



Laurentina

A revista do CDSL

**NADAL
2025**

SUMARIO

07

EDITORIAL

08

En portada La verdadera historia de nuestra Navidad

X.B.T.

10

Corredores de sombra Linga interna de fútbol do CDSL

J.Q.H. y D.R.V.

12

Corredores de sombra Alumnado do CDSL no Emevé

J.G.G.

13

El latín al día Rosalía deslumbra con LUX

M.M.A.

15

O lapis dos alumnos Greguerías

Alumnado de 4ºESO B

SUMARIO

16

**Á lus do candil
Despedimos o ano Castelao**

M.V.C.

18

**English
A PAGE OF OUR OWN**

Alumnado de ESO

20

**A illa do tesouro
O manga na Biblioteca do Seminario**

A.L.G.

21

A nosa arte

Alumnado de ESO

25

Apertura solemne do curso 2025-2026

31

**Pastoral CDSL
Camiñando xuntos co lema «Ti vales»**

SUMARIO

35

O magosto
Convivencia e tradición

37

Clases sen fume
Aprendendo a coidar a saúde

40

Celebrando el Primer Domingo de
Adviento y el Día de la Familia

46

La Navidad brota en los gestos pequeños
Una navidad que nace en el corazón

50

Emergencias Sanitarias
Una formación para salvar vidas

54

Un viaje al pasado para el alumnado del
Módulo de Guía de Baja y Media Montaña

SUMARIO

56

Aventura subterránea

58

**Ruta ecológica por el río Rato.
Voz Natura y educación medioambiental**

As novas do día a día do Colexio Diocesano San Lorenzo están en Instagram e Facebook.

Síguenos tamén en Twitter e visita a nosa páxina web:
www.colegiodiocesanosanlorenzo.org

Fai clic no enlace para seguirnos e dar un like nas nosas redes sociais.

Laurentina

A revista do CDSL

Equipo de redactores,
deseñadores e creadores do
4º número da revista do
CDSL, LAURENTINA

L.B.T. (4º ESO B)

A.L.G. (1º ESO B)

D.R.V. (1º ESO A)

L.L.A. (4º ESO B)

X.B.T. (4º ESO A)

R.T.P. (4º ESO B)

A.M.Á. (4º ESO B)

C.C.B. (4º ESO B)

J.V.A. (1º ESO B)

M.M.A. (4º ESO A)

N.C.P. (4º ESO B)

M.V.C. (4º ESO B)

C.P.M. (4º ESO B)

C.V.A. (4º ESO B)

I.G.G. (1º ESO B)

J.Q.H. (1º ESO A)

EDITORIAL



Ola, lectores da revista Laurentina do Colexio Diocesano San Lorenzo, xa cumplimos o segundo ano de existencia!!! Feliz novo curso (2025-2026) e felices festas.

Preséntovos os contidos do novo número da revista que empeza co Nadal, e ademais falaremos de deporte como a liga interna de fútbol e tamén da maioría das actividades que se fixeron no colexio. Hai moito máis, así que invítovos a ler a revista enteira.

JVA

La verdadera historia de nuestra Navidad

POR X.B.T. (4ºESO A)



En este número de la revista hemos querido hablar sobre la Navidad porque es una de las fiestas más importantes para nosotros como colegio católico. Aunque hoy en día pensamos en regalos, luces y vacaciones, la Navidad tiene una historia muy antigua. Por eso incluimos este tema: para recordar de dónde viene y qué celebramos realmente.

Origen de la palabra “Navidad”

La palabra Navidad viene del latín *nativitas*, *nativitatis*, que significa “nacimiento”. La RAE explica que por antonomasia, se refiere al nacimiento de Jesús. Así que el propio nombre de la festividad ya indica lo que celebramos: el nacimiento de Jesús.

La tradición romana y la tradición del cristianismo

Tradiciones romanas

Mucho antes del cristianismo, los romanos celebraban en diciembre unas fiestas llamadas Saturnales. Estas fiestas incluían banquetes, regalos, días sin trabajar y un ambiente muy alegre. Las celebraban en el solsticio de invierno, cuando los días empiezan a alargarse, como símbolo de que “la luz vuelve”. También tenían otra fiesta llamada *Dies Natalis Solis Invicti*, que significa “nacimiento del Sol invicto”, relacionada con el renacer del sol en invierno.

¿Cómo lo adoptó el cristianismo?

La Iglesia eligió el 25 de diciembre para celebrar el nacimiento de Jesús. No porque se sepa la fecha exacta, ya que la Biblia no la dice, sino por su significado. Igual que regresaba la luz, también Jesús es la luz del mundo. En el siglo IV, el papa Liberio fijó oficialmente esta fecha como la celebración de la Natividad del Señor.

La Navidad hoy

Para un país católico como el nuestro, la Navidad no es solo una fiesta. Es un momento para recordar que Dios se hizo hombre y vino al mundo para traer paz, esperanza y amor.

Las tradiciones cristianas, el Belén, la misa del Gallo, los villancicos... Nos ayudan a vivir la fe en estas fechas tan especiales.

La Navidad que celebramos hoy mezcla antiguas fiestas romanas con la tradición cristiana. Pero lo más importante es que el 25 de diciembre celebramos el nacimiento de Jesús, un acontecimiento que sigue siendo símbolo de luz, alegría y esperanza.



Liga interna de fútbol do Colexio Diocesano San Lorenzo (CDSL)

POR J.Q.H. Y D.R.V. (1º ESO A)

FOTOGRAFÍAS: EQUIPO DE COMUNICACIÓN



Imaxe dos finalistas

No recreo do CDSL xógase unha liguiña interna formada polos alumnos da ESO, dende 1º ata 4º e de BAC, organizada polo alumnado de FP e o profesor Adrián, que se desenvolve os martes no primeiro recreo e os mércores no segundo recreo.

