

7° Tecnología

Clase virtual: Burbuja N°2

¡Hola estudiantes! En esta oportunidad la clase se realizará desde el hogar. La idea es que lean lo que se viene trabajando en la materia de tecnología y además comenzar a problematizar lo trabajado en el texto leído para la feria de ciencias.

Van a tener que investigar en internet, revistas o consultando a mayores como sembrar diferentes tipos de vegetales a convenir, que son esenciales para el día a día y que sirven en parte como nutrientes para una buena salud física y sobre todo para aumentar nuestro sistema inmunológico.

A continuación, les dejo unas preguntas que sirven para pensar de que manera lo van a realizar y lo iremos trabajando a medida que vayamos avanzando, ¡a no desesperar!

A tener en cuenta:

¿Qué voy a sembrar?

¿Cómo es el proceso de germinación?

¿Qué tipo de suelo (sustrato) necesito?

¿En qué temporada del año debo sembrar?

¿Adónde voy a sembrar? (Pueden utilizar materiales descartables)

Actividad

Realizar una investigación sobre una de las plantas que trabaja el texto (se los dejo en un cuadro en la siguiente página si no lo tienen) e investiguen en base a las preguntas mencionadas arriba. No teman en agregar lo que les parezca conveniente y que no figure en las preguntas, recuerden que las mismas, son orientativas.

Nota: Tienen tiempo, vayan avanzando a medida que puedan, en próximas instancias hablaremos sobre lo investigado. ¡Saludos! Profe Walter.

¿Se viene la “SEGUNDA OLA” y si la NADAMOS diferente? 😞

POR QUÉ NO Informan lo que Sí podemos hacer PARA SANARNOS.?

¿A qué hora se le ha explicado a la población que cada uno tiene la capacidad de reforzar naturalmente su sistema inmunológico en pocos días (los más pequeños) o en pocas semanas los adultos?

👤📌 Por qué no involucrarse en los canales informativos con plataformas y profesionales de salud que hablen de prevención, como nutricionistas, naturópatas, fitoterapeutas, que podrían realizar un inmenso trabajo de información y prevención al público y a la vez aligerar el trabajo de los médicos y sanitarios que están en el frente?

🍔 Por qué no decirle a la gente que comer basura, como productos industriales, trabajados y refinados, es lo primero que destruye nuestras defensas?

🍎 Que la eficacia de nuestro sistema inmunológico depende estrechamente de la calidad de nuestra flora intestinal y, por lo tanto, de la calidad de lo que comemos.

🍏 Por lo tanto, frutas y verduras crudas, locales y de temporada son la mejor manera de acumular rápidamente nuestras reservas minerales necesarias para la inmunidad...

👉 Por qué no explicar que por ejemplo un ayuno intermitente controlado fortalece el sistema inmunológico en tan solo 3 días?

☀️ Que una correcta respiración tiene la capacidad de reducir niveles altos en producción de cortisol, hormona reguladora de tus niveles de estrés.

🚿 Por qué no hablar de los beneficios de una ducha fría o un baño en el mar, que en pocos días aumenta el nivel de algunos linfocitos T?

🌿 Por qué no explicar que plantas como la equinacia, el astrágalo, el saúco, la rosa canina, la artemisa... en sus formas concentradas y correctas, aumentan las defensas inmunes en pocas semanas?

💧 Por qué no hablar de la eficacia de los aceites esenciales antivirales?

© Además de la vitamina C a dosis altas, ¿la importancia de la vitamina D y minerales como el zinc, selenio, magnesio? Todo ello es fácil y barato de obtener. En ocasiones, como en el caso de la luz solar, gratuito!

🏃 Por qué no hablar de cómo una sana actividad deportiva activa las hormonas de la alegría y el bienestar?

😞 Por qué no hablar de la importancia de la calidad de nuestros pensamientos y de la conexión entre la mente y el cuerpo?

😊 Por qué no hablar de la fortaleza del amor y la compañía, que curan mucho más que el aislamiento y la desconfianza?

🌲 Por qué no hablar del bienestar inmediato que nos da caminar o estar en la naturaleza?

👎 Por qué no explicar que el miedo es inmunosupresor? Y genera más que nada: enfermedad, debilidad, ansiedad, sufrimiento.

POR QUÉ NO COMENZAR A INFORMAR.

Y POR QUÉ NO HACERLO DE VERDAD...

solo nos enseñaron a usar alcohol, ponernos una mascarilla, y a estar encerrados y a tener miedo.

Si crees que es buena esta información... Copia y pega para que llegue a mas gente y actuar Aliméntate bien y alcalinízate...

