



PLUMAS



Diseñado por: Camilla Castellar, 12°

M

E

E

T

DIRECTORA



SOFLA CARRASQUILLA

EDITORA EN JEFE



SARA DIAZ GRANADOS

JEFA DE DISEÑO



DIANA DIAZ

JEFA DE REDES



LAURA DE ZUBIRIA

Diseñado por: Diana Díaz, 11°

PLUMITAS



HANNA GARCÍA



MARLANA SIERRA

CORRECTORAS



SOFÍA YEPES



SOFÍA MARTELO

THE

S

T

A

F

F

NOTICIAS CORTAS (5-10)

- ¿QUÉ PASÓ? (6-8)
- ¿QUÉ VA A PASAR? (9-10)

PRODUCCIÓN ESCRITA (11-52)

SECCIÓN INFORMATIVA (12-23)

- EL PODER DEL DESCANSO (12-13)
- LA CONFIRMACIÓN (14-15)
- ACMUN XVIII (16-17)
- AMONESTACIONES (18)
- UN RECUERDO PARA NO OLVIDAR (19)
- DE LA ADVERSIDAD AL ÉXITO: LA EVOLUCIÓN DEL EQUIPO DE VOLLEYBALL (20-21)
- ICFES (22-23)
- LAURA BARJUM (23)

ARTÍCULOS DE OPINIÓN (24-35)

- ¿VALE LA PENA PARAR EL PROGRESO? (24-27)
- LA REALIDAD DEL DEPORTE (27-29)
- GENERACIÓN DE CRISTAL: LA VERDADERA GRIETA DE LA SOCIEDAD (30-32)
- CÓMO VIVIR EL MOMENTO (33-34)
- CARTAGENA Y LA CULTURA DEL MÁS VIVO (35)

SECCIÓN CREATIVA (36-38)

- CONSERVAR TUS LÁGRIMAS (36)
- JE T'AIMERAI (37)
- CARICATURA (38)

CONSEJOS (39-45)

- DESCUBRIENDO EL MAPA DEL ÉXITO: ESTRATEGIAS PARA SOBREVIVIR LA PRESIÓN ACADÉMICA (39-40)
- VIDA UNIVERSITARIA: UN VIAJE DE DE DESCUBRIMIENTO, CRECIMIENTO Y EXPERIENCIAS INOLVIDABLES (41-45)

DESPEDIDA SENIORS (46-52)

- CARTA SENIORS A JUNIORS (46-47)
- CARTA JUNIORS A SENIORS (48- 49)

- EL DESAFÍO DE LAS SENIORS: EL CAMINO EVOLUTIVO DE LA VOCACIÓN DESDE LA INFANCIA (50-52)

MUSEO (53-54)

PLUMITAS (55-65)

- EL VALOR DE LA AMISTAD (56-65)

ÍNDICE



NOTICIAS CORTAS

¿QUÉ PASO?

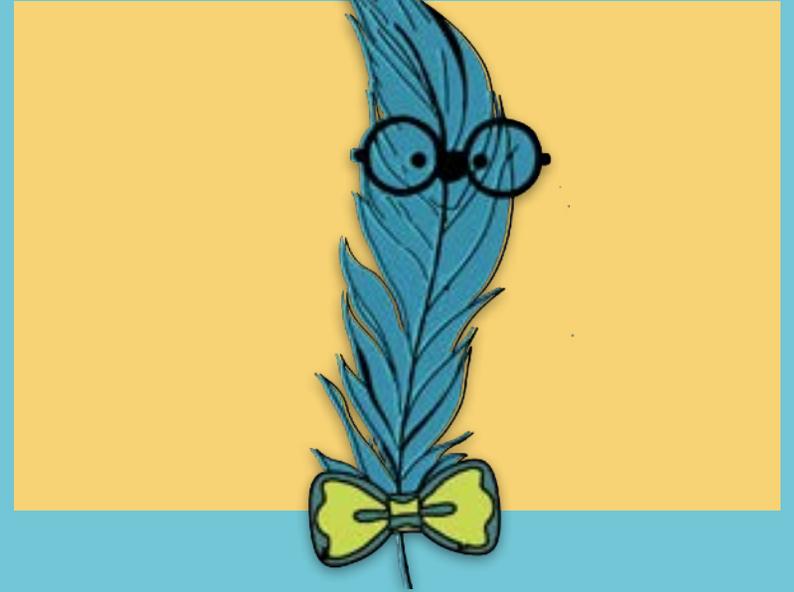
MASCOTA DE PLUMAS

Conoce a la nueva mascota de Plumas!

PHILLIP

DÍA DEL IDIOMA

Para la inauguración de este gran día en el Baluarte contemplamos unas asombrosas obras de teatro por las niñas de 11 y 10 sobre los diferentes idiomas.

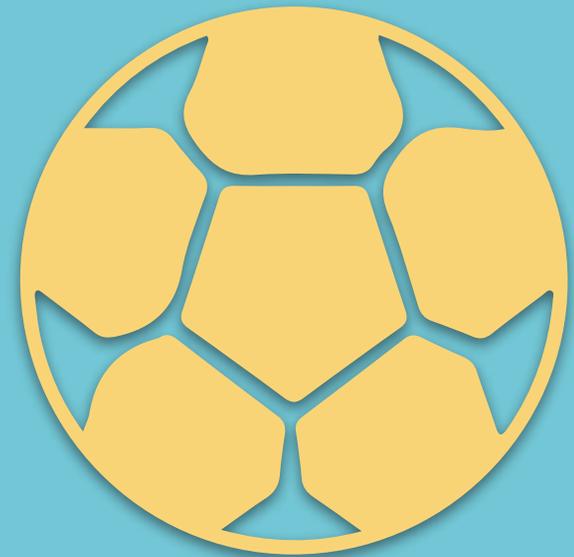


ENTRE TABLAS

Todo empezó el 23 de abril, cuando vimos las primeras dramatizaciones que nos engancharon enseguida en el recorrido de Baluarte entre Tablas. Estas fantásticas obras de las estudiantes, desde primero con *Zapatos Rojos y los siete enanitos* y *El séptimo enanito* hasta doce con *Encanto* –la mejor obra sin duda alguna–, nos brindaron dos semanas de obras del arte de la dramatización.

COLISEO

Después de tanta espera, y de tantas clases de educación física en la cancha de arena o en la plazoleta, ya por fin está listo el coliseo y podemos retomar nuestras clases en nuestro amado coliseo, con muchos cambios como la pintura y el techo.



DELF

Entre el 19, 20, y 21 de mayo las estudiantes de noveno realizaron su prueba DELF. La prueba escrita, oral y de escucha.

IGCSE

Las estudiantes de once están próximas a culminar sus pruebas IGCSE, las cuales llevan haciendo desde octubre del año pasado y terminarán el 8 de junio, es decir, el último día de clases, con el examen de biología de multiple choice.

EASTER

Para esta fecha especial el colegio no se quedó atrás, las niñas de primaria vinieron vestidas con sus mejores trajes de Easter y, además de esto, en un prime time realizaron una búsqueda de huevos de pascua por todo el colegio. Las estudiantes de bachillerato compitieron por encontrar un solo huevo y al final el curso ganador fue noveno A. Las estudiantes de primaria tenían muchos huevos por encontrar con sorpresas dentro.



¿QUÉ VA A PASAR?



SENIORS 2023

Después de su partida el miércoles 31 de mayo el recorrido de las Roarings 23's está punto de dar sus pasos finales para abrirles las puertas a un nuevo mundo. El **9 de junio** será el almuerzo de la promoción, el **16 de junio** la ceremonia de graduación y, como último, el **18 de junio** será la fiesta de grado. Les deseamos suerte a todas en esta nueva etapa que está por venir.

SENIORS 2024

Con el fin de una historia, comienza otra. Este 8 de junio las estudiantes de 11 grado pasan oficialmente a ser las más grandes del colegio. Nuevo año, nueva promoción, nuevas historias, así que prepárense para todo lo que está por venir.



CORTE DE TIRANTAS

Entre tantas emociones no nos podemos olvidar de una de las ceremonias más significativas dentro del GCI, el corte de tirantas. Las niñas de sexto grado realizarán la ceremonia a principios del próximo año escolar, la cual simboliza la transición de ser las más grandes de primaria a vivir nuevas experiencias siendo las más pequeñas de bachillerato.

Producción escritura



SECCIÓN INFORMATIVA

EL PODER DEL DESCANSO

Sí, probablemente sabes, te han dicho o tienes la idea muy clara de que el sueño es muy importante, ¿pero realmente duermes lo necesario? Vivimos en un mundo que no duerme. Estamos sobresaturados de información y de actividades que logran desconcentrarnos de muchas cosas, e incluso llegan a afectar nuestro horario de sueño.

Dormir es una necesidad básica del ser humano para que tu mente y cuerpo funcionen óptimamente. Una buena calidad de sueño te va a otorgar muchos beneficios, por ejemplo: tus órganos y procesos internos de tu cuerpo están trabajando mientras tanto. Las horas de sueño le van a dar a tu mente y cuerpo el tiempo necesario para recuperarse de la energía gastada y el estrés

del día; al día siguiente te vas a sentir mejor.

Según MedLinePlus, la falta de sueño puede generar que a tu cerebro se le dificulte desempeñar las funciones básicas y aumente el riesgo de padecer diabetes, enfermedades del corazón, obesidad, infecciones o afectar a tu salud mental. Dormir bien te brinda la energía necesaria para evitar el cansancio, para evitar el déficit de atención, te regula las hormonas y te fortalece el sistema inmune, genera también un impacto positivo en tu aspecto emocional y evita un trastorno del sueño.

La importancia del sueño comienza porque durante este ocurren procesos importantes en nuestro cuerpo de restauración y mantenimiento. Si no duermes bien, puedes llegar a sufrir graves consecuencias como incluso la posibilidad de

tener un derrame cerebral. Esto puede darse ya que la falta de sueño desencadena la hipertensión arterial y otros factores de riesgo que pueden contribuir al derrame cerebral. Así mismo, te puede incrementar la irritabilidad, depresión, ansiedad, la falta de regulación emocional y una reducción en tu rendimiento cognitivo.