Esta liga consiste en xogar partidos de fútbol nos tempos de lecer ou recreos. Os equipos están formados por seis nenos e nenas de todos os cursos, mesturados entre si. Os integrantes dos equipos escolléronos os alumnos do ciclo de FP de Deportes, tamén escollerón os nomes dos equipos. Os equipos participantes son:

Equipos

Bike Gang

M.C.	A.C.
P.C.	A.I.
X.P.	M.M.
M.S.	Ó.P.
X.B.	J.Q.
M.R.	B.G.

Crol Club

S.P.	U.F.
P.A.	N.S.
M.G.	M.V.
A.R.	J.P.
D.N.	S.S.
R.S.	
V.S.	

Itinerarios F.C.

M.A.

A.C.

A.I.

M.M.

Ó.P.

J.Q.

B.G.

Cornelio`s Team

D.R.

G.G.

A.Q.

A.Q.

J.F.

N.B.

Boulder F. C.

J.Q.

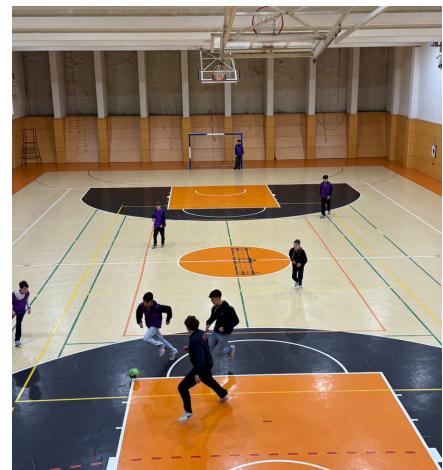
A.H.

Á.A.

H.L.

O.L.

C.F.



As regras son sinxelas, son as mesmas que no fútbol profesional, ás veces co entusiasmo do xogo esquecemos as regras pero os árbitros, que son alumnos de FP de Deportes, recórdannos a todos cales son en plan de broma. Só hai unha regra distinta á do fútbol profesional e é que **os dous últimos minutos do partido os goles marcados valen o dobre**. Esta regra fai que neses minutos xoguemos coma se foramos a perder o bocadillo.



Esta liga aínda non rematou, quedan dous equipos que pasan ás semifinais que son o **Crol Club** e o **Bike Gang**, que xogan o partido que decide quen pasa a disputar a final contra o **Itinerarios FC**.

Esta actividade, organizada por **Adrián**, fai que os recreos sexan más divertidos e as gradas énchense de espectadores, os alumn@s pasámolo moi ben.

O mércores 17 xogouse a final entre o Itinerarios FC e o Crol Club, resultando gañador o Itinerarios FC.

Alumnado do CDSL no Emevé

POR I.G.G. (1º ESO B)

FOTOGRAFÍA: EQUIPO DE COMUNICACIÓN

O vólei é un deporte onde dous equipos de seis xogadores se enfrentan nunha cancha dividida por unha rede, intentando pasar un balón por enriba dela para que toque o chan do campo contrario, usando calquera parte do corpo, cun máximo de tres toques por equipo antes de devolvélo, buscando anotacións ao facer que o balón aterrice no campo rival ou forzar un erro do oponente.

Para mi o vólei é un deporte moi divertido e entretido, eu metinme porque miña nai estaba no vólei e acompañoume un amigo. Agora gústame máis que antes porque vai moita xente.

O noso colexiu patrocina unha categoría do Emevé. O Emevé é un club de voleibol de Lugo, fundado no ano 1983, coñecido por ter equipos na máxima categoría nacional (Superliga Maculina e Femenina) e polo seu forte labor de formación, sendo unha canteira importante en España. Tamén é un dos mellores equipos.



Queres moverte, divertirte e coñecer xente nova? O vólei é o plan perfecto. Non importa se es principiante ou se xa tes experiencia, o único que necesitas son ganas de pasalo ben. Adestramos en equipo, reímonos, aprendemos e damos o mellor en cada punto. Ven a probar, divírtete e forma parte do equipo!

Rosalía deslumbra con LUX

POR M.M.A. (4º ESO A)

FOTOGRAFÍAS DE LA AGENCIA EFE Y BIOGRAFÍAS Y VIDAS



El latín sigue muy al día, una palabra latina es la protagonista del nuevo álbum de **Rosalía**. La elección del idioma no es aleatoria, nos envía ya su primer mensaje. **Lux, Lucis**, es una palabra latina de la 3^a declinación que significa LUZ. **Fiat lux**, hágase la luz, frase del Génesis, alude al conocimiento y la iluminación.

En su cuarto disco, Rosalía nos cuenta a través de sus canciones cómo ha sido su camino buscando y encontrando a Dios.

En esta ocasión hablamos de "Lux", el último disco de la artista española Rosalía donde nos va contando de una forma íntima su camino en la búsqueda espiritual y encuentro con Dios. La cantante narra en primera persona un viaje interior marcado por un feminismo místico inspirado en figuras como Clara de Asís, Teresa de Jesús o Juana de Arco, entre otras.

El álbum refleja el deseo de Rosalía de "estar más cerca de Dios" y de mostrar su propio proceso de transformación a través de cuatro emociones que estructuran el disco: 1º la partida, en la que habla de la separación y del inicio del nuevo camino; 2º la gravedad, donde trata temas como el dolor, las dudas y la confrontación; 3º la Gracia, en la que nos habla de alivio, la luz y la presencia de Dios y por último, en la 4^a parte nos narra la despedida y vuelta a casa mediante la claridad y la reconstrucción.

