 28 de julio recordamos, celebramos y festejamos la proclamación de la independencia del Perú en la plaza de Armas de Lima por el General Don José de San Martín, quien con una bandera peruana, recién creada, en la mano, exclamó: “Desde este momento el Perú es libre e independiente...”, desde entonces han pasado 200 años llenos de muchas tristezas y alegrías.

Desde que tengo memoria, cada vez que llegan las fiestas patrias se recuerda con desfiles, actuaciones, festivales y diversas actividades la importancia de nuestra independencia. Recuerdo que la última vez en el colegio hicimos una escenificación a manera de *línea de tiempo* de los momentos más importantes en estos 200 años: los próceres, precursores, héroes y grandes personalidades como literatos, científicos, deportistas, entre otros.

Fue esa actuación, la que me hizo pensar esa vez ¿actualmente hay momentos importantes para nuestra historia nacional?, ¿en estos días, hay personalidades importantes que siguen haciendo grande a nuestra nación? y especialmente, **¿habrá héroes contemporáneos?**

Era muy pequeña en ese momento, sin embargo 2 años después de esa *línea de tiempo*, creo que tengo una respuesta a ese pensamiento de niña.

Estamos atravesando un momento sin precedentes en nuestra vida republicana, una pandemia que nos ha llevado a una cuarentena de varios meses, un confinamiento nunca antes visto, al menos yo no recuerdo haber aprendido sobre algo parecido. Es con la experiencia de esta extraña situación que nos tocó vivir que puedo responder aquella pregunta, ¡claro que hay héroes! Y están más cerca de lo que creemos.

Recordé a mi vecina, ella es enfermera, pasaba días en el hospital, evitando volver para proteger a su hija, que es de mi edad, a pesar del miedo, cansancio y esfuerzo siempre aconsejaba con alegría y cordialidad a cuidarnos y protegernos. También está mi tía, ella es policía, a veces frente al calor, lluvias y frío de las calles, soportando a personas inconscientes e indiferentes a la situación que vivimos, nos brinda su servicio para resguardar el orden en lugares públicos. Pensé en mi profesor, quien siempre nos recibe con alegría en cada clase por

videollamada, a pesar del desgano de muchas compañeras, del reclamo de algunos padres y de las noticias tan terribles que vivíamos, siempre haciendo una clase que además de educarnos, nos divertía y estimulaba a querer aprender más. Luego está mi mamá, nunca dejó que faltara comida en la mesa, a pesar de los momentos malos, siempre nos abrazaba y besaba antes de dormir, siempre con el amor más inmenso que nadie pudiera imaginar.

Si continúo, nunca terminaré, creo que Perú está lleno de héroes anónimos y que es lo que lo que nuestra patria necesita, personas que día a día hagan su mejor esfuerzo, no por dinero, reconocimientos o fama, sino porque esa sea su filosofía de vida. Y es que Perú no necesita un “Feliz Bicentenario”, **Perú requiere de más héroes sin capa.**



Más que una red social

# Facebook educativo

Con “streamings” incluidos

Por: **Rossy Cruz**

Desde el año pasado estamos en una situación completamente desconocida, al menos para esta generación: una pandemia, cuarentenas y confinamientos han sido poco a poco asimiladas. Las clases a distancia y virtuales han sido también una constante.

El 2020, la mayoría de clases fueron a través de la Televisión y radio, algunas pocas por la Web (Aprendo en Casa) y sesiones de retroalimentación, control y apoyo a través de WhatsApp. La razón es la empatía con la cantidad importante de compañeras con dificultades económicas y tecnológicas.

Este año se implementó en el colegio Classroom, una solución especializada para clases a distancia, sin embargo para algunas compañeras aún sigue siendo un problema la economía, lo que limita la mayoría de las veces sus participaciones en

el normal desarrollo de las actividades académicas.

Pero, este año hubo una novedad en el área de Inglés, pues nuestro profesor nos citó, en una de las primeras clases, a través de un enlace a unirnos a un Aula Virtual de Facebook, sí, la red social más popular para compartir fotos, vídeos, comentarios e incluso documentos con amigos y familiares.

Al principio estábamos un poco confundidas, incluso me sentía confundida, siempre en casa me enojaban por usar Facebook en exceso, normalmente suelo ver vídeos y fotografías graciosas (memes).