Así pues, trasnochar por hacer un trabajo termina siendo contraproducente porque tu cerebro va a dejar de funcionar adecuadamente para desempeñar dicho trabajo con tu rendimiento cognitivo usual; no vas a descansar y probablemente tampoco tendrás un trabajo bien hecho.

El US Department of Health and Human Services recomienda que los niños duerman entre 9-12 horas y que los adolescentes duerman entre 8-10 horas.

En conclusión, dormir es muy importante para tu

salud y tu bienestar. Tener un horario de sueño adecuado es fundamental para prevenir enfermedades, mantener una salud mental y emocional sana y asegurarte de tener un rendimiento óptimo en tus actividades cotidianas. Debes priorizar tu sueño y adoptar este hábito para tener una vida saludable y equilibrada. Entonces, mi recomendación es que revises si verdaderamente estás durmiendo el tiempo que debes, y si no lo haces, esfuérzate por encontrar qué es lo que no te permite tener tu horario de sueño adecuado, para poco a poco mejorarlo.

Maria Juliana DeVivero, 12. °

LA CONFIRMACIÓN

La confirmación religiosa es un momento importante en la vida de un adolescente. Marca el paso hacia la madurez espiritual y la aceptación consciente de la fe en la que se ha sido criado. El pasado 18 de marzo tuve la oportunidad de hacer mi confirmación en la Parroquia Nuestra Señora Del Perpetuo Socorro junto a mi colegio Aspaen Cartagena de Indias y mis compañeras y me gustaría compartir mi experiencia. A lo largo de este artículo, describiré mis reflexiones, emociones y percepciones durante este significativo acontecimiento en mi vida.

En el colegio se cuenta con un proceso de preparación para la confirmación junto a la profesora de religión, Irina Villalba, y Monseñor Ugo Puccini. Esta preparación fue un periodo emocionante y desafiante, junto a mis compañeras estuvimos por un tiempo largo aproximado de 8 meses explorando nuestras

dudas y aprendiendo más sobre los fundamentos de nuestra religión. A través de estas experiencias, comencé a comprender más profundamente los valores y las enseñanzas que mi fe me ofrece.

La confirmación religiosa es un paso en el que uno elige conscientemente su fe y su relación con Dios. Durante el proceso de preparación, tuve la oportunidad de reflexionar sobre mis creencias y decidir si estaba lista para comprometerme plenamente con mi fe. Esta elección personal fue un aspecto fundamental de mi confirmación y me permitió entender que la fe no es algo impuesto, sino algo que abrazo con convicción.

La ceremonia de confirmación fue un momento de gran emoción. Estaba rodeada de amigos y familiares, quienes me apoyaron en este importante paso de mi vida. Durante la ceremonia, el obispo impuso sus manos sobre mí y recibí el sacramento de la confirmación. Fue un

momento de profunda conexión con mi fe y de sentir la presencia de Dios en mi vida. Estábamos acompañadas de nuestros padrinos y madrinan, el colegio también les proporcionó a ellos un largo proceso de preparación para guiarnos en este camino de la fe.

Para mí, la confirmación religiosa representó una confirmación de mi identidad como creyente. A través de este sacramento, me sentí fortalecida en mi fe y en mi compromiso de vivir de acuerdo con los principios y valores que me enseña mi religión. También me recordó la importancia de cultivar una relación personal con Dios y de llevar una vida de servicio y amor hacia los demás.

María Mercedes Puello, 9. °



Nuestro querido y anhelado Modelo de Naciones Unidas tuvo fecha el fin de semana del 12 al 15 de mayo. ACMUN representa más que un simple evento, es una recolecta de experiencias individuales motivadas por un sentido de pertinencia que nos une a todos. Cada uno de nosotros comparte esa sed de colaborar en hacer de este mundo un lugar mejor, ya sea participando desde el área de logística, prensa o académica.

A continuación, para expresar la opinión de varios participantes, hemos decidido hacerles algunas preguntas

Entrevistadora: Cuéntanos de una experiencia que te dio risa en ACMUN.

Delegada de Joint: Cuando el delegado de Pablo Escobar dijo: "Yo no soy celoso, pero quién es ese ..."

Entrevistadora: ¿Que aprendiste este año en ACMUN XVIII?

Delegada Junior, Mariana Chalita: “Aprendí sobre el trabajo en equipo, porque en mi comité me di cuenta de que los mayores problemas los podíamos resolver trabajando en equipo. En vez de discutir, al trabajar todos juntos llegamos a mejores soluciones y no solo en ACMUN sino también en la vida. Aprendí a que no siempre se puede ganar, porque, aunque nos esforzamos mucho en los *working papers* ninguno logró pasar. También aprendí a cómo hacer un *working paper* y me gustó mucho las crisis que se nos presentó [sic] en el comité, me parecieron muy creativas”.

Entrevistadora: ¿En qué otro comité también te hubiera gustado participar?

Delegada de Specpol: “Amé mi comité, tuve un gran acompañamiento de mis presidentas y la experiencia fue muy divertida, sin embargo, si

tuviera que escoger otro comité estuviera, de pronto, en Security o Crisis”.

Entrevistadora: ¿Quién fue la persona que más estuvo a tu lado durante el evento?

Juliana Vergara, delegada de logística “En mi caso me acompañaron 2 delegados más de logística durante el evento, Juan Pablo Payares y Ana Sofia Romero, los tres éramos delegados de pasillo y nos encargábamos de suplir cualquier necesidad que se le presentaba a cualquier comité”.

Entrevistadora: ¿Durante la integración quiénes ganaron la batalla de baile?

Delegada de prensa: “Estuvo reñido, pero ganó Rizo”.

Entrevistadora: ¿Cómo te proyectas el próximo año en ACMUN XIX?

Delegada académica: "El próximo año me proyecto siendo parte del *staff*, me encantaría ser presidente académico y ayudar a mis delegados”.

Manuela Velez, 11. °



AMONESTACIONES

Las amonestaciones se contextualizan como consecuencia de una falta cometida con base en el manual de convivencia de la institución. Con las medidas correctivas, que se establecen considerando el derecho a la educación y el deber correlativo, se conmina al estudiante a cumplir con disciplina normas tanto en el ámbito comportamental, académico y de convivencia.

En tal sentido, hacen parte de las medidas y procedimientos pedagógicos correctivo-formativo consagradas en el Capítulo VIII del manual, en este mismo se establecen los tres tipos de amonestaciones que son verbal, escrita por el director de curso y escrita por el coordinador de nivel.

Las amonestaciones antes indicadas, acaecen siempre que se genere la comisión de actos relacionados con faltas tipo I en el primer y

segundo caso y tipo II tratándose de la tercera y última amonestación.

Teniendo en cuenta lo expuesto anteriormente, las amonestaciones son una medidas que se rigen por el restablecimiento del comportamiento de las estudiantes conforme a los deberes y obligaciones de las estudiantes y de la institución.

Sarah Payares, 10. °

UN RECUERDO PARA NO OLVIDAR

El pasado martes 9 de mayo, el colegio conmemoró una de sus más bellas tradiciones: la entrega de la Virgen. En dicha ceremonia las estudiantes de 12 grado le entregaron una significativa pulsera con la imagen de la Virgen María a las alumnas de once, y ellas en agradecimiento también tuvieron en cuenta ofrecerles un detalle. Fue el momento idóneo para soltar de los labios palabras de gratitud, aliento e incluso de despedida.

La entrega de la Virgen muestra el legado que una promoción le deja a la siguiente, representa aquella huella imborrable de una generación a otra. En ella, las *Seniors* le entregan simbólicamente «las llaves» del colegio a sus *Juniors*. La imagen de la madre de Jesús es una clara muestra de amor y devoción, ella abre cualquier puerta cerrada e ilumina cualquier camino sombrío. En Aspaen, María siempre ha sido un ejemplo a seguir puesto que, entre todas

las mujeres, Dios la escogió a ella para ser la madre del Mesías. Ella es quien guiará a nuestras Seniors 2023 en su nueva etapa universitaria y ayudará a nuestras Seniors 2024 a vivir el último capítulo de una maravillosa historia que ha durado más de una década.

María Victoria Rave, 11. °



DE LA ADVERSIDAD AL ÉXITO: LA EVOLUCIÓN DEL EQUIPO DE VOLLEYBALL

El equipo de volleyball del GCI siempre ha permanecido a lo largo de los años, ya que las estudiantes que hacen parte de este siempre han tenido un espíritu de perseverancia para conservar este club.



Tristemente, por la pandemia y luego de que las VISIONARIES se graduaron, quienes formaban gran parte del club, el equipo de volleyball quedó a la deriva.

No fue hasta 2022 que estudiantes de ese entonces de once, Sara Díaz Granados y María Carolina Rangel, se propusieron reunir un equipo para poder jugar en los campeonatos por venir. Lograron hacerlo ya que las estudiantes de bachillerato compartían el sentido de pertenencia y el deseo de representar el colegio, y muy pronto el club empezó a crecer y niñas desde sexto a doce empezaron a inscribirse.

A pesar de ser un equipo nuevo y poco experimentado, el GCI participó en eventos como los CBC Games y COJOWA Games, en los cuales pese a que no logró conseguir título, demostró un gran espíritu de valentía y pudo ganar experiencia para el próximo año poder sorprender en los torneos.

Así fue como un equipo que antes no ganaba nada luego de tan solo 4 meses fue capaz de declararse subcampeón de la copa Montessori y poco después campeón de la UNIO Sport Cup, el primer torneo deportivo organizado por la red Aspaen.