La artista concibe el álbum como una historia en cuatro actos, donde combina referencias místicas, literatura y experiencias personales. En canciones como *Reliquia* o *Divinize* habla de la pérdida y de la rebeldía y con *Porcelana* sobre el cuerpo femenino criticando el modelo de "mujer objeto". *Mio Cristo piange diamanti* sirve de enlace con *Berghain* y en *La yugular* o *Focu'ranni* nos cuenta su reconciliación con Dios después del dolor, la mentira y el miedo vividos. Finalmente, en temas como *Sauvignon Blanc* o *Novia Robot* expresa su entrega total relacionada con la renuncia y la trascendencia.

"LA CANTANTE NARRA EN PRIMERA PERSONA UN VIAJE INTERIOR MARCADO POR UN FEMINISMO MÍSTICO INSPIRADO EN FIGURAS COMO CLARA DE ASÍS, TERESA DE JESÚS O JUANA DE ARCO, ENTRE OTRAS".

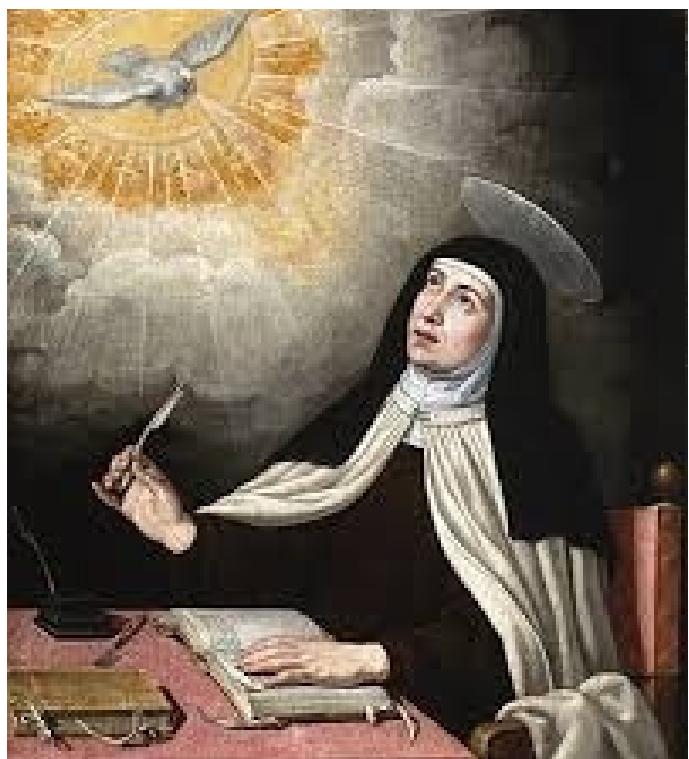
En el último tema del disco, *Magnolias*, Rosalía afirma haber encontrado a un Dios de forma inclusiva y abierta, ya que considera que todas las religiones aportan una mirada distinta y valiosa.

SUS REFERENTES

Santa Clara de Asís (1194-12539): fue una de las primeras seguidoras de San Francisco de Asís y la fundadora de la Orden de las Damas Pobres (Clarisas). Aunque había nacido en una familia noble de Asís, abandonó su riqueza para vivir una vida de extrema pobreza, oración y contemplación (inspirada por el ideal franciscano) y fue la primera mujer en escribir una regla de la vida religiosa, siendo canonizada en 1433.

Juana de Arco (1412-1431): fue una campesina francesa que por "inspiración divina" guió al ejército francés en importantes victorias como la de la Guerra de los Cien años. Más tarde la capturaron, la vendieron a los ingleses y la sometieron a un juicio por herejía por el que acabó quemada en la hoguera a los 19 años. Esto la convirtió en símbolo nacional francés de valentía y fe y fue canonizada por la iglesia Católica en 1920.

Santa Teresa de Jesús (Ávila, 1515-1582): fue una monja, mística y escritora española del Siglo de Oro conocida por impulsar la Reforma de la Orden Carmelita (fundando las Carmelitas Descalzas y 17 conventos más por toda España, dedicados a una vida de rigurosa pobreza y oración contemplativa). Sus obras *El Libro de la Vida* y *Las Moradas* son cumbres de la literatura mística y espiritual de la Iglesia.



GREGUERÍAS

En su estudio de las vanguardias literarias los alumnos de 4º ESO B tomaron como referencia a Ramón Gómez de la Serna para crear sus propias greguerías.

Algunos de ellos, como A., R., L. y M., las representaron en caligramas.

L.B.

El cero es el anillo de compromiso del infinito

Las arrugas son las isobaras de la sonrisa

C.

El amor es la música que suena con los conjuntos de notas adecuadas

C.V.

La vida necesita tiempo para lograr vivir

N.C.

Los gritos del silencio reflejan un vacío del alma

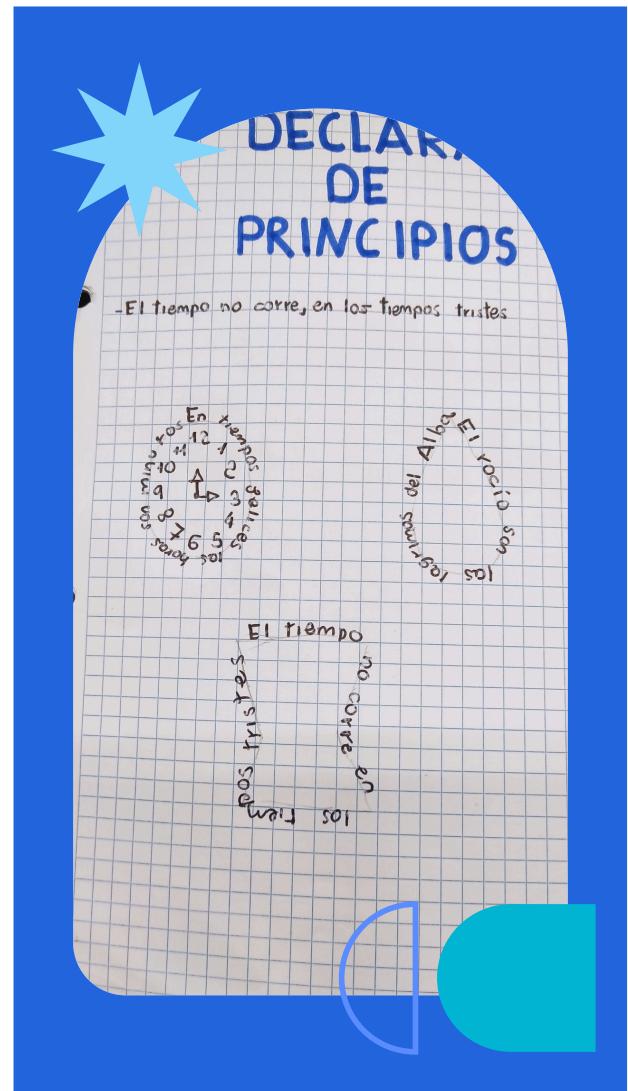
C.C.