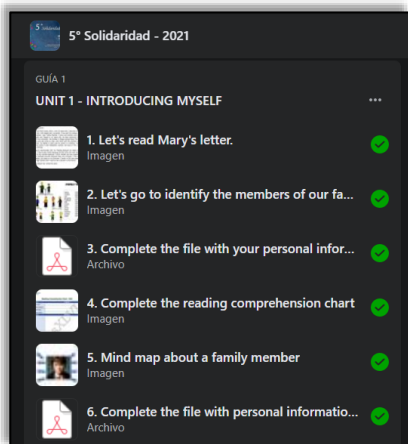
Fue una sorpresa cuando el “teacher” realizó un *stream* a través del cual nos ayudó a comprender cómo usaríamos Facebook como un complemento de Classroom sobre todo para integrar a las compañeras que no podían ingresar con facilidad.

Y es que aprendimos muchas cosas usando esta aula virtual: podíamos discutir a través de los comentarios (el profesor mencionó que era como un foro) y apoyarnos entre nosotras, también el profesor nos deja instrucciones o ideas para mejorar nuestros trabajos. A veces, subíamos vídeos pronunciando las expresiones que aprendimos en inglés y también realizamos exposiciones.

Muchas clases fueron por stream, lo que ayudó a la participación en tiempo real de muchas más compañeras, era muy divertido porque era como seguir los “en vivos” de otras páginas, además que el docente tenía un dominio interesante de la clase para captar la atención de todas.

Lo mejor de todo es que no gastamos megas a través de las clases por Facebook: subir vídeos, comentar, postear fotos, usar el Messenger e incluso hacer tareas grupales y ver el proceso de cómo vamos avanzando se hizo muy entretenido y por qué no, una de mis clases favoritas.

Es mi último año y me alegra haber experimentado estas clases por un Facebook Educativo.



**No podremos verlas**

# Se apagan las luciérnagas

**Por: Minerva Madrid**

Cada vez que visito a mi abuela siempre me toca escuchar de cómo era antes el mundo, que no se usaban los celulares, que no se vestían así, que no se habla así y mucho más. Ella vive en Quillabamba y siempre aprovecha para contarme muchas cosas que debería saber.

Esta tarde en especial, mientras mirábamos cómo oscurecía, me contó la historia de un médico que tenía una piedra que curaba todas las enfermedades, la piedra tenía un brillo inigualable y muy hermoso, pero; una tarde, al salir a pasear, la perdió y desesperadamente la buscó sin éxito, cuando ya había perdido las esperanzas le pidió ayuda a una pequeña luciérnaga. Luego de horas de búsqueda y cuando había perdido la ilusión, la luciérnaga vio la hermosa piedra iluminando en medio de la noche y muy feliz se la regresó al médico, quien como recompensa por el esfuerzo le dio la luz de la piedra. La luciérnaga se puso muy feliz porque ahora podría brillar en las noches. Al final mi abuela suspiró y mirándome me dijo ¡Qué pena que tú nunca podrás ver las luciérnagas de este lugar!

Pero, ¿qué sucedió con las luciérnagas que vivían cerca de casa de mi abuela? Investigué un poco y resulta que las luciérnagas usan su luz para atraer

pareja y también para alejar a los depredadores. Mi mamá me contó, que cuando era niña y salía a jugar o a pasear en las noches, siempre veía luciérnagas, había tantas que ni siquiera se necesitaba luz artificial para poder ver en las noches. Las luciérnagas siempre estaban iluminando los caminos, los jardines, los arbustos e incluso hasta sectores de los cerros, pero; un día, comenzaron a desaparecer incluso ni llegando a zonas alejadas de la población podemos encontrar al menos una.

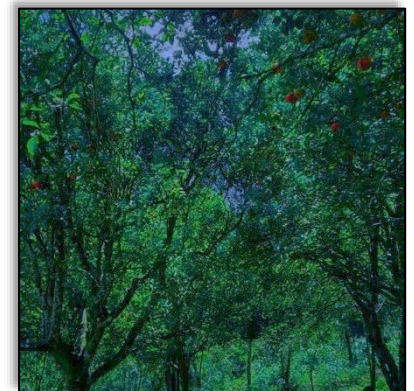
**¿Están en extinción las luciérnagas?** Diversos estudios indican que la desaparición de las luciérnagas podría deberse a la urbanización de zonas naturales, la agricultura, el turismo y el uso masivo de luz artificial.