El final de este año de logros se dio con los CBC Games. El GCI logró conseguir el subcampeonato, jugando partidos bastante complicados que desafiaron sus habilidades y trabajo en equipo. Esta fue una gran oportunidad para que el equipo de GCI mostrará sus habilidades y no decepcionaron. Con este logro, el equipo ha demostrado ser uno de los mejores equipos de colegio y ha creado la base del futuro equipo que va seguir persistiendo a lo largo de los años; incluso se han abierto nuevas categorías para que todas las niñas del club puedan mostrar puedan mostrar sus habilidades.

El equipo de volleyball del GCI ha sido la manera perfecta de demostrar el espíritu luchador de las estudiantes ASPAEN, y cómo no se rinden ante los obstáculos que les impone este deporte.

El futuro del equipo del del GCI es prometedor: se espera que sigan trabajando duro para cosechar aún más logros en el futuro, siempre buscando mejorar y honrando el legado que han dejado todas las estudiantes que han participado.



Gabriela Rincón, 10°

ICFES

Entre nervios y expectativas: la prueba que define tu futuro

Después de dos meses, el pasado jueves 25 de mayo inesperadamente llegaron los resultados de las pruebas de estado que estaban originalmente programados para ser publicados el sábado 27 de mayo. En honor a ello, parece pertinente hablar un poco de cómo fue este día.

El domingo 27 de marzo las estudiantes de grado 12 estuvimos presentando la prueba ICFES. Durante dos sesiones de cuatro horas y media, cada una hizo el mayor esfuerzo para dejar en alto el nombre de nuestro colegio y hacer que nuestros padres y profesoras se sintieran orgullosos de nuestro trabajo y resultados. Junto con las estudiantes de 11 grado, que estaban presentando también la Pre-Saber, estuvimos divididas entre dos lugares.

algunas en el Claustro San Agustín en la Universidad de Cartagena y otras en TECNAR.

Las *seniors* y las *juniors* estuvimos acompañadas de nuestras directoras de grupo, así como de algunas profesoras. Durante la mañana nos acompañó Janeth Salas, nuestra directora integral de bachillerato, para desearnos éxitos al enfrentar este examen. Hablando desde lo personal, me sentí bastante intimidada al entrar al salón donde estaría aplicando la prueba, no solo porque un buen puntaje podría abrir diferentes puertas para mi futuro, sino porque tenía el deseo de dejar el nombre de mi colegio en alto. Fue un día de altibajos, y de mucha presión donde se sintió el apoyo entre las estudiantes tanto de 12 como de 11 grado a quienes se les podía ver dándose palabras de aliento y de apoyo entre ellas. Al final del día, salimos todas con la satisfacción de un trabajo bien hecho, con esfuerzo y

utilizando las herramientas que nos dieron a lo largo de nuestra preparación.

Maria Gabriela Carriazo, 12. °

LAURA BARJUM

El pasado 10 abril Laura Barjum, modelo, actriz, presentadora y reina de belleza de nacionalidad colombiana, se reunió con las niñas de quinto a décimo grado para hablar de su campaña titulada “Bye Bye Buying”. Durante esta charla habló de su experiencia enfrentando el acoso escolar que sufrió por parte de sus compañeros y de cómo pasó de ser despreciada por su físico y por su forma de actuar, a ser una de las mujeres más bellas de Colombia y el mundo. Actualmente es participante del reality show Masterchef Celebrity.

Con su carisma y seguridad Laura nos contó

su experiencia de cómo logró ser Señorita Colombia en 2017 y de la cantidad de comentarios negativos que le llegaban a diario. También nos comentó sobre su proceso de superación y cómo esto no la detuvo a la hora de cumplir sus sueños y lograr ser una mujer segura de sí misma. A través de todo esto, se dio cuenta de que al empezar a creer en sí misma todo lo que sufrió fue lo que la convirtió en el ser humano excepcional que es hoy en día. Esto la hace en un modelo a seguir para todas las niñas de todo el mundo.

Mariana Berrio y Sofia del Mar, 8. °



ARTÍCULOS DE OPINIÓN

¿VALE PARAR EL PROGRESO?

Muchos vimos películas como *I robot*, series como *Black Mirror* y nos entretuvimos con los futuros distópicos que mostraban. Realidades futuristas que parecen ser tan lejanas como imposibles de ocurrir. Sin embargo, hoy esas realidades donde existen tecnologías tan avanzadas que presentan mentes artificiales que asemejan o superan la inteligencia humana parecen ser más plausibles y cercanas de lo que creíamos. Y a raíz de esto, más de 1000 expertos en inteligencia artificial han firmado una carta en la que piden una pausa en el desarrollo de la IA. La carta fue publicada por The Future of Life Institute y ha sido firmada por grandes nombres de la industria tecnológica como Elon Musk o Steve Wozniak.

La carrera para el desarrollo de las IA se ha vuelto cada vez más descontrolada y al no existir leyes ni mecanismos de control para regularla, de acuerdo con la carta, ni siquiera sus creadores podrán predecir o controlar estas mentes digitales de manera fiable. Por esto en la carta se exige a las compañías que desarrollan estas tecnologías que “pausen de inmediato, durante al menos 6 meses, el entrenamiento de los sistemas de inteligencia artificial más potentes que GPT-4”. Ahora, ¿cuáles son los sistemas mayores a GPT-4? Hace varios meses Open-AI ha venido trabajando en el GPT-5, una inteligencia artificial de la cual se pronostica podrá completar todo tipo de tareas dentro de las posibilidades de un ser humano. El objetivo de este será AGI (inteligencia general artificial), lo que significa básicamente que alcanzará la

La carrera para el desarrollo de las IA se ha vuelto cada vez más descontrolada y al no existir leyes ni mecanismos de control para regularla, de acuerdo con la carta, ni siquiera sus creadores podrán predecir o controlar estas mentes digitales de manera fiable. Por esto en la carta se exige a las compañías que desarrollan estas tecnologías que “pausen de inmediato, durante al menos 6 meses, el entrenamiento de los sistemas de inteligencia artificial más potentes que GPT-4”. Ahora, ¿cuáles son los sistemas mayores a GPT-4? Hace varios meses Open-AI ha venido trabajando en el GPT-5, una inteligencia artificial de la cual se pronostica podrá completar todo tipo de tareas dentro de las posibilidades de un ser humano. El objetivo de este será AGI (inteligencia general artificial), lo que significa básicamente que alcanzará la inteligencia y comprensión humana.

La carta plantea preguntas como "¿Debemos permitir a las máquinas inundar nuestros

canales de información con propaganda y mentiras? ¿Debemos automatizar todos los trabajos, incluidos los gratificantes? (...) ¿Debemos arriesgarnos a perder el control de nuestra civilización? Estas decisiones no deben delegarse en líderes tecnológicos no electos". Estas expresan todas las inquietudes que se encuentran detrás de los rápidos desarrollos de mentes artificiales. Es debido a todo esto que nace la petición de una pausa de 6 meses en la que se puedan buscar las respuestas a estas preguntas y crear las regulaciones necesarias para el seguro desarrollo de experimentos con las mentes digitales.

Hoy en día no existe un sistema de leyes que regule el desarrollo de la IA, el cual nos proteja de los riesgos que representa su desarrollo irresponsable. Sin el marco legal adecuado, las compañías podrían desarrollar tecnologías potencialmente dañinas que atenten contra los derechos fundamentales de las personas. De hecho, existen algunas

tecnologías que causan gran impacto en la sociedad y pueden resultar peligrosas, y más por la falta de transparencia de los gobiernos al respecto la población general muchas veces no se da por enterada. Un ejemplo de esto se encuentra en la UE, donde las fuerzas policiales utilizan tecnologías de reconocimiento facial y sistemas de policía predictiva. Este tipo de sistemas tienen indistintamente un sesgo que perpetúa la discriminación y la desigualdad. Lo que representa un peligro para los derechos de las personas.

La carta pide, respecto a regulaciones, lo siguiente:

Estos deberían incluir, como mínimo: nuevas y capaces autoridades reguladoras dedicadas a la IA; supervisión y seguimiento de sistemas de IA altamente capaces y grandes conjuntos de capacidades computacionales; sistemas de procedencia y marcas de agua para ayudar a

distinguir lo real de lo sintético y rastrear las filtraciones de modelos; un ecosistema de auditoría y certificación sólido; responsabilidad por el daño causado por la IA; financiamiento público sólido para la investigación técnica de seguridad de la IA; e instituciones bien financiadas para hacer frente a las perturbaciones económicas y políticas dramáticas (especialmente para la democracia) que causará la IA.

En mi opinión, la seguridad respecto a la evolución de la inteligencia artificial no radica en una pausa temporal. Porque del mismo modo al final de los 6 meses, si no se ha logrado crear el marco legal adecuado, las experimentaciones con estas nuevas tecnologías continuarán de la misma manera, o incluso de manera acelerada, causando más errores por querer compensar el tiempo perdido. Al día de hoy los sistemas inteligentes a los que hace referencia la carta, aquellos mayores a GTP-5, no existen. Aunque hay

algunos modelos en los que se está trabajando, todavía no ha llegado ninguno a producción. No es necesario frenar los proyectos de experimentación e investigación sobre la IA para poder empezar a crear las normativas necesarias para el trabajo con los nuevos sistemas inteligentes. Necesitamos presionar por directrices y legislaciones, porque 6 meses, 8 meses o 3 años en los que no se logren las políticas pertinentes es lo mismo que nada. La generación del progreso, ideas y tecnologías no se debe detener. Se debe entender que en la actualidad los gobiernos deben tomar como prioridad la definición de marcos regulatorios sobre la aplicación práctica de los diferentes desarrollos tecnológicos que pueden de forma disruptiva cambiar nuestra forma de vida, los cuales no se limitan a las IA.

Isabel Carriazo, 11. °



LA REALIDAD DEL DEPORTE

Ganar o perder. Siempre ha sido así, no hay un punto medio. Este pensamiento nos ha perseguido por generaciones, teniendo en la cabeza que, si no eres el mejor en cualquier disciplina tanto académica, artística o deportiva, inmediatamente fracasaste en esta. Pero ¿qué tan cierto es esto?, ¿qué tan necesario es

plantear este tipo de “ideales” que lentamente se traducen en una presión que en ocasiones se vuelve imposible de manejar?

