

Portada diseñada por: Emma Diago y Manuela Moreno

Atrévime a volar

Plumas es nuestro periódico escolar. Gracias a Hannia Barrios, su creadora, tenemos este espacio como estudiantes del GCI para expresarnos libremente. Aquí podemos compartir todo aquello que nos emociona en la vida, aquí podemos ser nosotras mismas porque en Plumas todas brillan.

Después de casi un año inactivo, Plumas vuelve con toda su fuerza. De la mano de un maravilloso equipo, formado por 45 corazoncitos llenas de amor y pasión por la escritura y el arte, vamos a trabajar y hacer todo lo posible para que las voces de todas sean escuchadas y para que el talento de cada una sea reconocido.

Quiero invitarlas a que se atrevan a hacer cosas nuevas, que aprendan a compartir sus ideas y sentirse capaces de cualquier cosa que se propongan. A pesar de los miedos y las circunstancias difíciles, quiero que se den cuenta del potencial que todas tienen. Porque cada una tiene una llama interior y una pasión que brilla por encima de todo lo demás.

Por esto, las invito a ser parte de este hermoso proyecto. Este año estará lleno de planes de los cuales todas podemos ser parte, demostrando lo que tenemos por dentro.

Sin más preámbulo, les damos la bienvenida a la primera edición de Plumas 2021-2022.

Valeria Alexandra García Espitia, Directora de Plumas.

Editado por: Mariana Berrio Ordosgoitia (7º)



Meet the team

S
t
a
F
F

Jefe de diseño



Diana Díaz

Directora



Valeria Garcia

Jefe de edición



Isabel Carriazo

Jefe de producción creativa



Manuela Vélez

Jefe de redes



Victoria Díaz

Jefe de producción informativa



Sofía Martelo

PRODUCCION INFÓRMATIVA



SOFÍA MARTELO
JEFE DE PRODUCCIÓN INFORMATIVA



CAMILA ARIZA



MA LUCÍA ANGULO



MA GABRIELA CARRIAZO



VALENTINA ULLOA



HANNA GARCÍA

REDES



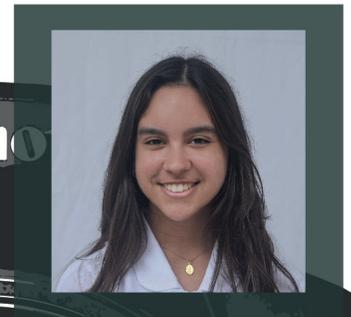
VICTORIA DÍAZ
JEFE DE REDES



SOFÍA CARRASQUILLA



ISABELLA MARTÍNEZ



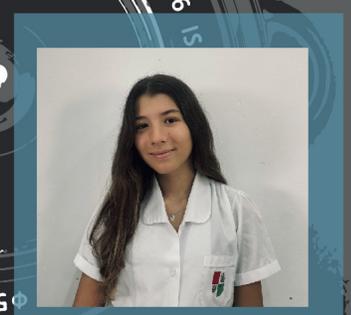
CATALINA SOTO



CATALINA DELGADO



MA GABRIELA POSADA



SOFÍA GUTIERREZ

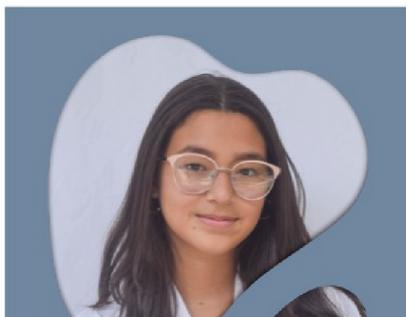


DISEÑO

JEFE DE DISEÑO



DIANA DÍAZ



ANA SOFÍA VILLAMIZAR



ANA SOFÍA ROMERO



CATALINA ARDILA



CAMILA BORRÉ



CAMILA CASTELLAR



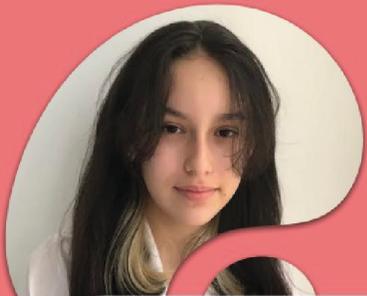
EMMA DIAGO



SOFÍA GARCÍA



MA CONSTANZA SIERRA



MANUELA MORENO



ISABELLA DELGADO

Diseñado por: Camila Castellar (11°)