El crecimiento de campos de cultivo y la tecnificación de la agricultura también trajo problemas por el uso de insecticidas, pesticidas y fertilizantes, contaminando el suelo y el aire y el hábitat de las luciérnagas. El turismo, que si bien es una de las principales fuentes económicas del país y en especial del Cusco, ha tenido efectos negativos en la naturaleza, la visita masiva de personas a zonas naturales ha causado perturbaciones en la vida de los animales que viven ahí, muchas veces incluso,

**¿Cuánto tiempo les queda?**

ocasionando su muerte y desaparición, como es el caso de las luciérnagas. Finalmente, la luz artificial se ha convertido en uno de los mayores problemas para las luciérnagas, antes en la casa de mi abuela no había más que unas pocas luces, ahora las luces están por todas partes, cada vez hay más casas, más calles y ni qué decir de los avisos publicitarios. La luz es más potente que la luz de la luna llena y más ahora que la mayor parte de la población ha optado por el uso de bombillas LED que son mucho más brillantes. Las luciérnagas necesitan brillar durante horas para atraer a su pareja, pero su luz se ve opacada por la luz artificial interfiriendo en este cortejo y con esto arruinando su ritual de apareamiento.

Me quedé mirando la caída de la noche, parece que ya no habrá nunca más luciérnagas en donde vive mi abuela, nunca las vi y solo pienso **¿cuánto tiempo más podrán seguir las luciérnagas en la tierra?**



Interesante tradición de Sillacancha

## Turunovillay

Por: **María José Quispe**

La mandolina, charango y tamborcillos sonaban muy fuerte, era muy temprano, pero parecía que fuera una fiesta, mientras me levantaba, escuché: ¡María, ven, ayuda a recibir a los señores!, recogí mi cabello en una cola y me vestí rápidamente. ¿Quién había venido tan temprano?

La casa de mis abuelos es relativamente grande, cuando llegué a la salita vi a Doña Benita junto a su esposo y un pequeño grupo de músicos, frente a ellos mis papás y abuelos con una gran sonrisa. No entendía nada, me acerqué a mi abuela Clementina y le pregunté: ¿abuelita, por qué nos visitan tan temprano y con un orquestín? La viejita me miró con mucha ternura y me dijo: es el **Turunovillay**, una tradición de aquí, nuestro toro le enseñará al toro de la señora Benita a labrar la tierra y como regalo nos traen este orquestín y una rica comida. Mañana, después del desayuno se llevarán a nuestro toro: el maestro junto a su toro: el aprendiz, ¡una bella costumbre en **Sillacancha**, un rincón del valle sagrado!

El día siguiente, mi abuela estaba muy animada, había muchas personas a la mesa y comimos un caldo de cordero como desayuno, al terminar tomamos un mate de membrillo,

ayudé a recoger los platos y emprendimos el camino a la chacra de la señora Benita. Mi tarea fue llevar la chicha y darles a quienes tuvieran sed.

Después de una caminata regular, con un sol que quemaba hasta las entrañas, llegamos con nuestro toro a la chacra. Una vez ahí, el orquestín empezó a tocar una canción festiva, mientras que a los dos toros, aprendiz y maestro, les sujetaron la *lamp'á*, a la derecha iba el toro aprendiz, que se le veía un poco asustado y nervioso; y en la izquierda nuestro toro maestro. Cuando estuvieron listos, el *Gallan* (el maestro que dirige a los toros) se paró delante de ellos y de manera solemne dijo: ¡Avancen, *shhhs shsh shs!* Los toros dieron unos pasos y parecía que empezarían a arar la tierra, pero luego nos fijamos que no avanzaban, solo levantaban las patas. El toro aprendiz, no quería dejarse arrastrar, el *Gallan* intentaba guiarlos y susurraba muchas cosas. Después de un rato, le di un vaso de chicha, el sol estaba en su máximo esplendor. El *Gallan*, tomó el vaso y parecía que rezaba, entonces el toro aprendiz no quiso avanzar más y se sentó con fuerza, no quería pararse. El *Gallan* echó con fuerza la chicha en el piso haciendo una cruz y el toro maestro jaló la *lamp'á* con

más fuerza y forcejeó un momento con el toro aprendiz, quien al ver su derrota se paró y empezó a seguirle al toro maestro. Ambos animales andaban *wuacho* por *wuacho* con la ayuda del *Gallan*.

