

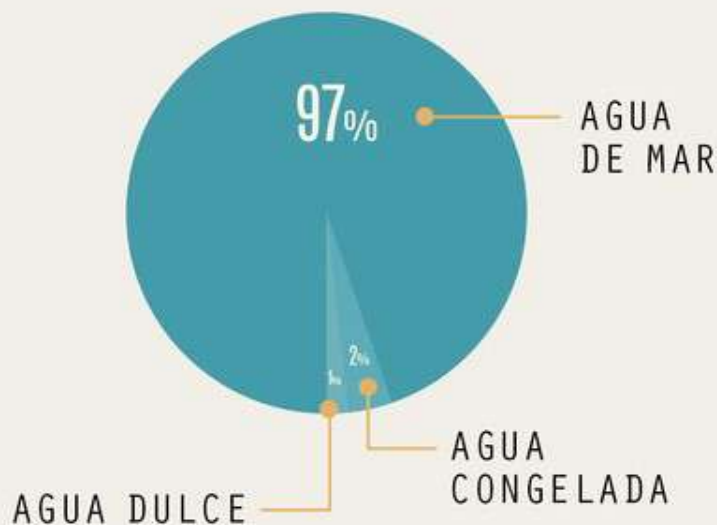


# A EL AGUA SE AGOTA

La escasez del agua del mundo se profundiza por el crecimiento poblacional, el desarrollo urbanístico y el aumento del uso irracional con fines industriales y domésticos.

## ¿DONDE PODEMOS ENCONTRARLA?

El agua es una fuente de vida insustituible y fundamental para el desarrollo de la sociedad. Además de ser esencial es un recurso agotable y cada vez mas escaso.



## CONSUMO DE AGUA

### ● IDEAL



### ● REAL



## ¿CÓMO CUIDAR EL AGUA?



REDUCIR EL TIEMPO DE DUCHA



COLOCAR UN BALDE MIENTRAS SE CALIENTA EL AGUA EN LA DUCHA



CERRAR LA CANILLA MIENTRAS SE ENJABONAN LAS MANOS



REVISAR PERIÓDICAMENTE LA TUBERÍA



UTILIZAR AGUA DE LLUVIA PARA REGAR LAS PLANTAS



REGAR EL JARDÍN A LA MAÑANA O A LA NOCHE



LAVAR EL AUTO CON UN BALDE



USAR EL LAVARROPAS CON CARGAS COMPLETAS

Todos somos responsables del cuidado de este preciado recurso. Es importante CUIDAR Y EVITAR la contaminación y el derroche

# Cómo adquirir HÁBITOS DE ESTUDIO saludables



Organiza una rutina de estudio (horario, intensidad) y sé estricto, así te será más fácil adquirir la costumbre.



Dedica más tiempo a las asignaturas complejas. No más de 90 minutos a una misma materia.



No estudies inmediatamente después de comer. Espera 30 minutos.



Tómate un día libre a la semana como recompensa a tu esfuerzo.



Haz una lista completa de tus tareas y define cuáles son más urgentes. ¡Prioriza!



Elige un sitio tranquilo y silencioso.



Evita los distractores como tu celular o el televisor.



Haz pausas activas de 10 o 15 minutos cada hora y media de estudio.



Haz **CLIC** aquí

# DECÁLOGO DEL ESTUDIANTE



**1** CONÓCETE, TUS RITMOS DE APRENDIZAJE, NECESIDADES E INTERESES.

**2** CUIDA TU LUGAR DE ESTUDIO

**3** ELABORA UN HORARIO DE ESTUDIO

**4** EMPLEA ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

**5** UTILIZA RECURSOS Y MATERIALES DIVERSOS

**6** RESERVA TIEMPO PARA TI

**7** VALIDA Y RESPETA TUS EMOCIONES

**8** PIDE AYUDA SI LO NECESITAS. TE PERMITIRÁ MEJORAR

**9** REFUERZA AVANCES Y LOGROS. CONSIDERA EL ERROR COMO APRENDIZAJE

**10** ASUME TUS RESPONSABILIDADES DE ESTUDIO

**María Jesús Campos**

Psicóloga, asesora y coach



@mariajesuspsi



@mariajesuspsicologa

# CICLO DEL AGUA

ES UN PROCESO CONTINUO EN EL QUE EL AGUA SE EVAPORA, SE CONDENSA EN LAS NUBES, CAE EN FORMA DE LLUVIA Y REGRESA A LOS CUERPOS DE AGUA, COMPLETANDO SU CIRCULACIÓN