PRODUCCIÓN CREATIVA



MANUELA VÉLEZ
JEFE DE PRODUCCIÓN CREATIVA



JUANITA ESPITIA



LAURA DE ZUBIRIA



LAURA SIERRA



VANESSA ALMANZA



MA VICTORIA RAVE



SUSANA VEGA



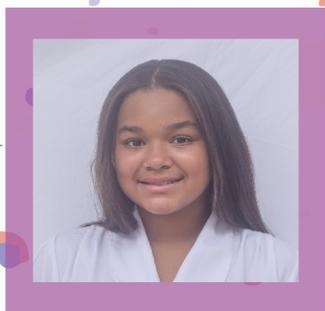
SUSANA SALAZAR



SOFÍA AMADOR



SHALOME CARRASQUILLA



SARAH HOYOS



SARITA MAZO



MARIANA RIVERO



SOPHIE SIERRA

EDICIÓN

Jefe de Edición



Isabel Carriazo



**Mariana
Berrio**



**Sofia
Yepes**



**Sara
Diazgranados**



AVISOS

POSESIÓN DE PERSONERA Y REPRESENTANTE A LAS ESTUDIANTES

Después de una interminable semana en la que sentimos la increíble energía y vivimos las cautivadoras campañas de parte de las candidatas a personería, se llevó a cabo la votación en la cual nosotras las estudiantes elegimos a nuestras representativas.

El Viernes 17 de Septiembre vivimos por la mañana en nuestro colegio, la posesión de Personera y Representante estudiantil. Fue una ceremonia en la cual todas las estudiantes y directivas estuvieron presentes para darles la bienvenida a nuestras nuevas representantes 2021-2022.



Empezamos nuestra ceremonia con unas significativas palabras de nuestra

rectora, Soraya Jaime, y proseguimos a escuchar las cautivadoras palabras de agradecimiento y compromiso de las elegidas a ser nuestras líderes y representantes de este año escolar. Maria Gabriela Lopez, y la respectiva placa distintiva de Representante a las estudiantes, hacia Maria Alejandra Cerro.



A continuación unas emotivas palabras de parte de nuestra Personera y Representante a las estudiantes:

¡Estoy muy emocionada de empezar esta aventura con ustedes y les agradezco mucho!!

Al lanzarme a este cargo siempre supe que debía hacer todo lo posible por ser la mejor versión de mí misma y poner eso al servicio de ustedes, y no es algo que solo se decida, es algo que debe ser trabajado día a día con constancia. Siendo sincera muchas veces dude de

Siendo sincera muchas veces dude de mí misma para este cargo, pero ahora entiendo que siendo organizada las cosas se logran de una manera efectiva. A pesar de que tengo muchas aptitudes para este cargo, no deja de ser un reto esta gran responsabilidad, pero la asumo con las mayores ganas de aprender, crecer como persona y ponerme a disposición de ustedes las alumnas.

Voy a estar para ustedes, en las buenas y en las malas. Prometo ponerlas como prioridad siempre, tomarse muy en serio sus peticiones y siempre ayudarlas como ustedes se lo merecen. Realmente este será un camino donde aprenderemos mucho sobre nosotras mismas. Así, me he dado cuenta de lo diligente, valiente y empática que puedo ser. Y eso es lo que quiero también para ustedes. Que mediante este año escolar conozcamos más sobre nosotras mismas para así cultivar esos valores.

Esta oportunidad significa demasiado para mí, y por eso sé que la única manera de pagarles es trabajando de la mejor manera posible para ustedes. Poniendo mi liderazgo positivo en función de sus metas y usando mi

valentía para llegar a lograr todo.

¡Vamos por un año increíble!

- Maria Gabriela Lopez, Personera

Hola a todass!! Bienvenidas al inicio oficial de lo que va a ser un año inigualable.

