Brentwood High School Periódico ENL-Bilingüe

Brentwood , NY 11717 Edición invierno 2017-2018 Consejeras: Valerie Byrne & Aida Genovese

EDITORIAL

Trabajar y estudiar

Gerson Barahona

Muchos jóvenes inmigrantes latinos llegan llenos de ilusiones a los Estados Unidos. Ellos quieren trabajar, estudiar y disfrutar de la vida aquí. Desafortunadamente, esos sueños se derrumban cuando descubren como es la verdadera vida en un país extranjero. Sus desafíos son grandes: dinero, apoyo familiar, educación, salud y deudas.

Según el último censo, casi seis millones de adolescentes en los Estados Unidos estudian y trabajan a la vez. Sea cual sea la forma como los jóvenes inmigrantes latinos arriban a este país, ellos enfrentan muchos retos aquí. Uno de estos definitivamente es tener que estudiar, trabajar o ambas cosas. Un gran número de adolescentes además llegan con deudas con familiares para pagar por su travesía.

Algunos deben pagar por su vivienda y comida. La mayoría tiene que costearse su ropa, sus necesidades y mandar dinero para ayudar a los familiares que dejaron en sus países de origen. Consecuentemente, muchos compañeros recién llegados en nuestra escuela, tienen que trabajar largas horas por la noche y asistir a clases en la mañana. Ellos tienen poco tiempo para repasar sus lecciones y cumplir con todas las responsabilidades que asumen. Este es el precio que tienen que pagar para poder sobrevivir en este país.

Hay jóvenes que si se dedican a sus estudios a pesar que tienen que trabajar. Algunos son buenos alumnos, están aprendiendo inglés y llegan a graduarse de la escuela secundaria. Ellos vencen cualquier obstáculo que se les presenta y triunfan a su debido tiempo. Otros fracasan y terminan en problemas.

Participantes:

- Gerson Barahona
- Jimmy Peralta
- Johana Palacios
- Linda Bayas
- Mariah Regalado
- Melanie Ramirez
- Victor Ortez
- Xiomara Padilla

CONTENTS

Editorial	1-2
Literature	3-4
Citas de inspiración	5-6
Música	7-8
Moda	9-10
Recetas	11-12
Deportes—Cricket:	13-14 17-18
¿Sabían qué?	19-20

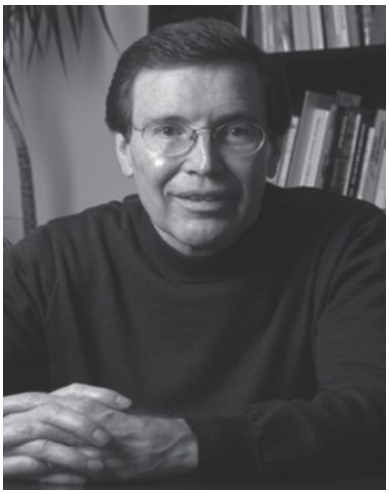
LITERATURA: Conociendo a Francisco Jimenez

by Linda Bayas

Hay gente mal informada que estereotipa a los inmigrantes especialmente a los recién llegados. Dicen que venden drogas, son pandilleros y son cargas para este país. La verdad es muy distinta. Hay personas que demuestran cada día el esfuerzo, la moral, el trabajo y el sacrificio para superarse en este país. Un ejemplo de estos luchadores es Francisco Jiménez.

Francisco Jiménez nació en San Pedro, México, 1943. Inmigró a los Estados Unidos con su familia en 1947. Ha escrito varios libros entre ellos están, "El Circuito", "Senderos Fronterizos", "Más allá de mi", "La Mariposa" y "Cajas de Cartón".