Los bolígrafos son los bailarines de los folios

L.

En tiempos felices las horas son minutos

La muralla de Lugo es el corazón de los que allí habitan



R.

El tiempo no corre, en los tiempos tristes

A.

El rocío son las lágrimas del alba

Despedimos o ano Castelao

A cidade de Lugo homenaxeа a Castelao cunha exposición na Rúa da Raíña

POR M.V.C. (4ºESO B)



O pasado outubro, na nosa cidade organizouse unha mostra adicada a Castelao na Rúa da Raíña titulada Castelao e Lugo. Esta exposición reuniu obras orixinais, caricaturas, pinturas, debuxos e documentos persoais que axudan a explorar a relación entre o escritor e a cidade de Lugo, e o seu legado como creador e intelectual galego, co obxectivo de entender mellor a súa contribución artística, política e cultural.

Esta iniciativa xorde da declaración oficial do 2025 coma “Ano Castelao”, para conmemorar o 75º aniversario da súa morte, e inclúe homenaxes, exposicións, charlas e eventos académicos en toda Galicia que difundirán a obra e o legado de Castelao en múltiples formatos e espazos. Nesta concretamente, os veciños de Lugo tiñan a oportunidade de ver referencias do artista, como debuxos e pinturas dos seus inicios que mostran as distintas etapas do seu traballo, así coma documentos persoais (como cartas) que axudan a entender o seu pensamento e compromiso co pobo galego, ou noticias na prensa facéndose eco do seu paso pola nosa cidade.

Tamén se podían ver textos explicativos e artículos de intelectuais como Filgueira Valverde ou Ramón Piñeiro, que axudan a contextualizar a súa figura dentro da cultura galega do século XX.

Á lus do candil

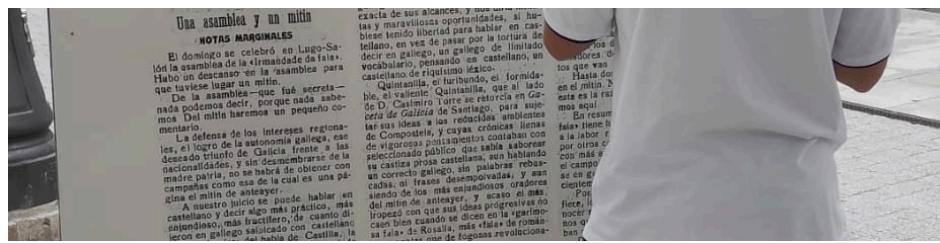


“Os alumnos de 4º ESO realizaron unha visita á exposición Castelao e Lugo”

A exposición contou co apoio institucional do Concello de Lugo e o enfoque xeral da mesma era mostrar non só a súa obra artística senón tamén a súa relación coa cidade e, por extensión, co contexto cultural e político galego.

En números anteriores demos conta da súa obra e a súa importancia na nosa historia.

En definitiva, este ano celebramos a vida e obra dunha das figuras claves para o pobo galego que debera ser coñecida e recoñecida por tódalas xeracións futuras.