Se siente irreal que por fin podamos comenzar a construir todos los proyectos que tenemos planeados para este año: desde Plumas, hasta Mar Adentro, y a todos los demás que se vienen más adelante.

Estoy emocionadísima de poder ponerme al servicio de ustedes, y trabajar de su mano para que el colegio sea de nosotras y para nosotras; Desde ya les voy diciendo que el consejo va a escuchar cada una de nuestras ideas e inquietudes, no voy a dejar que nada se quede sin discutir. Y no está demás reconocer que el equipo de Plumas está haciendo desde ya un trabajo excelente, y que el periódico este año va a ser más espectacular y más nuestro que nunca. Mi emoción y mis expectativas para este año crecen con cada paso que damos; ya quiero ver cómo vamos logrando cada una de nuestras metas agarradas de la mano, porque si no lo hacemos nosotras, ¿Quién lo va a hacer?

- Maria Alejandra Cerro, Representante a las estudiantes

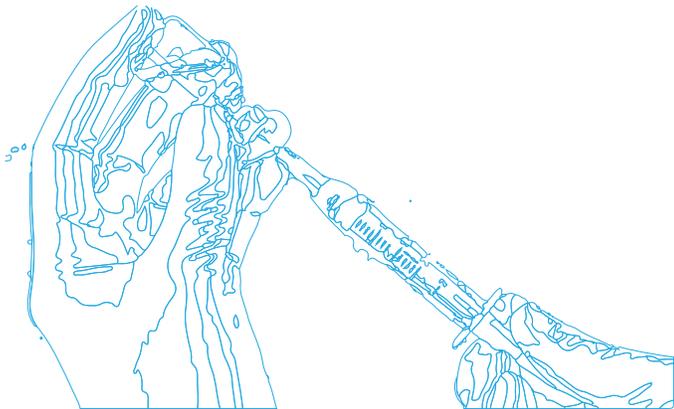
La tradicional izada de bandera, fue motivo de alegría para muchas, de saber qué volvemos una vez más a nuestras tradiciones. Después de tanto tiempo ya habíamos olvidado cómo era la celebración al liderazgo y al servicio.

Camila Ariza (10°)

Editado por: Isabel Sofía Carriazo (10°)

¡VACÚNATE CON ASPAEN!

En la mañana del pasado sábado 18 de septiembre, en la sede de Pepe Grillo Alborada, se llevó a cabo el “*vaccination day*” de ASPAEN Cartagena. En este, todos los alumnos de los colegios ASPAEN Gimnasio Cartagena y ASPAEN Cartagena de Indias, desde los doce años de edad, tuvieron la oportunidad de recibir su primera dosis del biológico Pfizer. El único aprobado para menores de edad.



Según la doctora del colegio, Xiomara Acuña, no muchos niños asistieron a la jornada de vacunación, ya que por ejemplo, los grados de once y doce estaban en horario de pre-icfes mientras que la vacunación tomaba lugar.

Igualmente, para Xiomara y para todos, es un alivio saber que desde que los padres de

familia diligenciaron la matrícula de sus hijos muchos estudiantes mayores de doce años ya cuenta con esquema de vacunación completo contra el COVID-19. Esto da cierto respiro frente al riesgo que estos corren al ir a las sedes del colegio, pero cabe recalcar que hay que seguir cumpliendo con los protocolos de bioseguridad y hay que seguir cuidándonos.

Sofía Martelo (11°)

Editado por: Sofía Yepes (10°)





CREATIVIDAD

¡FELIZ CUMPLEAÑOS SORY!

El 24 de septiembre fue el cumpleaños de nuestra queridísima rectora, Soraya Jaime. Una fecha muy especial e importante para todas las alumnas del GCI. Fecha que siempre tenemos muy presente en todas nuestras actividades. Ha sido la rectora del colegio por más de 16 años. Y en todos estos años, Sory, se ha caracterizado por su alegría y placer al saludarnos en cada evento y lugar del colegio. siempre nos ha motivado a ser cada día mejores. Y a convertirnos en alumnas con mente de sabia, cuerpo de atleta y corazón de santa.