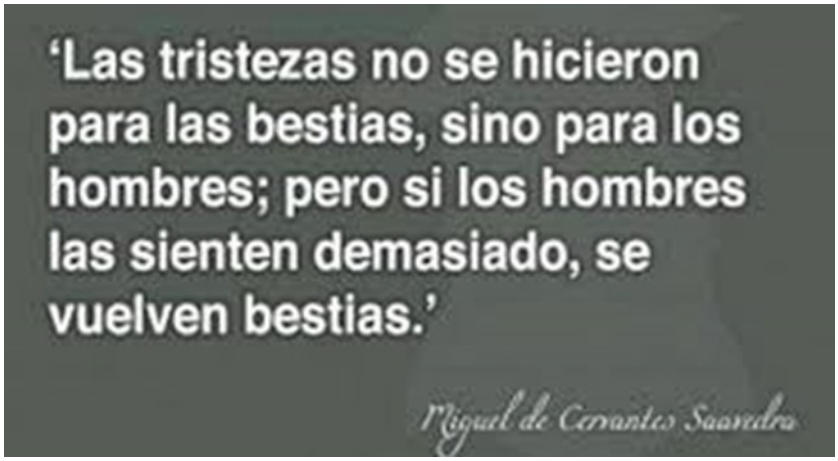
Algunos de estos narran memorias en las que nos cuenta su niñez y la vida dura de los inmigrantes mexicanos en los Estados Unidos. El describe el sufrir de los trabajadores migratorios y de sus familias. Habla como los niños tienen que ayudar a sus padres, aprender inglés, crecer con limitaciones y el miedo y el acoso de la *Migra*. Francisco Jiménez es un inmigrante triunfador. Ha recibido múltiples premios y ha tenido importantes cargos tantos académicos como administrativos. Obtuvo el doctorado en la universidad de Columbia donde trabaja como profesor de lengua y literatura española.



"En esta vida tan inestable que vivimos, lo único que me dio una sensación de estabilidad fue la educación. Ese conocimiento me acompaño sin importar cuantas veces nos moviéramos"

Francisco Jiménez

CITAS INSPIRACIONALES de Miguel Cervantes Saavedra



El leer las novelas clásicas, nos ayúda a entender mejor el tiempo en que vivimos. Nos da lecciones de vida que nos harán mejores seres humanos. Miguel de Cervantes Saavedra es el autor de la obra maestra: Don Quijote de la Mancha, novelas ejeplares y otras más. Sus obras dan lecciones sobre la moralidad, amistad y la búsqueda de nuestros sueños entre otros. ¡LÉANLOS!

La música en nuestra vidas

Jimmy Peralta Gamez

La música juega un papel importante en nuestra vida cotidiana. Una de las razones por las que las persona escuchan música es para relajar su mente y cuerpo. La escuchamos en todas partes, por ejemplo cuando estamos conduciendo, caminando y haciendo ejercicio; sentimos la sensación de energía y tranquilidad.

También podemos ver adolescentes caminando por las calles y dentro de la escuela con sus audífonos escuchando sus melodías favoritas. La mayoría de ellos, incluso se mueven y bailan con el ritmo de la música que están escuchando. El escuchar música tiene una gran influencia en cómo las personas reaccionan y se comportan. Además, puede tener muchas ventajas y desventajas en nuestras vidas.

Ventajas de escuchar música:

1. **La música te hace feliz:** Un estudio realizado por un neuro-científico de la Universidad de McGill muestra que mientras escuchas tu música favorita durante unos 15 minutos, tu cerebro libera dopamina, un neurotransmisor a cargo de tus emociones. De esta manera, tu cuerpo responde positivamente y te empiezas a sentir feliz y con energía.

2. **La música reduce el estrés y mejora tu salud:** Según un estudio por un grupo de científicos de los Estados Unidos, escuchar música reduce el nivel de estrés en tu cuerpo. Este es un hallazgo importante, ya que el estrés causa el 60% de todas nuestras enfermedades. Estudios también han demostrado que la música fortalece el corazón y colabora en la rápida recuperación de pacientes sufriendo de cardiopatía.

3. **Música ayuda a dormir mejor:** Un estudio ha demostrado que las personas que escuchan música clásica durante un par de minutos antes de dormir, duermen significativamente mejor que aquellos que no hacen .