En ese momento, las Mestizas que estaban en la cocina llegaron cantando con una olla de merienda y en sus *K'épes* traían collares de frutas, coca, flores, banderas blancas y mucha más chicha, Una de ellas cargaba un cuadro de San Isidro (patrón que enseña a labrar las tierras). Todos cantaban y a bailaban, ¡el **toro aprendiz había aprendido a labrar la tierra!**, Doña Benita se acercó al *Gallan* y le dijo: ¡Gracias maestro por ayudar a enseñar a mi toro a trabajar! y sacó de su *k'éperina* un sombrero negro, un poncho colorido, un collar de frutas, se lo colocó mientras cantaba, también le puso una bandera en la espalda. También les pusieron collares en los cuernos a los toros y también banderas, parecían estar listos para una fiesta. El *Gallan* gritó con fuerza: ¡*Apu Pitusiray!*, ¡*Apu Sawasiray!* ¡Gracias por la fuerza para ayudar a enseñar al ganado!, Repitió cuatro veces el grito. Finalmente, levantó un vaso de chicha y sopló la coca. El sol ya se ocultaba, el calor se desvanecía, los toros también celebraban.

**Experiencia única en**

# Waqrapukara

**Fortaleza impenetrable**

**Por: Jimena Aragón**

Cusco aún mantiene rastros de lo que fue la civilización más importante de este lado del continente, atractivos llenos de misticismo que te atrapan a primera vista y tuve la suerte de conocer uno de ellos: *Waqrapukara*.

Varias personas que fueron a este lugar nos animaron a visitarlo, se le podría catalogar como una nueva maravilla cusqueña, así que no lo pensamos dos veces y nos aventuramos.

Salimos a las 5.00 de la mañana, desde el 4to paradero del distrito de San Sebastián, desde la parada del bus, el cual nos trasladó a *Chuquicahuana*, viaje de aproximadamente 2 horas, al llegar de inmediato tomamos un auto particular que nos llevó hasta el distrito de Acomayo, hicimos una pequeña parada para comer un rico y nutritivo desayuno en el Mercado Central, necesitábamos energías para la dura caminata que nos aguardaba.

Caminamos unos 40 minutos aproximadamente hasta llegar a la comunidad de *Huayqui*, a 7.5 kilómetros de la plaza de Acomayo, el punto de inicio hacia la fortaleza de *Waqrapukara*.

Desde *Huayqui*, aproximadamente solo un kilómetro del camino está rodeado de una pampa desértica. Luego viene lo

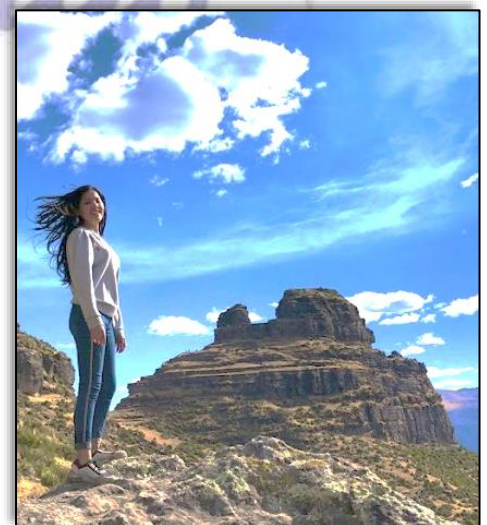
bueno, primero una subida “matadora” que apenas empezamos a subir pudimos observar las inmensas formaciones geológicas en la punta de los cerros, algunas parecieran formar rostros, razón por la cual los incas los consideraban *Apus*, también pudimos observar otras formaciones, figuras parecidas a un sapo, conejo, monos, entre otros, todos ubicados en partes más altas del camino, caminamos unos 4 km observando esas maravillosas figuras y nos encontramos con un pequeño puente rustico con un techo de paja, pasando por encima de un hermoso canal inca, donde se ve que el agua proviene de las cimas del cerro. Continuando con el camino tuvimos la vista del famoso cañón del Rio Aprímac muy profundo y al mismo tiempo muy impresionante.