Lastimosamente, este será el último año de Sory acompañándonos en el colegio. Ella ha dejado claro que quiere que cada una de nosotras se apegue más a la Virgen de las Mercedes, que es la que auxilia a los cautivos. Y así como la Virgen, también mantener una relación con Dios y siempre tenerlo presente en cada momento de nuestras vidas.

Sory disfruta mucho de sus cumpleaños en el colegio. Siempre las estudiantes preparan un baile o un detalle, para que vea lo importante y especial que es para nosotras, cómo para el colegio. Sin ella el

colegio no sería lo mismo. La vamos a extrañar muchísimo. Y más al recordar su emocionada voz al saludarnos en izadas de bandera y sus discursos. Sory se ha convertido en la madre del colegio. Ella siempre ha estado ahí para nosotras, recibiéndonos desde primer grado con una sonrisa de oreja a oreja, haciéndonos sentir importantes cuando llegamos al colegio.

Sory, en esta fecha tan especial que es tu cumpleaños, queremos que te la goces al máximo, y que recuerdes que tuviste un impacto grandísimo en cada una de las alumnas del GCI. Que gracias a ti hemos aprendido a convertirnos en mujeres con valores y principios dignos de una gimnasiana. Te deseamos un muy feliz cumpleaños lleno de amor y muchos recuerdos. Te queremos.

Valentina Ulloa (12°) y Shalome Carrasquilla (7°)

Editado por: Isabel Sofía Carriazo (10°)

Madre, Te Ofrezco Estas Rosas

MADRE, TE OFREZCO ESTAS ROSAS

Madre, te ofrezco estas rosas

Sintiendo el anuncio del Ángel Gabriel,

Sintiendo aquel encuentro con Isabel,

Sintiendo el nacimiento de tu Santo hijo Jesús,

Sintiendo cuando ante el templo se le presentó la divina luz,

Sintiendo la pérdida y el hallazgo de esperanzas gozosas.

Madre, te ofrezco estas rosas

Recordando la agonía del Mesías en el huerto,

Recordando la flagelación que lo dejó casi muerto,

Recordando cuando le vi las espinas enterradas en su cabeza,

Recordando el camino al Calvario con proeza,

Recordando cuándo Jesús soltó sus últimas lágrimas dolorosas.

Madre, te ofrezco estas rosas

Reflexionando sobre la resurrección de Jesús con sus fuerzas gloriosas,

Reflexionando sobre cuando el Mesías a los cielos ascendió,

Reflexionando sobre el día en que el Espíritu Santo a la tierra descendió,

Reflexionando acerca de tu hermosa ascensión,

Reflexionando acerca de tu bella coronación.

Madre, te ofrezco estas rosas

Pensando en el bautismo con las aguas luminosas,

Pensando en el milagro en las bodas de Caná,

Pensando en el anuncio del Reino de los cielos del más allá,

Pensando en la transfiguración,

María Victoria Rave (10°)

LOVE & FRIENDSHIP

¡En ASPAEN Cartagena De Indias celebramos el amor y la amistad juntas!

Un día como cualquier otro se convirtió en un día de celebración en nombre del amor y la amistad que abunda en nuestras instalaciones. El pasado viernes 17 de septiembre se celebró amor y amistad de



manera excepcional, fue una jornada llena de gratas sorpresas y actividades. El foco principal fue el “*Twin day*”, propuesta incentivada por nuestra personera actual María Gabriela López. Mediante un desfile que tomó lugar en la plazoleta de primaria en la hora del recreo, las estudiantes sorprenden al público con los atuendos a juego con sus amigas del colegio. Este evento permitió que la creatividad, el sentido de la amistad y el

compañerismo se esparciera por toda la institución.

La celebración del amor y de la amistad fue sin duda alguna un día divertido, emocionante y lleno de sonrisas. Agradecemos a todas nuestras estudiantes que compartieron su sentimiento de compañerismo y nos sorprendieron con su creativa imaginación.