Desventajas de escuchar música:

1. Posibilidad de pérdida auditiva:

Escuchar música en volúmenes altos durante un largo período de tiempo puede distraer a las personas de la realidad. Los jóvenes, que escuchan música muy ruidosa en extremos volúmenes a través de auriculares durante largos periodos de tiempo pueden eventualmente tener pérdida auditiva permanente.

2. Puede tener una mala influencia: El escuchar música puede influir en cómo las personas se comportan, especialmente los jóvenes. Hay muchos cantantes que a través de sus canciones transmiten una mala reputación de las mujeres, y malas hábitos luego los jóvenes que lo escuchan empiezan a tratar como las chicas como si no fueran nada, y querer imitar todo lo que la canción dice.

3. Puede llevar a una depresión: Aunque la música ayuda a reducir la depresión en una persona, también puede llevarlos a una depresión profunda. Un estudio de la Universidad de Pittsburg, ha encontrado que los adolescentes que escuchan música más a menudo tienen niveles más altos de depresión. El problema no se trata de escuchar música, el problema es el tipo de música que escuchas. Personas que han pasado por una ruptura y empiezan a escuchar música sentimental pueden empezar a sentirse más triste, e incluso algunas de esas melodías puede llevarlos al suicidio. La música es la mejor obra de arte que puede existir en esta tierra. Con ella podemos comunicarnos con gente de diferentes países y culturas. A pesar de que la música nos ayuda a comunicarnos también puede tener muchas ventajas. Por ejemplo: dormir mejor y reducir la presión, pero también puede tener desventajas como: el riesgo de pérdida auditiva y de una mala influencia. A pesar de todo lo malo que pueda pasar, seguimos escuchándola porque es la mejor manera de alejarnos, por un momento, de los problemas del día a día problemas del día a día.

La moda, a veces sí incomoda

Victor Ortez

Parece que hoy en día el vestir bien ha pasado de moda. En muchas partes se ven a personas tanto jóvenes como jovencitas con pantalones bajo las caderas mostrando su ropa interior. Estos tienen los bordes de los pantalones arrastrando y limpiando el piso. También, están de moda, los pantalones y blusas con rotos y con huecos. Estos muestran la piel de las piernas y brazos por diferentes partes.

Hay beneficios de vestir bien. Una persona vestida en forma elegante y apropiada, camina dando una impresión de actitud positiva y segura. Esto da una buena presencia que inspira agrado y admiración. Hay un dicho popular que dice: "De la forma en que te vistes, te tratarán". En muchas ocasiones, es necesario vestir apropiadamente, especialmente cuando uno va a una entrevista de trabajo o a una cita importante.

La verdad es que una buena presentación es símbolo de decencia y de buen gusto. Por eso, son tan populares los uniformes en algunas escuelas y profesiones. Si quieres que te juzguen bien, entonces viste bien y en forma apropiada.

El ceviche ecuatoriano

Mariah Regalado y Johana Palacios

Los ingredientes

- 2 libras de camarones ya cocinados, pelados y sin venas o
- 1 libra de pescado Mahi cocinado.
- 2 cebollas coloradas pequeñas, cortadas en rodajas súper finas
- 4 tomates, cortados en rodajas finas o picados en cubitos
- 1 pimiento verde o rojo - picado en cubitos (opcional)
- El jugo de unos 15 limones
- 1 manojo de culantro o perejil.
- Sal al gusto

La preparación

Frote las rodajas de cebolla con una cucharada de sal, luego enjuáguelas bien con agua fría. Mezcle los camarones o el pescado, el jugo de los limones y la sal en una cacerola (dejarlos por 1 hora remojados en refrigeración). Se pica el cilantro perejil. Se incorpora todo en una bandeja con el pescado, tomate, pimiento y ají (opcional). Se puede servir en tazones pequeños acompañados de maíz tostado, palomitas de maíz, hojas de lechuga y trozos de yuca.

El ceviche es un plato muy delicioso para compartir en el verano. Es saludable cuando se lo prepara con los ingredientes frescos. Se puede preparar con diferentes tipos de mariscos como pulpo, calamar y concha o de pescado. Este platillo es de origen peruano, pero se fue expandiendo por Latinoamérica. En algunos países se lo acompaña con plátanos verdes o maduros, arroz y salsa picante entre otros.