El título de deportista usualmente viene con un cierto grado de responsabilidad que se encuentra implicado entre líneas. De un deportista se espera que sea disciplinado, constante, líder, y un sin número de valores más. Se dice que se tiene que ser un ejemplo a seguir, pero no solo esto, también se requiere talento y perseverancia.

Y de alguna manera algo que comienza como un *hobby* termina esclavizando a la persona con miles de requisitos que sin importar la edad son exigidos por la sociedad, ignorando las consecuencias.

Es difícil hablar de “la realidad del deporte” cuando cada persona tiene su experiencia, unas buenas o unas malas, pero sin duda alguna

escalar a la cima en ningún testimonio se expone como algo fácil. No es necesario irse muy lejos para darse cuenta de que los deportistas sufren de una presión que a muchos les parece “normal” y que genera diferentes obstáculos en la vida y en la salud tanto física como mental de una persona.

Los deportes desde cualquier edad suelen pasar factura en los cuerpos de cualquier deportista, a veces llevando a lesiones que ponen en riesgo el presente y futuro del afectado, no sólo en términos deportivos sino también en términos de salud. Estas lesiones, si el deportista se logra recuperar al cien por ciento, suelen impulsar y motivar al atleta para que no le vuelvan a pasar y crezca como jugador. Sin embargo, también está el caso en el que los jóvenes nunca logran recuperarse.

Situaciones como las mencionadas anteriormente pueden afectar la salud mental de

los jóvenes de manera negativa. Hay lesiones que ponen en duda el futuro de los atletas y casos como estos suelen generar ansiedad en la mente de los afectados. Si los deportistas no tienen la madurez suficiente para afrontar sus lesiones y tratarlas como son debidas, estas pueden empeorar.

La madurez de los deportistas también se muestra en qué tan bien logran balancear su disciplina deportiva y sus obligaciones académicas. Hay instituciones alrededor del mundo que ponen como requisito que el estudiante que represente al colegio tenga un buen nivel académico. Se ven casos de atletas jóvenes a los que por no manejar bien su tiempo les toca dejar atrás el deporte a órdenes de sus padres para que el estudiante se concentre en sus estudios.

Es importante que los jóvenes deportistas cuenten con un entorno de apoyo que incluya

entrenadores, familiares y amigos que los respalden en su desarrollo deportivo y personal. Además, es crucial fomentar una mentalidad positiva, que se disfrute el deporte y la importancia de un equilibrio saludable entre el deporte y otros aspectos de la vida.

Laura Sierra, 11. °



GENERACIÓN DE CRISTAL: LA VERDADERA GRIETA DE LA SOCIEDAD

La generación de cristal abarca a los millenials y centennials, llamándolos generación “Z”. Por más técnico que suene, yo considero que las personas pertenecientes a la “generación de cristal” son las que están en un estado mental semejante. Definitivamente no todos nacieron en una era arropada por la tecnología del siglo 21, ni en un mundo tan globalizado como el de hoy, pero todos son víctima de ello. Puedo mencionar más de cinco personas mayores de 35 años que cumplen con la descripción de alguien perteneciente a esta generación. De la misma forma puedo nombrar jóvenes que no están ni cerca de cumplir con esta definición.

Me explico. Un aspecto de la “generación de cristal” es su hipersensibilidad a cualquier tipo de comentario, sea o no sea ofensivo. De esta gente es que salen los términos de homofóbico, gordofóbico, apropiación cultural, identidad de

género, “normalizar” ciertas conductas, “red flag”, “green flag”, entre otras. Términos que a mi parecer son completamente ridículos, y eso es poco decir. ¿Desde cuándo podemos catalogar a alguien como “green flag” o “red flag” de acuerdo a sus conductas? No, esto es absurdo, nadie tiene la potestad de decir qué conductas están bien y qué conductas están mal. ¿Desde cuándo las relaciones amorosas heterosexuales son criticadas? Desde siempre, al igual que las homosexuales. ¿Desde cuándo hacerse trenzas en el pelo es robar la cultura de alguien más? Por favor, desde nunca. Simplemente es un peinado práctico y visualmente estético.

Un ejemplo breve pero contundente: No es mi culpa que los jóvenes que no estudian se sientan ofendidos si uno los llama flojos. Es su deber cambiar su realidad. Por ende, estas personas se caracterizan por su falta de resiliencia y una tendencia a enojarse por cosas que no se alinean completamente con sus creencias y valores. Se

criaron en un ambiente donde antes de premiar al mejor, se premiaba la mera participación y donde la crítica constructiva se considera un ataque personal. No debería ser así.

Uno de los mayores problemas de la llamada “generación de cristal” es su incapacidad para lidiar con el fracaso y la crítica. En lugar de ver el fracaso como una oportunidad para aprender y crecer, lo ven como un insulto personal. No toleran puntos de vista diferentes y en lugar de participar en discusiones constructivas, intentan silenciar a quienes no están de acuerdo con ellos. Además, esta gente carece de las habilidades para hacer frente a situaciones difíciles. Están abrumados por “presión” y “estrés” (que no tienen) y siempre buscan un “lugar seguro” para escapar del conflicto.

Yo calificaría la “generación de cristal” como un término que representa la negligencia de las generaciones anteriores. Representa la falta de apego emocional, pero al mismo tiempo la

sobreprotección de la que muchas personas son víctimas, ya que no pudieron formarles un temperamento y una base de principios lo suficientemente fuertes para afrontar la realidad de la sociedad. Esta plaga creció con derechos y esperaba que el mundo los obedeciera en lugar de que ellos los obedecieran. Sienten que merecen privilegios y recompensas sin realmente esforzarse. El concepto de trabajar duro y perseverar ante la adversidad les parece algo inalcanzable y muchos ni siquiera lo conocen ni tienen interés en experimentarlo.

Esto se llama sensación de “entitlement”. El problema es que esta socava la motivación intrínseca y el esfuerzo personal. Si alguien siente que merece una recompensa sin trabajar duro, es menos probable que se esfuerce por lograr metas o superar obstáculos. La falta de gratificación inmediata puede conducir a la insatisfacción y la frustración, lo que a su vez reduce la motivación y la constancia. Además, el sentido de “entitlement” puede llevar a tratar

a los demás injustamente. Las personas que creen que deberían tener privilegios, pero aún no los han recibido pueden reclamar un trato especial o una ventaja injusta sin considerar el efecto en los demás. Esto puede conducir a conflictos e ira en las relaciones personales, laborales y sociales.

El fenómeno de las redes sociales y la cultura de la gratificación instantánea también refuerza el “entitlement”. Las redes sociales promueven la idea de que todos merecen atención y reconocimiento constantes. Los *likes*, comentarios y *followers* se convierten en una medida de valor personal. Esto puede conducir a una obsesión con la imagen, la popularidad y un sentido desproporcionado de “entitlement” basado en los seguidores en línea. El internet es el culpable de potencializar este estado mental. La adicción a la tecnología va de la mano con la falta de interés y conocimiento en los libros y en la cultura; es decir en lo que nos libra de la mediocridad. Hoy en día hasta los mismos colegios han dejado en gran parte los libros para

favorecer la tecnología y esto no está mal, el problema es que no se les cultiva ese deseo de saber más allá y a los estudiantes se les entrega todo en la palma de su mano o peor aún, la inteligencia artificial lo hace por ellos.

Es chistoso, que para la “generación de cristal”, el término “generación de cristal” les parezca injusto porque según ellos, no engloba lo que quieren lograr y simplemente es una crítica a su forma de expresarse. A fin de cuentas, el sabio busca sabiduría y el necio piensa ya haberla encontrado. Yo pienso que antes de prestar atención a sus quejas sin fundamento, es importante desarrollar un sentido realista de logro y recompensas basadas en el esfuerzo y el mérito. Al fomentar una mentalidad de gratificación retrasada y aprender el valor de la persistencia, podemos contrarrestar los sentimientos de “entitlement” y fomentar una población (no una generación, una población) más resistente y menos mediocre.

Sofia Martelo, 12. °

CÓMO VIVIR EN EL MOMENTO

Vivir en el momento puede ser una forma poderosa de experimentar la vida. Hace un año me plantearon la pregunta: “¿Cuál es tu recuerdo más feliz?”. Cuando nos suelen hacer esta pregunta la mente se paraliza y bloquea, pues resulta difícil seleccionar el momento más desbordante de felicidad en toda tu vida. Me detuve a pensar mucho acerca de esto y la respuesta a la que concluí fue: “el presente”.

Me gusta pensar que el presente es mi recuerdo más feliz, pues en la transición en la cual el futuro se convierte en nuestro presente y nuestro presente marchitará a ser nuestro pasado, vivimos. Y en ese vivir creamos los recuerdos del mañana. Involuntariamente existimos en un recuerdo, no es nuestra culpa, solo que el tiempo está en constante movimiento y no podemos pararlo, más si disfrutarlo.



Entonces, ¿cómo vivir el momento? Existen y existirán momentos en los que pareciera que el tiempo no existe. He encontrado múltiples maneras de sentirlos. La primera consiste en encontrar la manera de preservar el recuerdo, para esto primero tienes que vivirlo, pero a mí, por ejemplo, me gusta guardar los momentos en instantes y los instantes congelarlos en fotos, una foto es una pausa en el tiempo que evidencia una porción de tu vida y siempre que las veas puedes repetir tu instante.

Otra manera es concentrarse en el sentimiento predominante, prestar atención a las sensaciones que experimentas a través de tus sentidos e inmortalizarlo, pero ¿cómo así? Implica prestar atención intencionalmente al momento presente sin juzgar. Concéntrate en tus sentidos, observa tu entorno y recupera tu atención cada vez que tu mente comience a divagar. De esta manera encontrarás olores, vistas, sonidos, sabores y sensaciones se vuelven eternos.