Hanna García (11°)

Editado por: Sara Diaz Granados (11°)

DÍA DEL AMOR Y LA AMISTAD

El pasado viernes 17 de septiembre se vivió el día del amor y la amistad en el GCI. El día comenzó movido y desde muy temprano vimos llegar tanto a alumnas como a profesoras con sus pintas iguales. Camisetas, moños, vinchas y hasta vestidos se vieron por partida doble en los pasillos del colegio, y dejamos el uniforme en la casa para vestirnos con los colores de este día tan especial. Muy acorde al espíritu del amor y la amistad, tanto en bachillerato como en primaria, nuestras personera y representante, así como nuestras seniors, nos organizaron actividades especiales que nos sacaron una sonrisa a más de una.

Las estudiantes de primaria gozaron de un divertido “Fashion Show” a la hora del recreo. Donde pudieron modelar y sacar la fashionistas que llevan dentro. Con música y risas, las niñas de primaria aprovecharon para mostrar sus espectaculares atuendos. Vimos desde vinchas iguales, hasta camisetitas y más. Las niñas más pequeñas pudieron pasar un rato divertido junto con sus profesoras y compañeras. Bachillerato no se quedó atrás. Esta vez a la hora del almuerzo, las seniors dieron paso a una actividad en la tienda de bachillerato. Durante este descanso se escuchó música, canto y se vio baile. Aunque muy corta, esta actividad logró robarle una sonrisa a más de una.

Sin embargo, en el GCI el día del amor y amistad no acabó ahí. El 12 de octubre abrió, y esta semana nuestras Hectics 2021 hicieron entrega de los regalos de su, ya tradicional, venta de amor y amistad. Entre estas entregas vimos desde estudiantes a profesoras recibir cartas, dulces, rosas y serenatas cantadas por nuestras seniors. Regalos tanto de compañeras, como de personas de otros colegios fueron

entregados, entre estos estaban: El GC, El Británico y El COJOWA. Como todos los años esta dinámica fue muy divertida y dentro de todo podemos decir que logró que se viviera el espíritu del amor y la amistad en el colegio un poco más allá de su día.

María Gabriela Carriazo (11°)

Editado por : Isabel Sofía Carriazo (10°)

ICONIC *moments* **DE** **LOVE & FRIENDSHIP**

Muchas de nosotras fuimos parte de la celebración de Amor y Amistad realizada en el colegio. Un espacio en donde podemos demostrar nuestro aprecio a otros. Una fecha que nos motiva a dar detalles a aquellos que nos rodean, y de esta manera agradecer por su amor y/o amistad. Lastimosamente, no celebramos con frecuencia dos virtudes tan valiosas. Sin embargo, cada año en el colegio tenemos la oportunidad de mandar detalles a quienes nos importan. Durante el evento, las niñas de tercer grado tuvieron la gran

idea de comprar combos para su amiga secreta, ellas decidieron juntar el juego de amiga secreta con la actividad de love and friendship de las seniors.

Imagínate recibir una serenata anónima. Eso que te imaginaste, es como se sienten los niños del Gimnasio Cartagena. Muchas serenatas anónimas fueron mandadas a ellos. Las niñas de octavo le mandaron una serenata sorpresa a una de sus profesoras, para demostrarle el cariño que le tiene y Valentina Vergara, de segundo grado, le envió regalos a todo su curso.

Además de ser una celebración divertida y un momento de esparcimiento, nos enseña la importancia de ser detallistas con quienes nos ofrecen su amor y amistad. Ser detallistas con nuestras compañeras, con nuestros amigos y con nuestras profesoras.

Manuela Velez Gonzalez (10º)

Editado por : Isabel Sofía Carriazo (10º)



PLAYLIST DEL MES

LOVE AND FRIENDSHIP

MEJORES AMIGOS:

- MALIBU - MILEY CYRUS
- NIGHT CHANGES - ONE DIRECTION
- WE ARE YOUNG - FUN.
- BEST FRIEND - FOSTER THE PEOPLE
- I LIVED - ONEREPUBLIC

LOCO DE AMOR:

- ADORE YOU - HARRY STYLES
- IS YOUR BEDROOM CEILING BORED?
- SODY FEAT. CAVETOWN
- CARDIAC ARREST - BAD SUNS
- BEST FRIEND - REX ORANGE COUNTY
- MARLBORO NIGHTS - LONELY GOD

ME QUEDASTE GUSTANDO:

