

Esencia CECEHACHERA

Construyendo comunidad en Azcapotzalco



C O N S T R U Y E N D O C O M U N I D A D



Directorio

Universidad Autónoma de México

Dr. Leonardo Lomeli Vanegas
Rector

Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades

Dr. Benjamín Barajas Sánchez
Director General

Plantel Azcapotzalco

Mtra. Martha Patricia López Abundio
Directora

Lic. Antonio Nájera Flores
Secretario General

Mtro. Arturo Palacios Mejía
Secretario Administrativo

Lic. Veidy Salazar de Lucio
Secretario Académico

Mtra. Noemí Jiménez Martínez
Secretaria Docente

Mtro. Raúl Espinosa Rojas
Secretario de Asuntos Estudiantiles

Mtra. Verónica Coria Olvera
Secretaria Técnica del SILADIN

Mtra. Evelia Morales Domínguez
Secretaria de Servicios de Apoyo al Aprendizaje

C. Verónica Andrade Villa
Coordinadora de Gestión

Mtro. Rubén Salvador Jiménez Martínez
Jefe de la Unidad de Información y Divulgación Académica

Lic. Ana Isabel Buendía Yáñez
Información

Lic. Martha Amparo Vázquez Hernández
Diseño Editorial

Ing. Gabriel Eduardo Muñoz Cruz
Jefe del Departamento de impresiones

Presentación

En el Colegio de Ciencias y Humanidades, Plantel Azcapotzalco, entendemos que formar a nuestras y nuestros estudiantes va más allá del aula. Implica brindar herramientas para que puedan comprenderse a sí mismos, expresar sus ideas y sentimientos. Por ello, concebimos la educación como un proceso integral, donde el desarrollo emocional, la creatividad y el pensamiento crítico son tan importantes como el conocimiento académico.

Con el proyecto *Transformando Espacios*, hemos reafirmado nuestro compromiso con la salud mental y emocional de nuestra comunidad estudiantil. A través del arte mural, abrimos una puerta para que las y los jóvenes expresen sus inquietudes, narren sus historias y dejen huella en los espacios que habitan. No se trata solamente de embellecer muros: se trata de resignificarlos, de convertirlos en lienzos vivos donde se plasmen la diversidad, conciencia ambiental, las emociones y los sueños de nuestra juventud.

Vivimos tiempos complejos, en los que la salud mental se ha vuelto un tema urgente. Callar, ignorar o minimizar el malestar emocional de las juventudes es una forma de violencia institucional. Por ello, desde

el CCH Azcapotzalco nos posicionamos con firmeza: el arte y la cultura son estrategias legítimas, poderosas y necesarias para el cuidado de la salud mental. Estos proyectos son pieza fundamental de una política de atención y prevención para la comunidad.

Esta iniciativa no es un evento aislado, sino una tendencia que queremos fortalecer y expandir. Buscamos sembrar una cultura institucional donde la expresión artística sea tan importante como la ciencia; donde la escucha activa y el acompañamiento emocional estén en el centro de nuestro quehacer educativo.

Agradecemos profundamente a todas y todos los estudiantes que participaron con talento y sensibilidad, y reiteramos que en este plantel tienen un espacio seguro para imaginar, crear y transformar. Porque los muros también pueden hablar y cuando lo hacen, pueden sanar.

Mtra. Martha Patricia López Abundio
Directora del CCH Azcapotzalco

Pág.

08

Adecuar espacios para
el cuerpo y la salud:

una visión integral del entorno educativo

Pág.

10

Barras Azcapo:

ejercicio, comunidad y apropiación
del espacio

Índice



Adecuar espacios para

el cuerpo & la salud



Una visión integral del
entorno educativo

Unidad de Información y Divulgación Académica

En el CCH Plantel Azcapotzalco, la transformación de los espacios escolares es una labor constante que responde a una visión educativa más amplia e inclusiva. No se trata solamente de renovar la infraestructura, sino de adaptar el entorno para fortalecer el desarrollo integral de los jóvenes.



En este sentido, el cuerpo, al igual que la mente, requiere atención, movimiento y cuidado. El mejoramiento de espacios que fomenten el ejercicio físico, el autocuidado y la vida saludable, es parte de un compromiso institucional por promover estilos de vida que incidan positivamente en el bienestar físico, emocional y mental de la comunidad.

En contextos donde el sedentarismo y el estrés cotidiano afectan directamente a la salud de los estudiantes, habilitar lugares que inviten a moverse, respirar y fortalecer el cuerpo se vuelve una prioridad. Es así como los proyectos que dignifican el uso del espacio escolar, lo resignifican y lo convierten en un entorno de formación más allá del aula, resultan esenciales para construir comunidades escolares más saludables, activas y cohesionadas.

Ejercicio, comunidad & apropiación del espacio

Con esta convicción, el CCH Plantel Azcapotzalco lanzó recientemente *Barras Azcapo*, un proyecto académico impulsado en colaboración con el Departamento de Educación Física del turno matutino, pensado especialmente para jóvenes interesados en la calistenia, el ejercicio y el perfeccionamiento físico.



Este nuevo espacio responde no solo a una necesidad práctica, sino a una apuesta pedagógica: Entender que mover el cuerpo es también mover ideas, liberar tensiones y fomentar nuevas formas de aprender, convivir y expresarse.



La zona fue equipada con una malla sombra que protege del sol a quienes entrenan regularmente, permitiendo un uso continuo y seguro. Sin embargo, la transformación fue más allá de lo estructural. Desde su concepción, *Barras Azcapo* ha sido un espacio construido con la participación activa del estudiantado. Jóvenes comprometidos colaboraron en la renovación del área, eligieron dos bocetos para ser plasmados en murales y redactaron colectivamente un reglamento de uso, que fue pintado en uno de los muros como recordatorio del compromiso compartido por cuidar el espacio y mantener una convivencia armoniosa.





www.cchazc.unam.mx



[@cch_azcapotzalco_oficial](https://www.instagram.com/cch_azcapotzalco_oficial)



[CCHAzcapotzalcoOficial](https://www.facebook.com/CCHAzcapotzalcoOficial)



[@CCHAzcapoUNAM](https://twitter.com/CCHAzcapoUNAM)



[@cchazc_oficial](https://www.soundcloud.com/cchazc_oficial)



[@cchazc_oficial](https://www.youtube.com/cchazc_oficial)