De las mejores maneras de vivir y valorar el momento es practicando la gratitud, no tengo la respuesta de por qué, pero esta cultiva un sentido de aprecio por el momento presente enfocándose en lo que tienes en lugar de lo que te falta. Si cada día que te despiertas agradeces por algo pequeño, tendrás motivación y alegría para tu día a día. Reflexionar sobre las cosas por las que estoy agradecida ha sido el camino más sencillo hacía para sentirme viva.

A pesar de que tenemos recuerdos que deseáramos reprimir o nunca haber experimentado, necesitamos de esas amargas experiencias porque la felicidad depende de la tristeza. Y solo así cuando entiendas que no hay clasificación de malo y bueno para los sentimientos, permítete sentir y aprender a vivir.

Diana Diaz, 11. °

CARTAGENA Y LA CULTURA DEL MÁS VIVO

Este pasado Viernes Santo se evidencio otra vez la falta de ética que tristemente se ha venido presentando en la ciudad de Cartagena. La escena en la cual una mujer le cobra 1 millón de pesos a unos turistas mexicanos por un masaje de tan solo 10 minutos le ha dado la vuelta al mundo.

La mujer no ha sido identificada, pero los comentarios en las redes sociales no se han hecho esperar. “Están haciendo una injusticia con la gente de afuera” y “Esto es inaceptable” fueron algunos de los comentarios realizados por los internautas.

Es realmente lamentable saber que esta no es la primera vez que este tipo de abusos han sucedido en nuestra ciudad. Vivimos en un país que se rige por la cultura de ser más vivo y donde desde pequeños se nos enseña a buscar el beneficio propio por encima de

cualquier otra cosa. Es por esto que se nos olvida frecuentemente tratar a los demás con el respeto y la dignidad que se merecen.

En Cartagena está normalizado tomar ventaja del desconocimiento ajeno. Vemos una y otra vez cómo los vendedores cobran excesivamente a los turistas aprovechándose de su ignorancia con respecto al precio correcto. Lo único que se logra con esto es manchar el nombre de nuestra hermosa ciudad que a la hora de la verdad depende del turismo para poder subsistir.

Es de vital importancia que este tipo de actos sean denunciados y se tomen cartas en el asunto. El turismo está empezando a surgir después de la pandemia y es primordial que Cartagena se mantenga como un destino predilecto para los viajeros. De lo contrario, esto podría traer fatales consecuencias para La Heroica.

Sofia Yepes, 11. °

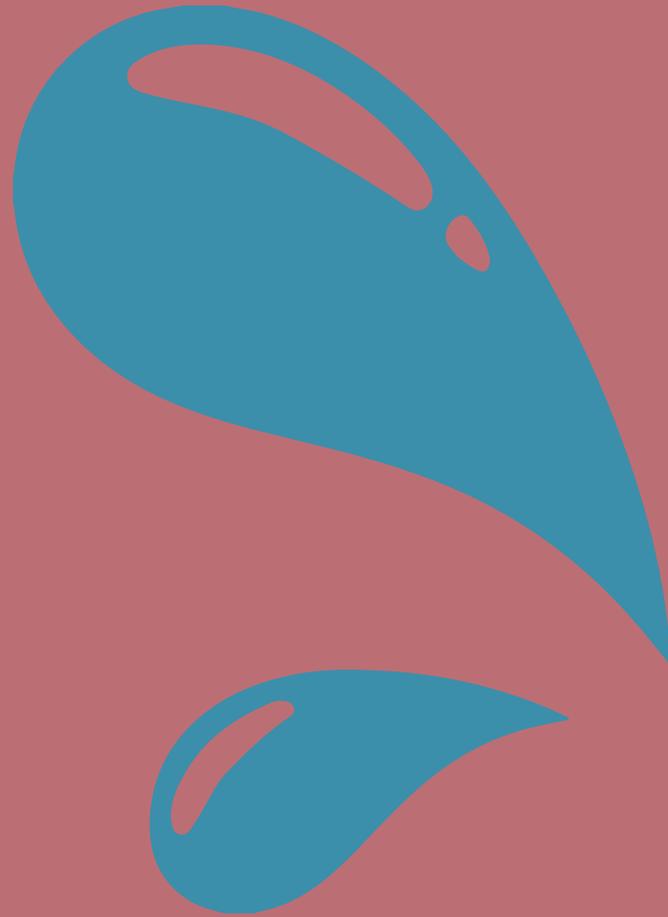
CONSERVAR TUS LÁGRIMAS

Gota tras gota
salen de tu boca
sonrisa más bella
ilumina como estrella

metal brillante
que mi piel parte
Enojo enfoco
en ti muy poco

de su ojo espero
un encuentro esmero
Pero su boca es mi compañero
Todo un choque duradero

En las mañanas mi chiquitita
trae consigo una gotita
Yo quiero que caiga bonita
De su corazón y no de su
boquita



-Anónimo

JE T'AIMERAI

Je t'aimerai
Même si l'hiver gèle mon cœur
Et au printemps meurent les fleurs.

Je t'aimerai
Même si le soleil ne se lève pas en été
Et l'automne efface mon conte de fées.

Je t'attendrai
Tout un siècle et toute ma vie
Jusqu'à la fin de l'éternelle folie.

Je vivrai
Dans un pays où s'aimer est un droit
Je mourrai
En rêvant le plus beau rêve avec toi.

María Victoria Rave, 11. °

NO Hay Wi-fi



CONSEJOS

DESCUBRIENDO EL MAPA DEL ÉXITO: ESTRATEGIAS PARA SOBREVIVIR A LA PRESIÓN ACADÉMICA

Escribo este corto artículo apenas dos días antes de mi último día en el colegio. En el título puse una pregunta que me hice durante todo mi bachillerato - y que probablemente me seguiré haciendo en la universidad- y que habiendo ya completado toda mi actividad académica en el colegio puedo intentar contestar.

Estudiar en el GCI no es para nada fácil, el nivel académico que se les exige a las estudiantes es alto y muchas veces nos encontramos con que tenemos más tareas de las que podemos manejar en cierta cantidad de tiempo, o quizás nos estresamos porque nos sentimos desubicadas dentro del flujo y contenido de alguna clase en particular. Todas las estudiantes hemos estado ahí, sin embargo, existen maneras de sentirte menos agobiado por todos los compromisos académicos que te asignen.

La primera es organizar tu tiempo. Puede sonar repetitivo o trillado, pero el manejo del tiempo es tal vez de las cosas más importantes a la hora de evitar dejarse aplastar por la presión. Esto es una lección que aprendí a las malas y que hoy en día trato de aplicar lo más posible. Es más fácil hacer 5 trabajos en 5 días, que dejarlo todo para el final y hacerlos el día antes de la entrega. Un tip para manejar esto es tratar de hacer las cosas el día que las mandan para así no dejar que se acumulen.

La segunda es controversial. A la hora de hacer trabajos en grupo, no priorices ponerte con tus amigas, sino con las personas que sepas que realmente tendrán participación activa durante el

trabajo. Muchas veces, cuando hacemos trabajos en grupo basadas en ponernos con amigas, siempre hay una que trabaja más que el resto, y siempre hay una que no trabaja. Por esta razón, si quieres quitarte el peso de tener que cargar tú sola con el trabajo, aspira a colaborar con personas que sepas que estarán involucradas durante el proceso.

También, recomiendo priorizar tu salud mental. Durante mi vida escolar me caractericé por tener un excelente promedio académico y excelentes resultados en mis exámenes internacionales; sin embargo, en algún momento prioricé esto sobre mi descanso y tranquilidad. Recuerda siempre que, aunque es importante esforzarse al máximo en tu actividad académica, también es importante no dejar que este te genere enormes cantidades de estrés y ansiedad. Este último año de colegio pude darme cuenta de que, si bien la academia es importante, realmente tenemos que aprovechar nuestro tiempo en el colegio e incluso en la ciudad. Así que, mi mejor tip para lidiar con la presión académica sería: disfruta el proceso, disfruta tu colegio y da lo mejor de ti.

María Gabriela Carriazo, 12. °



VIDA UNIVERSITARIA: UN VIAJE DE DESCUBRIMIENTO, CRECIMIENTO Y EXPERIENCIAS INOLVIDABLES

El paso a la vida universitaria puede parecer algo espantoso, sobre todo con lo que uno siempre escucha acerca de lo que implica salir del colegio: “todo es más difícil”, “no puedes esperar que te ayuden”, “vas a estar sola”. Los años previos a entrar a la universidad, en especial si también implica mudarse a otra ciudad, profesores y familiares empiezan a contar muchas anécdotas o supuestas advertencias de lo que significa dejar la comodidad del GCI. Sin embargo, aunque no creo que vengan desde un mal lugar –y aliguito de razón sí tienen–, nadie se sentó a decirme exactamente qué podría esperar de mi vida universitaria. Por lo que, queriendo cambiar un poco esto, aquí planeo dejarte algunos de los consejos que me hubiera gustado saber antes de graduarme y enfrentarme a la *tenebrosa* universidad (por si no se entiende, es sarcasmo).

Empecemos por lo que parece ser lo peor: mudarse solo a una ciudad nueva. Mentira no es que toca desacostumbrarse al pechiche de la casa y enfrentarse con la realidad de que ahora te toca hacer todo (hasta cierto punto) sola; desde hacer mercado, hasta procurar el aseo de la casa, asegurarte de cocinar, etc. Es difícil, no hay duda en eso, especialmente cuando uno llega de un día largo y sólo quiere comida casera. Pero, por más complejo que sea, en verdad es de gran ayuda para crecer como persona, aprender disciplina y tomar responsabilidad propia de uno mismo.