- STILL INTO YOU - PARAMORE
- MESS IS MINE - VANCE JOY
- THEY DON'T KNOW ABOUT US - ONE DIRECTION
- OLIVIA - ONE DIRECTION
- AS LONG AS YOU CARE - RUEL

MI DECLARACIÓN:

- SOMEONE TO YOU - THE VAMPS
- SO ALRIGHT, COOL, WHATEVER - THE HAPPY FITS
- MAKE YOU MINE - PUBLIC
- FALLING LIKE THE STARS - JAMES ARTHUR
- DANDELIONS - RUTH B

Receta

Tomado de: <https://www.diariamenteali.com>

Receta de Cupcakes clásicos de vainilla con buttercream | Diariamente Ali
Love and friendship vanilla cupcake:

Ingredientes para la masa:

- 330 gramos de harina blanca.
- 3 gramos de sal.
- 340 gramos de azúcar blanca.
- 10 mililitros de esencia de vainilla.
- 7.5 gramos de polvo de hornear.
- 180 gramos de margarina.
- 4 huevos grandes.
- 310 mililitros de leche fresca.

Ingredientes para la crema:

- 300 gramos de mantequilla sin sal.
- 2 cucharaditas de esencia de vainilla.
- 674 gramos de azúcar en pulverizado.
- 2 cucharadas de leche fresca entera.
- Colorante rojo.

Adicionales:

- Chispitas de corazones rojas, blancas y rosadas.

Pasos para el cupcake:

1. **Precalentar** el horno a 170o C.
2. En un recipiente mediano **mezclar** la harina blanca, el polvo de hornear y la sal.
3. En un recipiente grande, **batir** la margarina con el azúcar hasta que se integren. Agregar los huevos, mezclar y **añadir** la esencia de vainilla.
4. **Agregar** la harina blanca y la leche de manera alternada, empezando por la harina.

5. **Llenar** los moldes con la masa, dejando un pequeño espacio para que no se riegue la mezcla a la hora de **hornearlos**.

6. **Hornear** por 20 minutos. Ir revisando los cupcakes a medida que se hornean para ver si hay que sacarlo antes o después del tiempo indicado.

7. Una vez listos, dejarlos **enfriar** por completo.

Pasos para la crema:

1. **Batir** la mantequilla hasta que tenga una consistencia cremosa, dependiendo de si lo haces con batidora o no se va a demorar alrededor de unos 5 minutos.

2. **Pasar** el azúcar pulverizada por el colador y agregarla poco a poco hasta que se haga una mezcla homogénea.

3. **Incorporar** la leche con la esencia de vainilla y **batir** hasta que se haga la crema.

4. **Añadir** colorante rojo, solo unas pocas gotas para que la crema quede de color rosado.

5. **Poner** la crema en una manga pastelera.

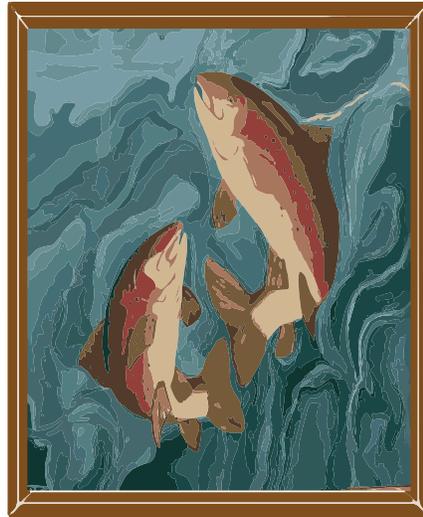
Cuando los cupcakes estén fríos, **añadimos** la crema.

6. **Poner** las decoraciones de love and friendship.

¡ YA TIENES TUS CUPCAKES LISTOS !



¡TE INVITAMOS A SER PARTE



DE PLUMAS!



EXPLOTA TU CREATIVIDAD Y TALENTO EN
EL PERIÓDICO ESCOLAR DEL GCI.