Después de varias horas de caminata, cada una con vistas cada vez más impresionantes, llegamos a *Waqrapukara*, del cual se dice que es un fortín inca, mandado a construir de manera secreta por el rebelde *Ttito Qosñipa*, oficial perteneciente al ejército inca y cabecilla de uno de los tantos levantamientos que el estado inca tuvo que sofocar, en este caso del pueblo *Qanchi*, en contra de *Wayna Qapaq*.

Los *qanchis* que apoyaban al rebelde fueron derrotados, por lo que la edificación fue ocupada por los incas y usada para fines religiosos, especialmente para el culto al Dios *Wiracocha*. Con la llegada de los españoles, este lugar pasó a ser un refugio inca, básicamente por su ubicación estratégica, ya que cuenta con una sola ruta de ingreso al lugar, por lo que cualquier intruso podría ser fácilmente detenido y arrojado por al cañón, razón por la que se considera que esta fortaleza era impenetrable.

Al llegar a la fortaleza se puede ver restos de lo que un día fue una gran edificación, además de un hermoso paisaje plantas, árboles y muchas rocas que lo rodean.

Si vienen a Cusco, ¿qué esperan aventureros? **¡Waqrapukara suyasunchis!**



Un deporte de carácter

## Karate en pandemia

Perfecto para esta época

Por: **Cielo Muñiz**

La importancia del deporte en nuestra vida cotidiana es fundamental para estar y sentirnos bien. El ejercicio físico mejora la función mental, la autonomía, la memoria, la rapidez, la "imagen corporal" y la sensación de bienestar. Lamentablemente por esta época de pandemia muchos perdimos esa costumbre o no se pudo realizar por temas de espacio, estrés y el miedo a salir de casa por poder contraer el virus de la COVID 19 ya conocido por todos. Según el diario **Gestión** el 79% de peruanos, piensa que realizar alguna actividad física es importante a fin de mantener una vida sana; sin embargo, solo el 39% la ejecuta. Este número se ha reducido mucho más durante el periodo de pandemia que estamos atravesando.

Por eso les contamos el caso de Francys Leon Sañac, ex estudiante de nuestro colegio, quien cuenta con muchos reconocimientos: Brigadier General, integrante del Club de Periodismo, Excelencia del 2020 y por su gran talento y constancia en el Karate, ganadora de varias medallas. Además tiene muchos sueños y metas por cumplir, las que ni la pandemia ha podido frenar, su vida ha cambiado, pero los objetivos siguen presentes.

Conversamos con ella y nos comentó que logró salir adelante

en muchas actividades, especialmente en el deporte que le apasiona, adecuándose a esta nueva normalidad "No fue fácil, pero lo pude lograr".

Francys practica en su casa, adecuó un lugar disponible moviendo algunas cosas para liberar más espacio, reutilizó diversos materiales como botellas de plástico llenas de agua, cemento o arena, las que le sirve como pesas para ejercitar y calentar los músculos.

Después del calentamiento y estiramiento de brazos y piernas, lo primero que se practica es UKE WAZA (Técnica de defensa), de las cuales 4 son las básicas: Age Uke (defensa alta y ascendente) utilizada para ataques directos a la zona alta, Gedan Barai (defensa barrida baja) desvía los ataques dirigidos a la zona baja del cuerpo, Uchi Uke (defensa lateral con el antebrazo, del interior al exterior) desvía y aparta lateralmente los ataques y Soto Uke (defensa a nivel medio, del exterior al interior) bloquea o desvía un ataque dirigido a nuestra zona media.



Después, nos explicó el TSUKI WAZA (Técnica de puño) y 3 son las básicas: Ataques directos, Tsuki Jodan (puño a la cara), Tsuki Chudan (puño al pecho o abdomen), Tsuki gedan (puño hacia parte baja).