En esta misma línea de ideas, el primer consejo que les doy es tratar de tener una buena relación con las personas que vivan; después de casi dos años viviendo en Bogotá de las cosas que siempre hablo con mis amigas es de lo crucial que es tener buenos compañeros de casa. No es necesario que sean

los mejores amigos, pero sí vivir con personas que compartan tu forma de convivencia; por ejemplo, si te gusta el orden, alguien desordenado puede tumbarte el humor con una cocina desastrosa. También, tener a alguien con quien por lo menos puedas tener conversaciones de vez en cuando ayuda mucho, porque siendo foráneos tener así sea una persona a quien saludar después de un día largo o que haga que la casa se sienta habitada, en serio que sí hace la diferencia.

Ahora, tengo que admitirles que una de las cosas que más miedo me daba a mí era hacer nuevos amigos; no solo se está mudando uno a una ciudad nueva, sino que ahora toca empezar de cero con las amistades en la universidad. El mejor consejo que les puedo dar con relación a esto es que no le tengan miedo a conocer a nuevas personas. Créanme que sé mejor que nadie lo miedoso que suena tener que abandonar la zona de confort y abrirse a gente extraña, pero les juro que puede ser algo muy enriquecedor; hemos vivido en una burbuja aproximadamente 12 años, siempre con las mismas personas a nuestro alrededor y aun cuando es algo hermoso, conocer a gente nueva siempre será valioso. No obstante, no se estresen o alarmen si para su primer semestre no han hecho amigos de toda la vida o si no han encontrado a un grupo sólido, a mí me tomó casi tres semestres encontrar a “mi grupo”; hacer amistades no es una tarea fácil.

Sin embargo, sí les digo que algo muy valioso que he aprendido con el tiempo es que 1) no todo el mundo tiene que ser tu amigo y 2) es mejor estar rodeado de pocas personas que valen la pena a tener un tumulto que no te aporta en lo absoluto. Asimismo, si tienen la fortuna de estudiar en la misma ciudad (y mejor aún en la misma universidad) que alguna de sus amigas del colegio, aprovéchenlo; no saben lo común y aterrador que es sentirse sólo en una ciudad como Bogotá y tener a alguien que te recuerde y acerque así sea con cómo habla al calorcito de la casa es muy acogedor. De igual forma,

les diría que traten de verse cada tanto, evidentemente no será con la misma frecuencia que en el colegio, pero sí ayuda a aterrizar y tener algo de familiaridad en lo que es un proceso tan nuevo. Ayúdense entre ustedes y traten de tener chequeos, uno nunca sabe cuándo alguien puede estar pasando por un momento difícil extrañando la casa o la vida que están dejando atrás. Aunque es muy común como costeño escuchar lo horrorosos que son los cachacos y de lo mucho que se tiene que cuidar uno de ellos, en verdad no son tan malos, empero no hace mal tener cuidado de las personas en que uno confía; si algo toca reconocer de esta hermandad que duramos formando casi toda nuestra vida en el GCI, es que por lo menos ese grupo de niñas saben quién eres y (espero) siempre desean lo mejor para ti.

Con relación a la vida académica universitaria, en verdad sólo puedo hablar en base a mi experiencia personal, no obstante, creo tener uno que otro consejo útil. Primero, confíen en lo que han aprendido en el colegio; de lo que he hablado con mis amigas, sí es verdad que uno sale del GCI muy bien preparado para un primer semestre universitario, sobre todo en todo lo que se relaciona con la ética de estudio y trabajo que el colegio inculca. Sí es muy cierto que nos preparan para un nivel universitario, en especial teniendo en cuenta que sigue siendo un nivel de educación superior, pero no se confíen, aun así, toca esforzarse y darla toda para poder triunfar.

Esto lleva a mi siguiente punto, sean organizadas y responsables, no saben lo lejos que lo lleva a uno estar ubicado y atento de las clases que cursa; algo que les puedo decir de experiencia es que son muchos los profesores que se sorprenden cuando uno participa, se nota que sí lee, hace preguntas, entrega trabajos a tiempo, etc. y esto es muy útil al momento de ser calificado. Otra cosa importante es que escojan muy cuidadosamente sus grupos de trabajo o las personas con las que se relacionan

académicamente; claramente en primer semestre y en clases con personas nuevas es difícil hacer esos juicios, pero en el nivel que puedan es crucial que lo hagan adecuadamente. Esto, especialmente porque tener un grupo en el que uno pueda confiar para hacer trabajos bien hechos y sin estresarse de más, quita un peso gigante de lo complejo de la universidad; no le tengan miedo a ser mano dura, es la triste realidad que no todo el mundo sabe trabajar en grupo y si uno quiere salir adelante toca ser el intenso, uno por más que sea amigo de estas personas en la mayoría de los casos, no puede dejar que las usen o que las arrastren porque no quieren trabajar adecuadamente.

Algo que les quisiera recordar, sobre todo al hablar de la parte académica, es que no pueden depender de otras personas o confiar tan plenamente en que todos hacen el trabajo igual de pulcramente que ustedes; hay que tener un poco de desconfianza, porque no saben la cantidad de veces que he escuchado historias de terror por plagio. Por último, nunca olviden que una nota no las define; siendo gimnasia —o por lo menos mi promoción— académicamente siempre fui muy exigente conmigo misma, matándome por ser la mejor y obtener calificaciones excelentes. No saben lo duro que me dio mi primera “mala” nota en la universidad, casi me da de todo, pero es parte de la experiencia de aprendizaje tener clases pesadas en las que no les va perfecto y toca sufrir (hasta cierto punto, porque de verdad nunca vale la pena estar al borde de la muerte por una clase). Claro, sin olvidar que hasta cierto punto las notas sí son de gran utilidad y te ayudan a abrir ciertas puertas y oportunidades durante tu estancia en la universidad, entonces tampoco las dejen completamente de lado.

No le tengan miedo a pedir ayuda cuando las cosas se pongan difíciles, algo de la universidad es que probablemente hay alguien que entiende más que tú y eso es súper valioso para seguir el proceso de enseñanza. Incluso, créanme que si estudian lo mismo o están en la misma universidad de alguien del

GCI son muchas las que están dispuestas a ayudarlas o buscarles ayuda.

En conclusión, la universidad no es algo a lo que toca tenerle miedo; obviamente es una etapa completamente novedosa, por lo que viene con cierto nivel de nervios e incertidumbre, empero es una época muy linda y llena de experiencias nuevas y beneficiosas. Al final del día, esta es la primera vez que todos vivimos la vida, por lo que en realidad nadie nunca sabe con certeza lo que está haciendo. No le tengan pena a equivocarse, algo siempre sale de embarrarla, porque ¿si no es para aprender entonces para que lanzarse a cosas nuevas?

Espero que algo puedan rescatar de esta exalumna que quiere cosas increíbles para ustedes, porque de verdad que se viene algo muy lindo; les deseo lo mejor en esta nueva aventura, recíbanla con brazos abiertos.

Sofia Puerta, Alumni 2021

DESPEDIDA SENIORS

Hola *juniors*:

Antes de irnos quisimos dejarles algo a ustedes y que más que especial que una carta de parte de sus *seniors* en Plumas.

Sepan que la etapa que están por vivir va a pasar volando. Sé que es lo más cliché que alguien les puede decir sobre llegar a doce, pero estos meses me di cuenta de que es verdad. Disfruten cada momento que tienen juntas ya que en un abrir y cerrar de ojos todo se va a acabar y van a pasar a la universidad. Celebren sus logros entre todas, quiéranse y sobre todo respétense como personas. El entender que no todas somos iguales ni hacemos las mismas cosas les va a ahorrar muchos meses de peleas sin sentido e insultos por nada.

En vez de pensar que ya se van, utilicen doce para reforzar el vínculo que tienen ya

formado con todas sus amigas. Hagan fiestas, salgan, armen planes, pero traten de hacerlo todas juntas. La unión es lo que las va a llevar a disfrutar este año final. Gocen todas las actividades del colegio, puede que parezcan aburridas y una pérdida del tiempo, pero estando tan cerca de irme no puedo evitar pensar en que quisiera hacer una obra más, un show de Halloween más e incluso vivir una campaña de personería más.

A todo lo que hagan, pónganle la mejor de las actitudes. Este último año todas las expectativas están puestas sobre ustedes, y estoy segura de que son más que capaces de cumplirlas e incluso superarlas. A la hora de hablar de universidades, realmente no se preocupen. No les voy a mentir, da muchísimo miedo saber que ya se tienen que enfrentar a una decisión cuando el año

pasado lo que más les preocupaba eran los IGCSE. Realmente es verdad lo que dicen, la respuesta llega. Si no saben aún qué estudiar ni dónde, no se preocupen por el tiempo, todo va a llegar a ustedes en el momento adecuado. No hay decisiones incorrectas si se decide con la pasión y el amor que cada una tiene dentro.

De parte de todas las *seniors* 2023, les deseo el mayor de los éxitos en esta maravillosa etapa que es su *Senior Year*. Esperamos vernos pronto.

Con mucho amor,

Sus *seniors* <3

Sofia Carrasquilla, 12. °



El tiempo nos impide seguir unidas a 15 pasos de distancia y es el mismo tiempo el me obliga a escribirles esta carta de despedida. A su tan temida cuenta regresiva se le agotaron los números.

Durante este año, que ha estado lleno de innumerables recuerdos, se ha manifestado la nostalgia en sus corazones, ya que han vivido “sus últimas veces” en el colegio. Su presencia hizo la diferencia, y su ausencia se sentirá. Pero a medida que nos tomamos de las manos en la calle de honor, me entusiasma la idea de que están cada vez más cerca a cumplir sus sueños.

Con orgullo puedo decir que forjamos un vínculo entre *juniors* y *seniors* que siempre atesoraré. En muchas de ustedes vemos un lugar seguro, un hombro para llorar, una conciencia para escuchar, un corazón para aconsejar, una sonrisa para reír y una lágrima para llorar. Nacen preguntas en mi mente que me parecen terroríficas: “¿qué tan solo se sentirá en el colegio?”, “¿ya no seremos tan cercanas?”, “¿quién me va a proteger del mundo?”. Sé que estas dudas se resolverán

en el camino, lo único que me queda por expresar mediante este texto es la gratitud que siento por el impacto que cada una de ustedes ha tenido en mi vida.