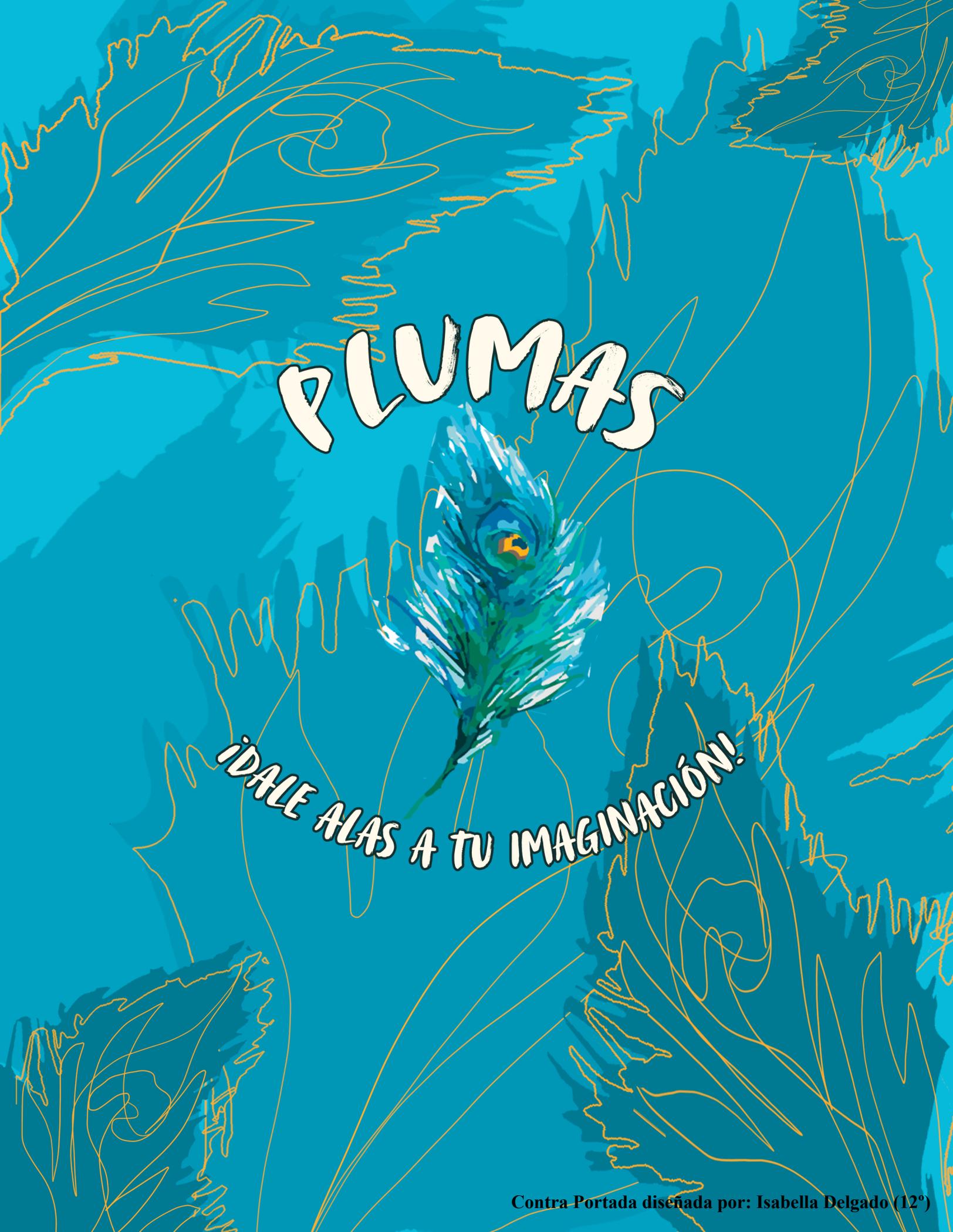
CREA, INNOVA Y DEMUESTRA TUS CAPACIDADES
Y PASIÓN POR EL ARTE, ESCRITURA Y MUCHO MÁS!



EMPIEZA MANDANDO TUS IDEAS A:
VALERIA.GARCIA@ASPAEN.EDU.CO

Diseñado por: María Constanza Sierra (12º)

PLUMAS



¡DALE ALAS A TU IMAGINACIÓN!