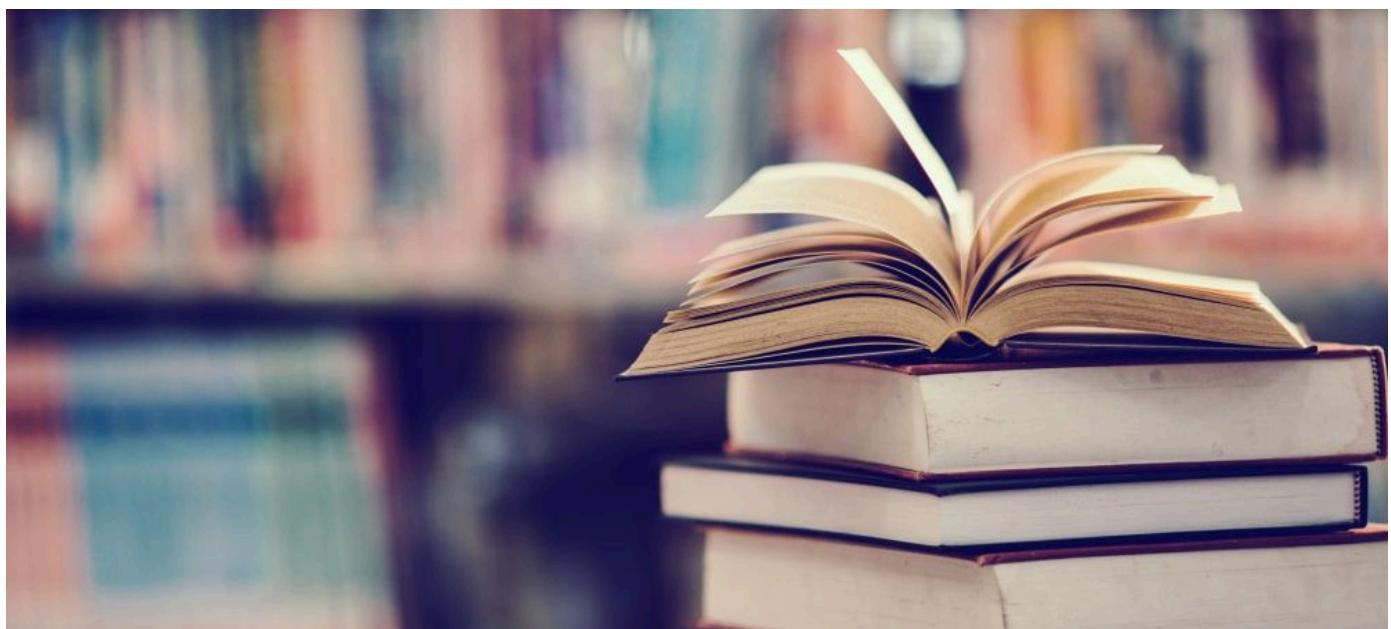
As datas

EL PROGRESO

ANO CASTELAO

Nace en Rianxo	1886
Licíciase en Medicina	1909
Consegue praza en Pontevedra e ingresa nas Irmandades da Fala	1916
Viaxe de estudos a Bretaña	1918
É elixido deputado en Cortes	1929
Nomeado académico de número da RAG	1931
Desterro a Badajoz	1932
Trasládase a Nova York	1933
Morre en Buenos Aires	1934
Os seus restos volven a Galicia	1936
Instálase unha estatua na rúa da Raíña polo centenario da revista Nós	1938
O Pleno do Concello aprobó o cambio de nome da rúa Castelao	1950
Actos no San Froilán polo centenario do seu nacemento	1980
	1984
	1986
	2020
	2025

A PAGE OF OUR OWN



Opening a new chapter

En Inglés rematamos o primeiro capítulo desta aventura. Foi un capítulo emocionante, cheo de novedades para moitos de vós: novos profes, novo formato de exames, novos compañeiros, etc. Estes meses serviron para asentar as bases que nos permitirán avanzar con máis confianza e ampliar os nosos coñecementos nos trimestres que están por vir.

Pero non vos relaxedes demasiado, porque o segundo trimestre vén cargado de novas aventuras: simulacros de exames Cambridge, teatro en inglés e inmersión lingüística. Non importa o curso no que esteades, xa hai algunha experiencia preparada para vós!

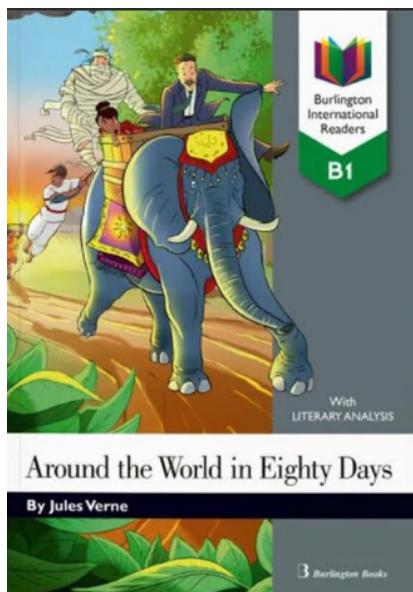
E como de capítulos vai a cousa, para todos os book lovers que queredes aproveitar o Nadal para avanzar nas vosas lecturas, deixámosvos a continuación as recomendacións de algúns alumnos e alumnas:

A PAGE OF OUR OWN

A.I.C. (1º ESO)

Around the World in Eighty Days, by Jules Verne

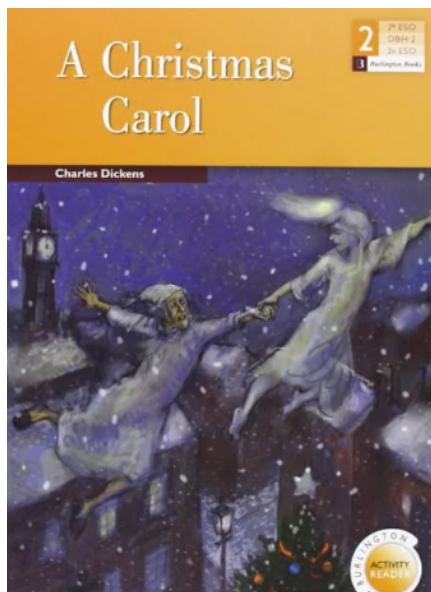
This novel is about an Englishman who makes a bet that he can travel around the world in 80 days. I like it because I love adventures and travelling, so for me it is a perfect combination. I would recommend this book to anyone who enjoys adventure stories.



M.Q.B. (2º ESO)

A Christmas Carol, by Charles Dickens

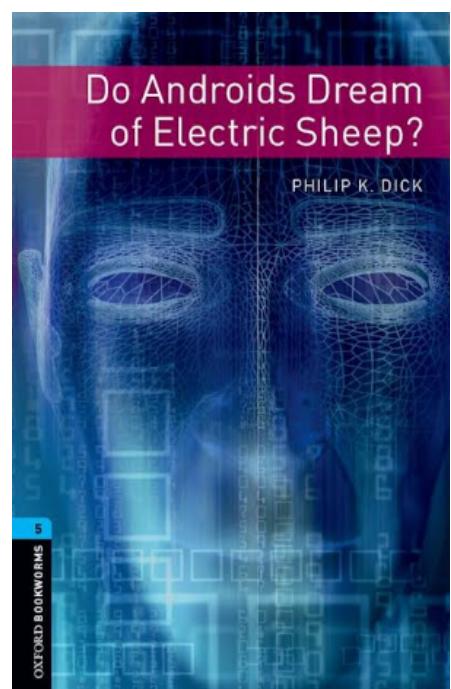
This novel is a classic. The story takes place at Christmas time in London, during the Victorian age. I recommend this book because it is interesting and teaches important life lessons that are good for everyone. For example, the protagonist, Mr Scrooge, learns that people are more important than money.