Nos han enseñado resiliencia, perseverancia y la importancia del trabajo en equipo. Nos han demostrado que el éxito proviene no solo de nuestros esfuerzos individuales, sino también de apoyarnos y animarnos unos a otros. La forma en que se comportaron con gracia, integridad y amor ha sido una inspiración para todas. Su legado continuará guiándonos a medida que avanzamos en el próximo capítulo de nuestras vidas y si el destino lo permite, nuestros caminos chocarán nuevamente tan solo en un año.

El final de las cosas siempre es el nacimiento de otras. Espero lleguemos a jugar algún papel en la configuración del viaje que están a punto de emprender, que tengan claro que sin importar que avión hayan decidido tomar siempre encontrarán unos brazos abiertos dispuestas a abrazarlas hasta que parezca que el tiempo no existe. Prometemos cuidar al colegio, a los trabajadores, a las profesoras,

las tradiciones, ACMUN, Plumas y todo lo que nos pidan. Gracias por enseñarnos tanto.

Espero que este 31 de mayo, cuando les dimos su último día en el colegio, no sea nuestro último abrazo. Gracias a ustedes por hacer infinitos nuestros recuerdos, por hacer parte de esta etapa, por marcar este año que guardaremos en el espacio más lindo de nuestros corazones y por creer en nosotras. Las amamos, Seniors 2023. Gracias por dejar una huella tan inconmensurable en nosotras, espero pronto logren dejarla en el mundo.

Diana Diaz, 11. °



EL DESAFÍO DE LAS SENIORS: EL CAMINO EVOLUTIVO DE LA VOCACIÓN DESDE LA INFANCIA

Este periodo de transición entre el colegio y el mundo real es emocionante pero también una de las situaciones más desafiantes a la que nos vemos enfrentadas las *seniors*. Tres años antes de que llegara el momento de tomar la decisión final nos empiezan a perseguir las preguntas: ¿cuál será mi vocación y cómo en un futuro encontraré un trabajo que me brinde estabilidad, felicidad y realización personal? ¿Cómo voy a escoger una carrera en un mundo en constante cambio, donde las oportunidades evolucionan rápidamente?

El momento del colegio es cuando tenemos la oportunidad de explorar nuestras áreas de interés y desarrollar nuestras habilidades en los diferentes campos. La autoexploración y el diálogo con las orientadoras vocacionales son herramientas muy valiosas para ayudarnos a

identificar nuestros intereses y habilidades.

Cuando éramos pequeñas, soñábamos muchas cosas y esa carrera que soñábamos nos hacía creer que teníamos nuestra vocación clara y estábamos decididas a irnos por ese camino, sin embargo, a medida que vamos creciendo los intereses y las pasiones empiezan a cambiar y nos damos cuenta de cuál es nuestra verdadera pasión y nuestra área de interés.

A medida que se acercaba esa etapa de decidir qué estudiar en la universidad, muchas de nosotras nos encontramos enfrentando un dilema. Por un lado, aún seguía esa conexión con nuestros sueños de cuando éramos pequeñas, pero por el otro teníamos claro cuál era nuestra verdadera pasión.

Camila Mendoza: “*Quería ser doctora, señorita Colombia, modelo y ahora voy a ser abogada*”.

Sofía Martelo: “*Quería ser chef y ahora voy a*

ser ingeniera de sistemas”.

María Juliana de Vivero: *“Quería ser doctora y ahora voy a ser abogada”.*

Susana Salazar: *“Quería ser veterinaria y ahora voy a ser profesional en marketing y negocios digitales”.*

Sofía Carrasquilla: *“Quería ser diseñadora de modas y ahora voy a ser bacterióloga”.*

Sara Diaz Granados: *“Quería ser cantante bailarina songwriter y ahora voy a ser administradora de negocios internacionales”.*

Isabella Varela: *“Quería ser pintora y ahora voy a ser administradora de empresas”.*

Mariana Sierra: *“Quería ser diseñadora de modas y ahora voy a ser médica”.*

Laura De Zubiria: *“Quería ser princesa astronauta y ahora voy a ser comunicadora audiovisual”.*

Juliana De León: *“Quería ser una cantante de pop famosa y ahora voy a ser administradora de empresas”.*

Ana María Pereira: *“Quería ser modelo y ahora voy a ser diseñadora”.*

Valentina Licon: *“Quería ser cantante y ahora voy a estudiar marketing”.*

Catalina Delgado: *“Quería ser cajera y ahora voy a estudiar relaciones internacionales”.*

Carolina Barraza: *“Quería ser señorita Colombia y presentadora y ahora voy a estudiar marketing y negocios digitales”.*

Angela Pereira: *“Quería ser actriz y bailarina y ahora voy a ser abogada”.*

Luisa De Las Salas: *“Quería ser cantante y ahora voy a ser médica”.*

María Fernanda González: *“Quería ser pediatra y ahora voy a estudiar marketing y negocios digitales”.*

María Carolina Rangel: *“Quería ser pintora y ahora voy a estudiar arquitectura”.*

Camila Castellar: *“Quería ser princesa bailarina y ahora voy a ser diseñadora gráfica”.*

María Gabriela Carriazo: *“Quería ser cantante y neurocirujana y ahora voy a ser abogada”.*

Hanna García: *“Quería ser famosa y ahora voy a estudiar negocios con análisis de*

datos”.

Ana Sofia Tovar: *“Quería ser entrenadora de delfines y veterinaria, y ahora voy a estudiar relaciones internacionales”.*

Ana Sofia Cruz: *“Quería ser pediatra cirujana y ahora voy a estudiar marketing con mención en comunicación corporativa”.*

Liv Susana Mjelde: *“Quería ser entrenadora de delfines y ahora voy a ser abogada”.*

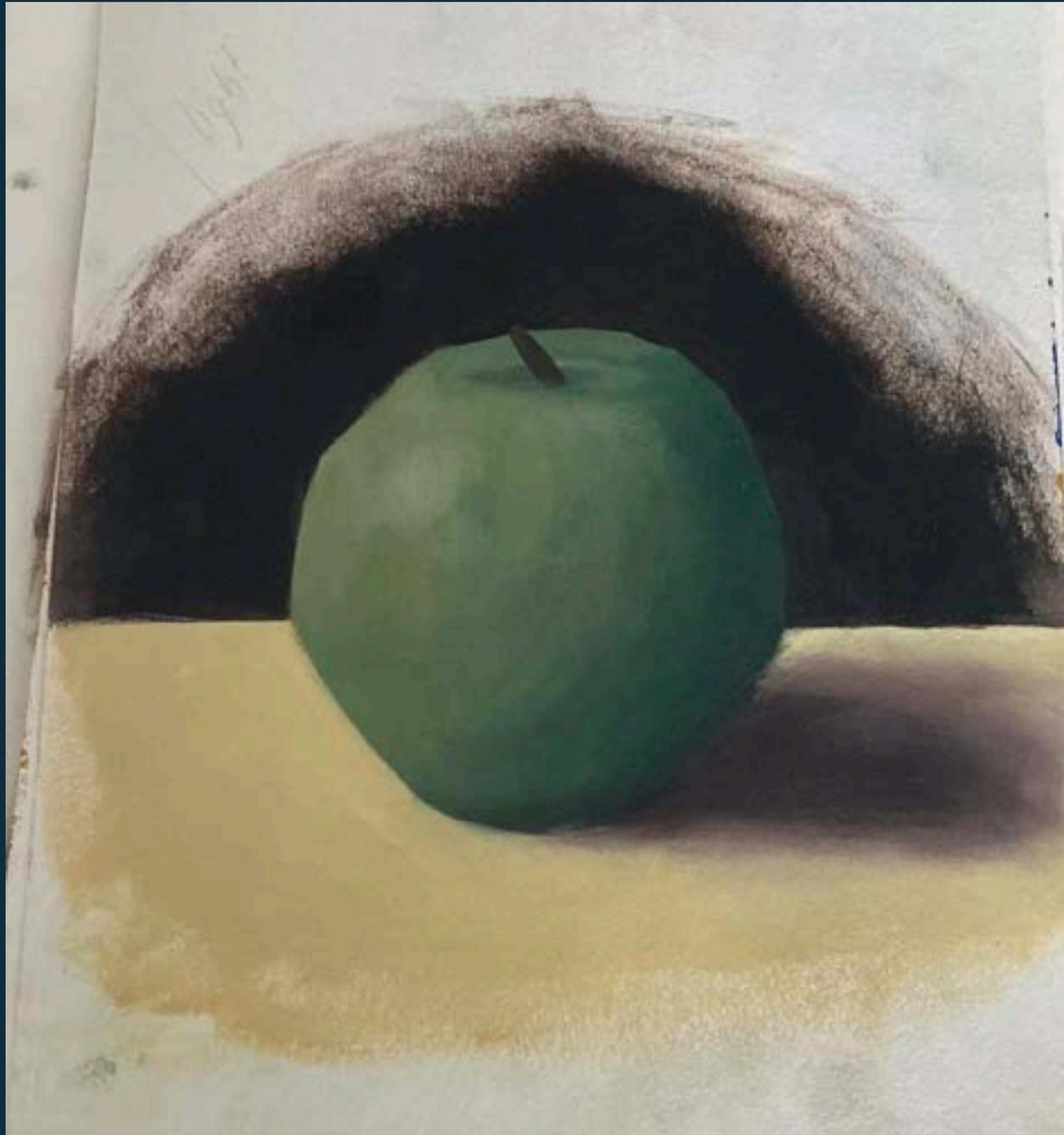
Camila Mendoza Coley, 12. °



Museo Plumas



Diseñado por: Ileana Awad, 8°



Sofia Carrasquilla, 12°

PLUMITAS



Diseñado por: Diana Díaz, 11º

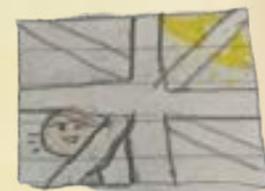
EL VALOR DE LA AMISTAD



Había una vez una niña llamada Sandy que era amiga de una niña llamada Madison. Le decían Madi, a Sandy no le gustaba tener los mismos gustos de las demás personas, pero a Madi todo lo contrario sin embargo Madi la seguía...