Finalmente, la Técnica de patada (GERI WAZA) las básicas son las siguientes: Mae geri (patada frontal), Mawashi geri (patada circular) y Yoko geri (patada lateral). Nos animó a que nosotras lo hagamos y también podemos buscar otras formas e ideas, acomodándonos a nuestras posibilidades, la verdad nos confundimos un poco, pero prometimos intentarlo, especialmente porque el Karate parece que sí relaja mucho. La verdad es que admiramos mucho a Francys.

**¿Haces ejercicios en casa?**

Ahora más que nunca es importante ejercitarnos para cuidar nos física y emocionalmente, cabe recalcar que el deporte ayuda a contrarrestar el estrés, sirve para relajarnos y estar en óptimas condiciones para prevenir enfermedades. Debemos practicar deportes y rutinas de ejercicios de manera constante, adecuando los espacios que tenemos en casa, reutilizando materiales y aprovechando los objetos que tenemos cerca. Tener una vida saludable, solo depende de cada uno.

En la época digital

## Café Lúdico: 4 Gatos

Seamos rebeldes

Por: Kimy Lívano

Ya estamos por cumplir 2 años desde que la pandemia de la COVID-19 llegara a nuestro país, tiempo en el que muchas actividades como las clases se han dado a través de medios de comunicación remota. En este tiempo el aumento de la adicción a los videojuegos en niños, adolescentes y jóvenes, debido a la cuarentena y el distanciamiento social con personas de su misma edad es alarmantemente alto, según indicaron especialistas del Hospital Víctor Larco Herrera del Ministerio de Salud.

Estamos frente a un contexto de consumo alto de tecnología, el cual no necesariamente puede llegar a ser beneficioso, según muchos padres de familia, nos dañamos bastante la vista con la prolongada exposición a esas pantallas.

Entonces, ¿qué hacer?, ¿estamos condenados a que el celular y otros dispositivos sean parte imprescindible de nuestra vida?

Mientras miraba una vez más Facebook (sí, yo también paso muchas horas frente al celular),



descubrí una publicación interesante: *un café lúdico*. Lo que me llamó la atención fue “Tinderblox”, un juego del que nunca había oído hablar, un divertido juego de habilidad donde tú única herramienta es una pinza y unos bloques de madera.

Primero, supuse que no sería divertido, sin embargo; pudo más mi curiosidad, le comenté a mi hermana y juntas fuimos a ese lugar. Al llegar nos sorprendió muchas cosas: la decoración, las mesas y sobre todo la atención. ¿Te imaginas un café donde a la vez que pides la carta también te preguntan qué juego deseas? Pues este lugar llamado **Café Ludico “4 Gatos”** es uno que nunca, probablemente, hayas conocido.

Hablamos con quien nos atendió y nos contó que se llamaba así por cuatro amigos que sienten un cariño muy especial por los *michis*, además que son muy apegados a los juegos de mesa y a un buen café.

¿Hace cuánto no aprendía un juego de mesa? La verdad, no tengo idea, la amabilidad y la paciencia con la que los chicos que atienden te enseñan los juegos es admirable, si a eso se le agrega un fondo musical agradable, convierte inmediatamente la experiencia en una especial.

Le pedimos que nos recomendara un juego, eligió uno llamado “Laberinto Mágico”, cada uno tiene que elegir un personaje y cada uno contará con 10 bloques, los que nos serán útiles para bloquear el paso al otro jugador y evitar que llegue antes, no es tan sencillo, ya que tienes que ver los bloques que también van a impedir tu recorrido. En la primera partida con mi hermana, estábamos muy concentradas y al tanto de cada movimiento, luego de unos 3 minutos y una risita burlona, yo había perdido. Luego jugamos *Tinderblox*, el juego que vi en Facebook, después *Dobble*, y luego nos dimos cuenta que la hora había avanzado sin darnos cuenta.

Los juegos de mesa ayudan al desarrollo de capacidades motoras, mentales y sensoriales, desarrollan la concentración, la memoria, la observación y la imaginación, muestran cómo resolver problemas, elaborar estrategias y tomar decisiones, además enseñan a cumplir las normas de convivencia y sobre todo te relajan y te alejan de la dependencia al celular.

¡Anímense y jueguen un juego de mesa! Quizá sea un acto de rebeldía el divertirse con algo que no sea electrónico.