N.D.F. (3º ESO)

Do Androids Dream of Electric Sheep?, by Philip K. Dick

This novel is set in a post-apocalyptic future after a nuclear war. In my opinion, it is very interesting because it mixes action with reflections about what it means to be human and how technology affects our emotions. It made me think about how we treat others. I would recommend this book to readers who like science fiction with action, but also deep stories that make you think about empathy, morality and humanity.



O MANGA NA BIBLIOTECA DO SEMINARIO

POR A.L.G. (1º ESO B)

Na biblioteca do Seminario atópase unha Biblia, aínda que é moi normal atopar unha biblia nun centro relixioso, esta é especial, é moi diferente, xa que está escrita en versión manga.

Na "Casiña de Ler" tamén temos un libro deste estilo narrativo chamado **Naruto**, que é mais coñecido. O manga é unha narrativa moi visual que **orixinouse entre os séculos XII-XIII no Xapón**, e a súa característica más distintiva frente aos demais xéneros literarios é que se le de dereita a esquerda.

Quero facer referencia a unha frase que dixo Xesús no manga:

"Y la tierra fértil es el corazón de los que escuchan la palabra de Dios"

Interpreto que quere dicir, que os que seguen as ensinanzas de Deus poden facer boas accións.

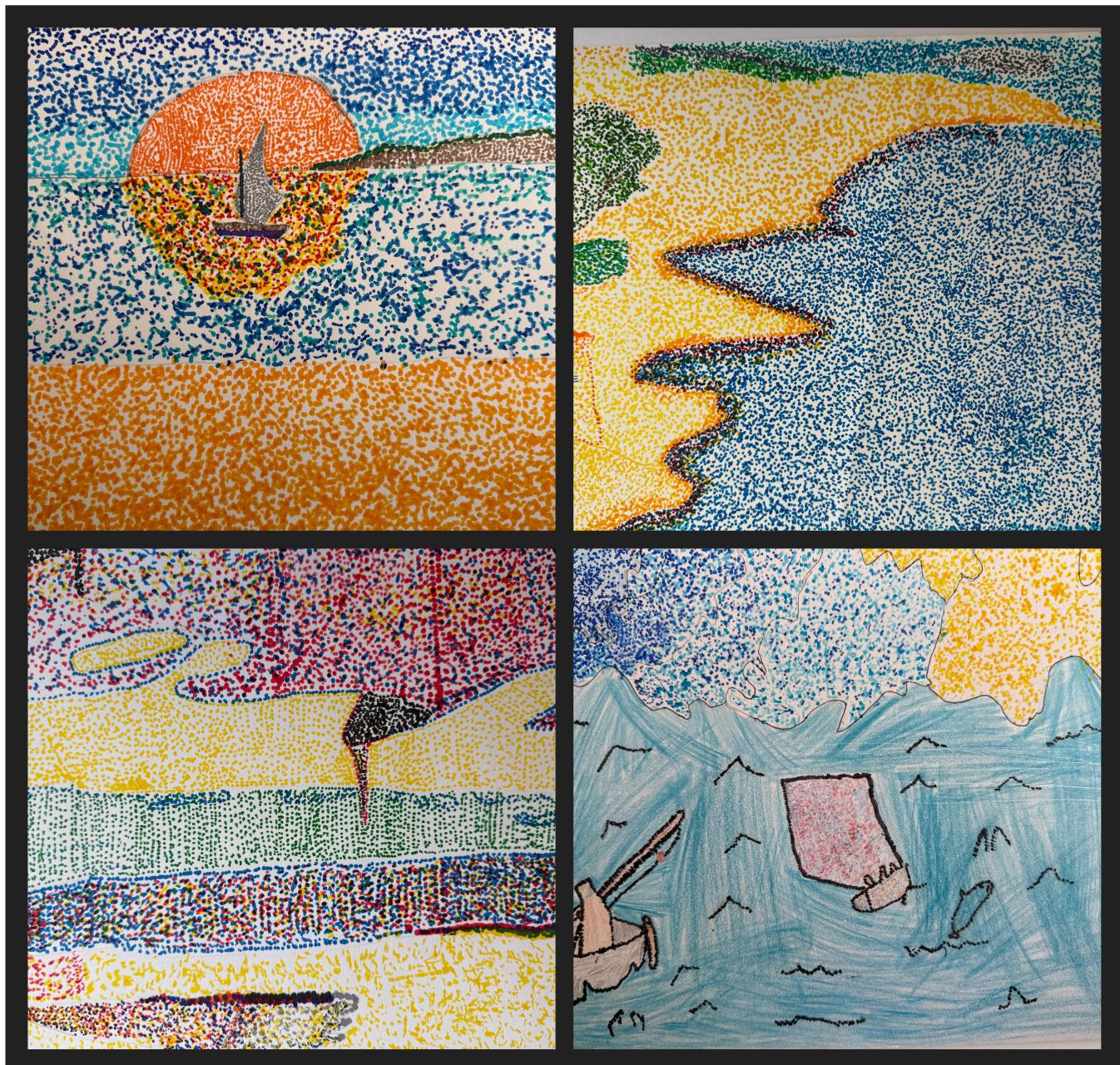
Polo que nas nosas mans está...