El criquet,

un deporte poco conocido

Melanie Ramírez

Hay un deporte que no es muy popular aquí en los Estados Unidos. Este es el Criquet también conocido por Cricket. El criquet es un deporte que se juega en un campo de hierba ovalado, con dos equipos de once jugadores, un bate plano y una bola un poco mas pequeña que la del béisbol. Aunque este es poco conocido en América, este deporte se considera el deporte nacional de Inglaterra y goza de gran popularidad en países como Australia y en la India.

Este deporte es muy parecido al béisbol. Un jugador lanza la bola y otro jugador de un equipo contrario batea y trata de conseguir carreras; mientras el otro equipo lo tiene que impedir. El bate de cricket es plano, con forma de paleta. La pelota de críquet es maciza y de tamaño similar que la de tenis.

Existe una teoría que afirma que la historia del cricket comenzó por niños de las comunidades ubicadas entre Kent y Sussex, Inglaterra en la época medieval. Hoy es un juego extremadamente popular en los países que lo han adoptado, pero no tanto así en el resto del mundo.

La Historia del Club C.O.P.A. Brentwood

Xiomara Padilla and Linda Bayas

Brentwood C.O.P.A. Club representa la comunidad, el profesionalismo y los logros, también nos enseña que el trabajo duro supera el talento cuando el talento no trabaja duro.

El Club Brentwood C.O.P.A., fue formado por el señor Martínez. Todo empezó cuando unos de sus estudiantes le dijeron que lo que más extrañaba de su país, era el jugar fútbol. Debido a esto este maestro decidió formar C.O.P.A.

Comenzó con solamente tres equipos del género masculino, luego con el tiempo equipos femeninos fueron creados. Hoy en día: niñas y niños han seguido participando en este club deportivo. Mas asesores se han incluido como la Sra. Ramírez, Sra. Ricciardi, Sr. Brugger y el Sr. Archaga.

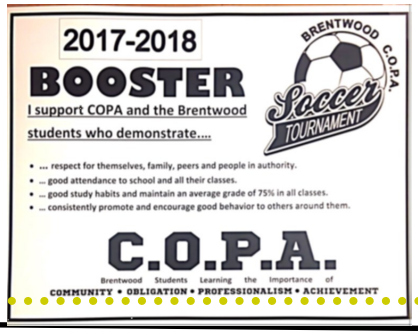
Todos ellos, están motivado a los alumnos a participar en las actividades. Ellos necesitan tener una buena asistencia, ir a todas sus clases, tener un buen comportamiento y mantener un 75 de calificación promedio en todas sus clases.

Brentwood C.O.P.A. Club realiza dos torneos cada año, las cuales se llevan a cabo en otoño y primavera. Los dos torneos se realizan en las canchas de Brentwood.

Estos torneos se llevan a cabo con la intención de que los estudiantes que participan y los que no; se diviertan y tengan una buena experiencia haciendo lo que tanto aman.

Además, C.O.P.A. realiza una ceremonia luego de cada torneo. En esta, todos los participantes reciben trofeos en diferentes categorías: como la o el mejor goleador/a. También la o el mejor portero/a.; equipos ganadores y no ganadores reciben un reconocimiento.

¡Ellos esperan verte allí esta primavera! Inscríbete.



Insert COPA Pictures here

¿Sabían qué?

¿Sabías que la inteligencia se hereda genéticamente de tu madre?

Approximately 80% of a child's intelligence is acquired from the mother.

¿Sabías que es una groseria el llevar un sombrero puesto en el interior de edificios grandes o pequeños?

¿Sabías que eres contagioso de la gripe un día antes, de saber que la tienes?

¿Sabías que la mejor manera de protegerse de la gripe es vacunarse contra la influenza y lavarse las manos con frecuencia?

¿Sabías que tu perro puede contraer la gripe?

Queremos que te unas a nuestro boletín ENL.

Nos reunimos los jueves, de 2 a 3:00 en la sala de clases 1707.