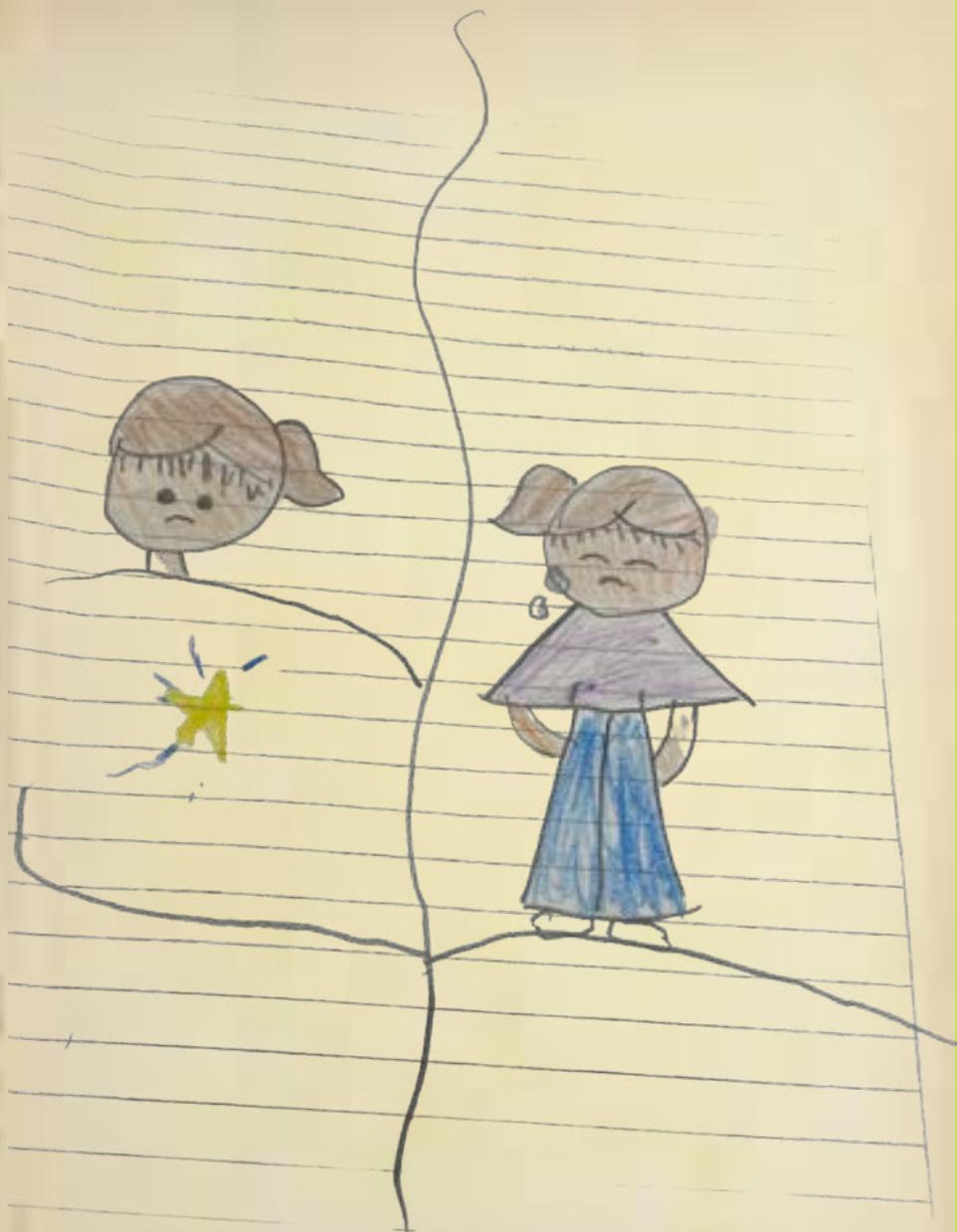
Hasta que un día, “logré escapar” exclamo Sandy, “pude escapar de Madi al fin, después de tanto tiempo”. Enseguida se sintió aliviada, pero de lo que ella no sabía es que Madi estaba triste, estaba preocupada y la estaba buscando por todas partes.



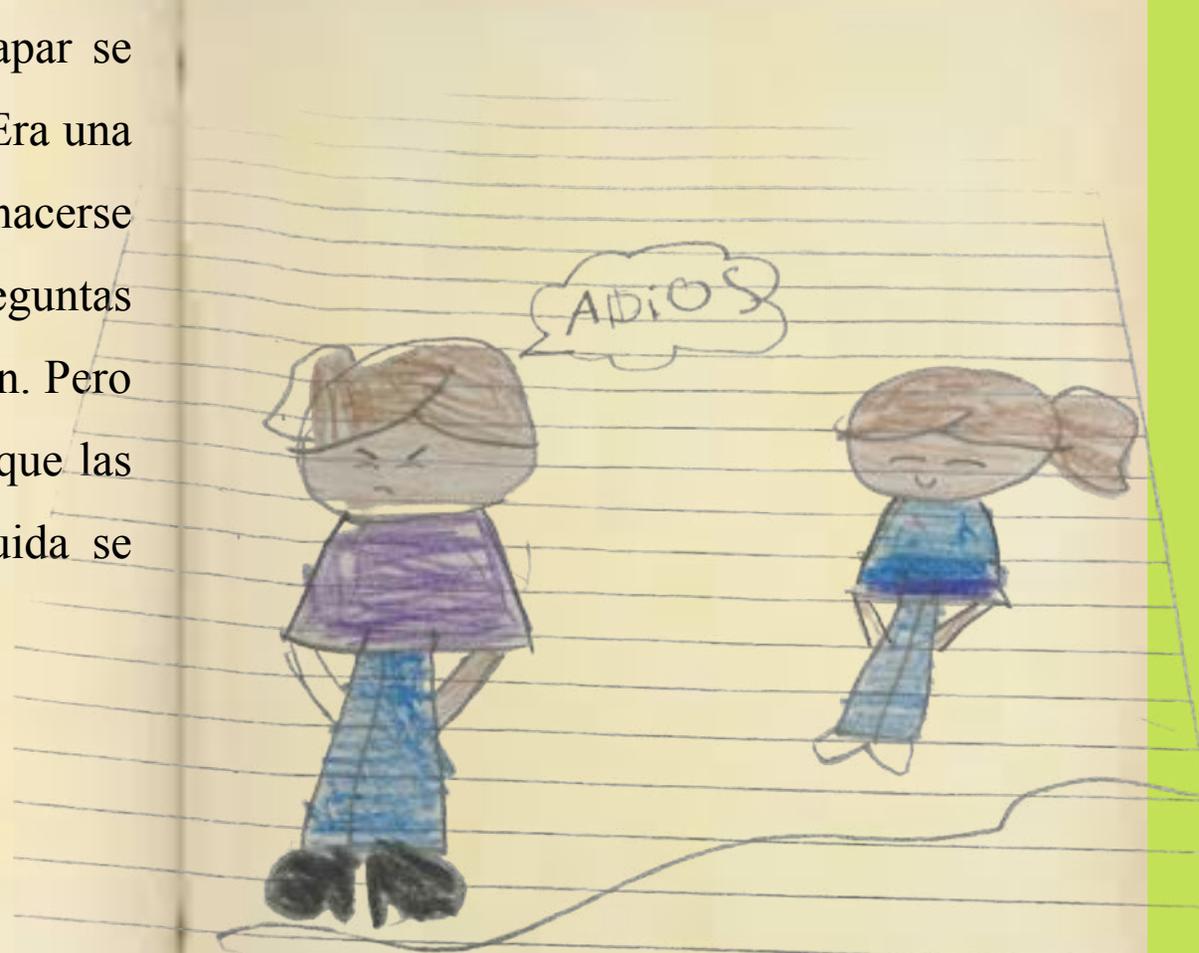
Unas horas más tarde Madi buscó y buscó tanto que la encontró. “Bingo”, exclamó Madi, Sandy se alejó. Y salió corriendo. Mari era casi más rápida. Bueno, casi la atrapa. Aunque Sandy logró escapar. Lo que Sandy no sabía es que la estaba buscando.



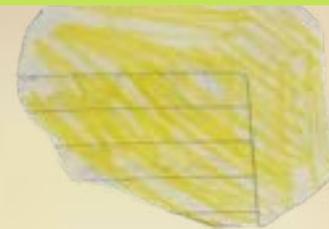
Sandy en la noche soñó que Madi la atrapaba. Cuando se despertó su mama la consoló y fueron a desayunar juntas. Cuando salió a la escuela se dio cuenta de que Madi estaba ahí, no quiso acercarse y ahí pasó el día.



A la mañana siguiente intentando escapar se encontró con una niña llamada Annie. Era una niña muy bonita, hasta que decidió hacerse amiga de ella le hizo las mismas preguntas que cuando Sandy y Madi se conocieron. Pero esa ya es otra historia y se dio cuenta que las tres tenían los mismos gustos, enseguida se fue corriendo.



“Fantástico ahora tengo 2”, dijo Sandy, Madi y Annie se pusieron tristes porque pensaban que Sandy la estaba ignorando, Sandy estaba corriendo por sus vidas...



A la mañana siguiente lo pensó bien y se dio cuenta de que las estaba haciendo tristes, corrió y corrió, las alcanzó y se disculpó con las 2. Un rato después vio que tener los mismos gustos era divertido.



Pasaron los días y Sandy comprendió el valor de la amistad y además se divertía mucho.







DALE ALAS A TU IMAGINACIÓN

Diseñado por: Emma Diago, 8º