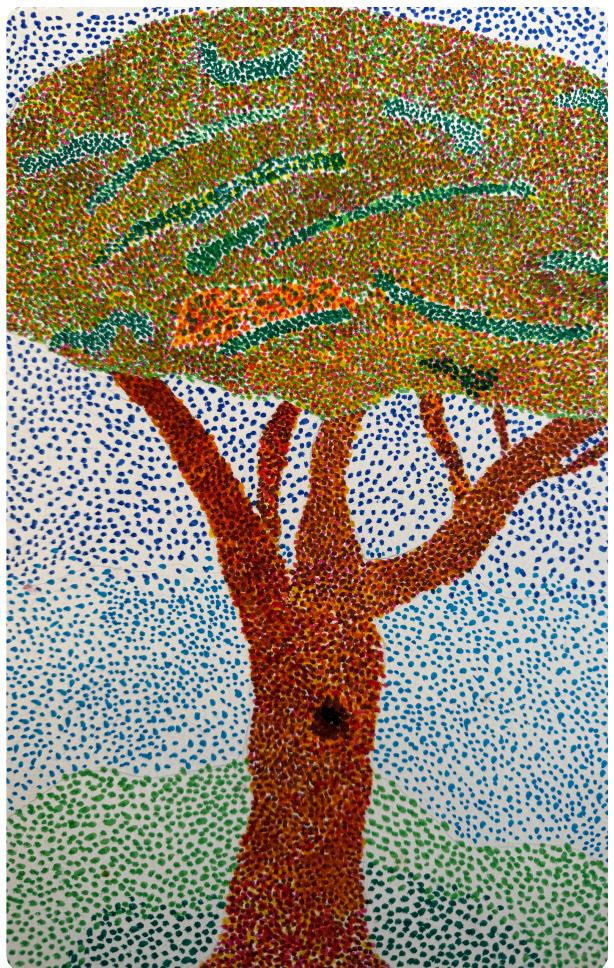
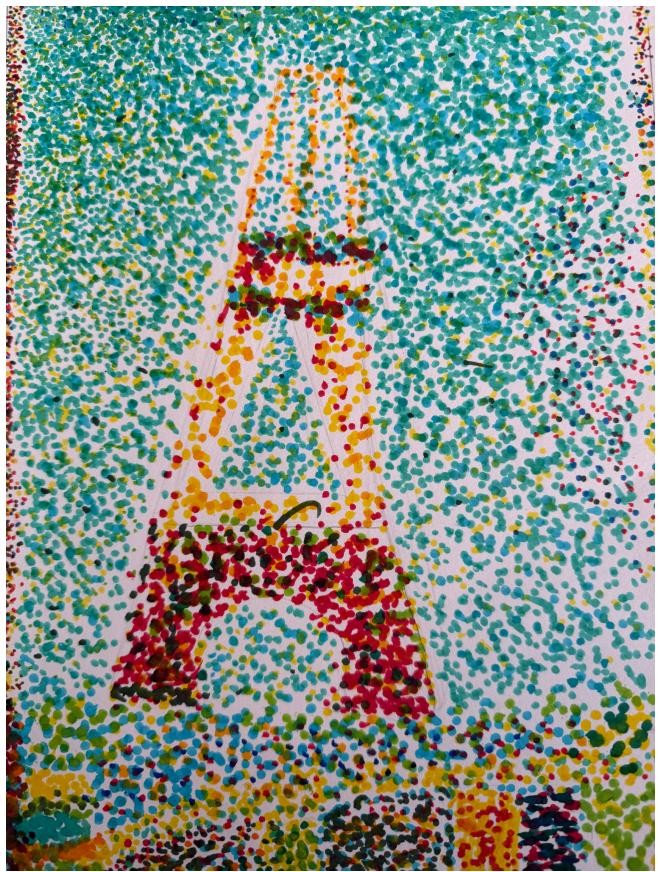