**CONDENSACIÓN**

**PRECIPITACIÓN**

**ESCORRENTÍA**

**INCORPORACIÓN**

**EVAPORACIÓN**

**CEREBROS TRAVIESOS TV**



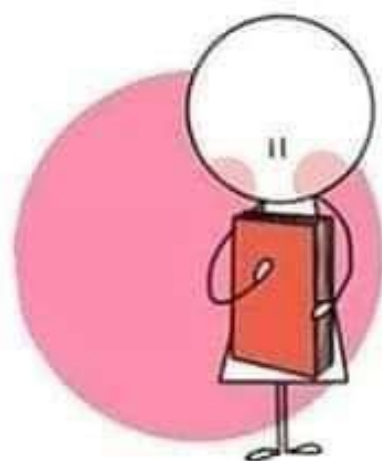
# ¿CÓMO ENAMORARSE DE LA LECTURA?



BUSCAR LECTURAS  
QUE NOS INTERESEN



ELEGIR LOS LIBROS QUE  
MÁS NOS LLAMEN  
LA ATENCIÓN



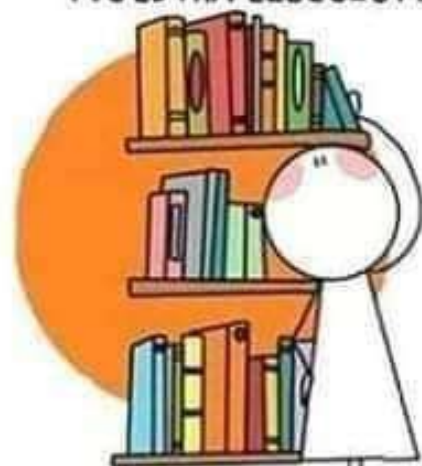
DISFRUTAR DE  
NUESTRA ELECCIÓN



PERMITIRSE EMOCIONARSE,  
LLORAR, REÍR,  
RECORDAR, REFLEXIONAR



OLVIDAR EL  
TIEMPO LEYENDO



ARMAR UNA  
BIBLIOTECA

# Valentina Tereshkova

Primera mujer en conquistar el espacio

6 de marzo de 1937

Ingeniera  
Piloto (Paracaidista)  
Cosmonauta  
Diputada

## Logros:

Solución del problema de alimentación para cosmonautas.  
Ayuda en la investigación y mejora de la radiocomunicación.  
Análisis de los efectos del vuelo espacial en el organismo.  
Adaptación del traje espacial y sistema de las naves.

## Reconocimientos:

Héroeína de la Unión Soviética  
Medalla de Oro de la Paz de Naciones Unidas  
Premio Simba International Women's Movement  
Medalla de Oro Joliot-Curie

Elegida entre  
**400 Participantes**

El **16 de junio de 1963**, la cosmonauta Valentina Tereshkova, a los **26 años**, se convirtió en la primera mujer en viajar al espacio.

Piloto del Vostok 6.

**Chaika (Gaviota)**

Nombre clave durante la misión

**70** Horas.

**50** Minutos.

**48** Órbitas alrededor  
de la Tierra.

Aterrizó **19 de junio de ese mismo año**.  
Para el descenso tuvo que lanzarse en paracaídas.

Desprestigiada por:  
Europa y Estados Unidos, inventando calumnias  
"Acto propagandístico de los comunistas"



Más acerca de ella



“Aquí Gaviota, aquí Gaviota.  
Ve en el horizonte una raya azul:  
es la Tierra. ¡Qué hermosa!  
Todo marcha espléndidamente.”

24 de julio de 1898 nace

#Universum30

# AMELIA EARHART

## Pionera del pilotaje femenino

En enero de 1935, Amelia efectuó la travesía en solitario entre Hawái y California.

Fue la primera piloto en completar con éxito este difícil trayecto sobre aguas del Pacífico.

A finales de ese mismo año, estableció un **récord de velocidad** al realizar un vuelo sin escalas, de algo más de **catorce horas**, entre Ciudad de México y Nueva York.

*"Nunca interrumpas a alguien haciendo algo que tú dijiste que no se podía hacer"*

### El último viaje de la piloto

En **1937** Amelia intentó dar la **vuelta al mundo** utilizando una **ruta distinta**, sin embargo, la **misión no se completó**.

Se dijo que, al quedarse **sin combustible**, tuvo que **aterrizar en las Islas Fénix**, donde ella y su acompañante quedaron **náufragos** hasta su muerte.

Fuente: National Geographic

[Twitter](#) [YouTube](#) [Facebook](#) [Instagram](#) [SoundCloud](#) /UniversumMuseo