A nosa arte

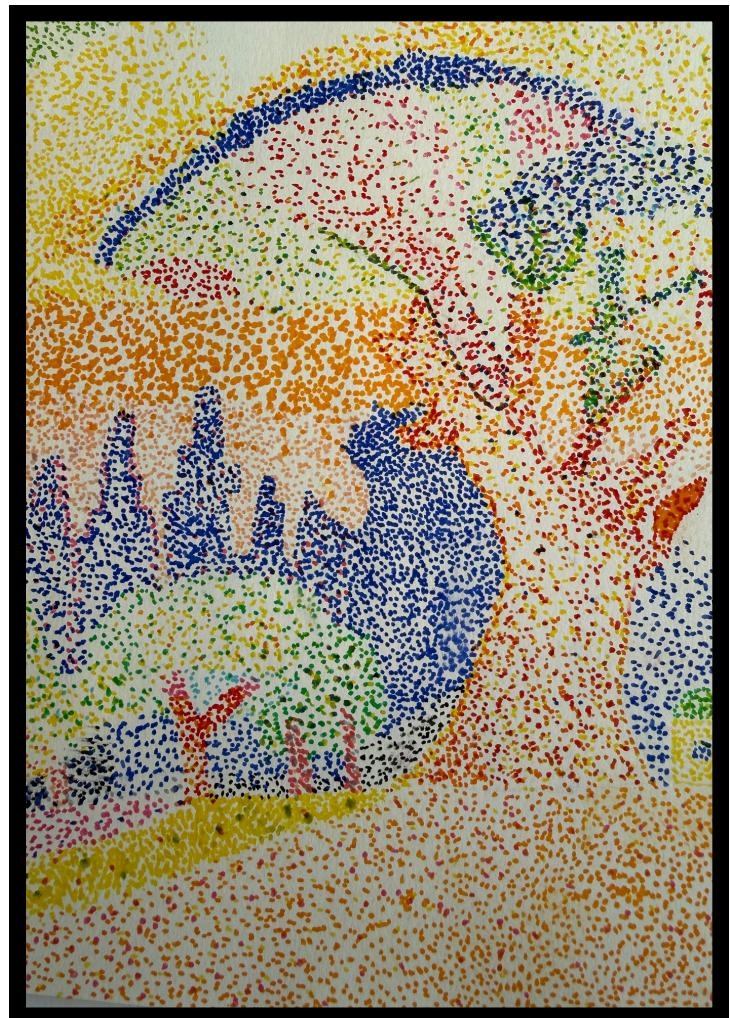
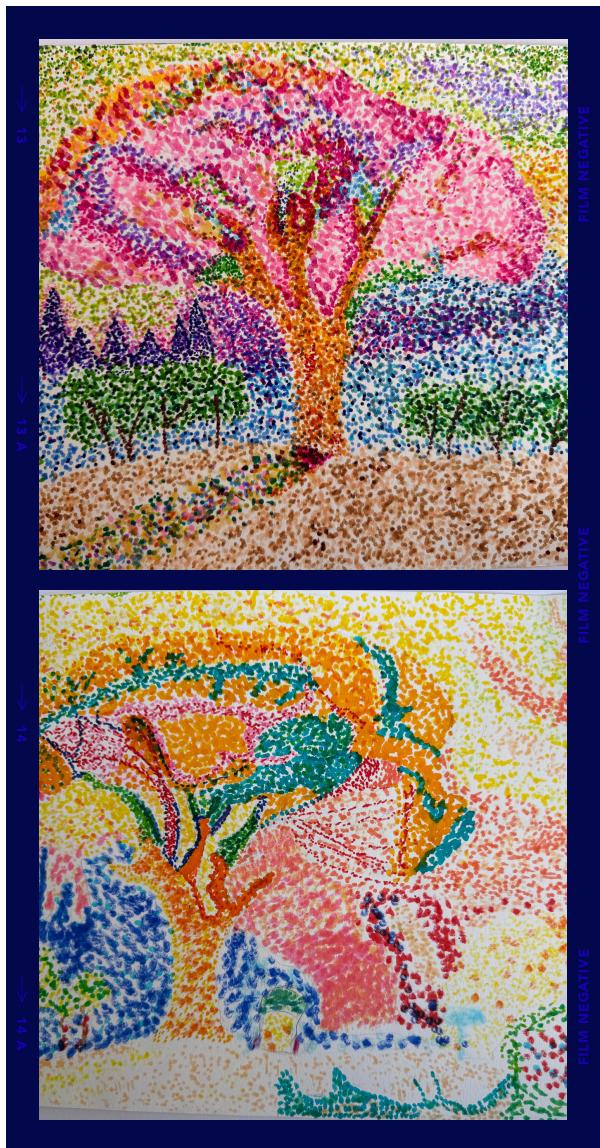
FOTOGRAFÍAS: EQUIPO DE COMUNICACIÓN

Cuadros realizados por los alumnos de 1º ESO siguiendo la técnica puntillista y tomando como referencia grandes artistas del Puntillismo.

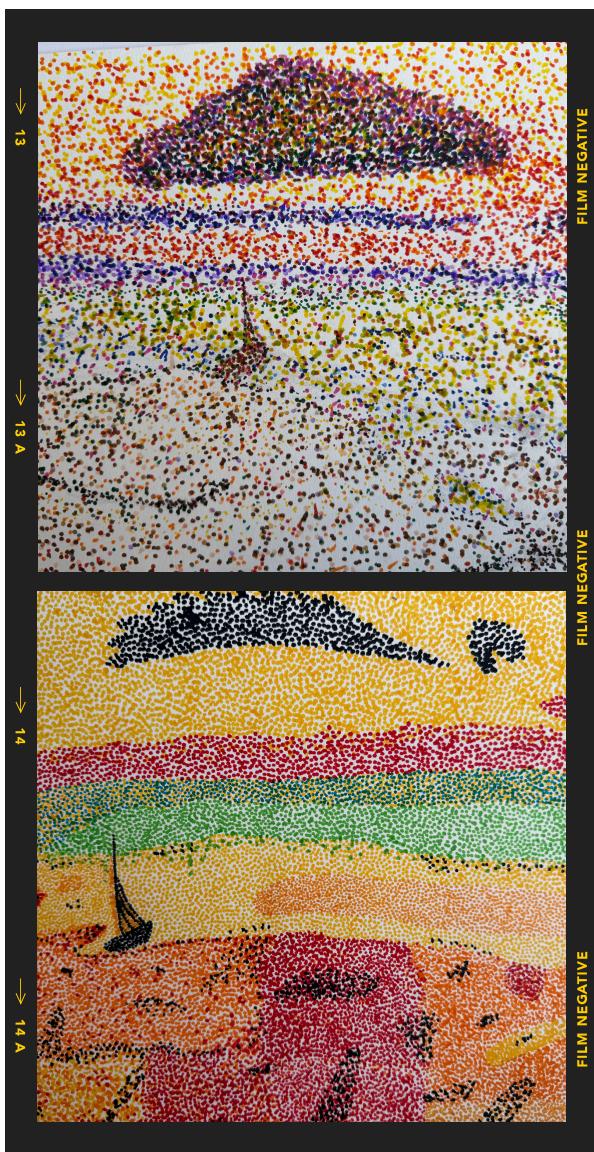




A Nosa Arte



A Nosa Arte



Apertura solemne do curso 2025-2026

FOTOGRAFÍAS: EQUIPO DE COMUNICACIÓN

O venres 3 de outubro, o Colexio Diocesano San Lorenzo celebrou a apertura do curso académico 2025-2026 nunha xornada marcada pola fe, a esperanza e a gratitud. Alumnado, familias, profesorado e membros da comunidade educativa vivimos unha tarde chea de emoción e compromiso compartido.

Na celebración da Eucaristía, presidida polo noso bispo D. Alfonso Carrasco, recordounos que Deus contempla a cada un de nós como fillo querido, confiándonos o coidado do mundo e chamándonos a cultivar un corazón dócil, libre e aberto ao ben, á verdade e ao amor. Durante a celebración, tamén se fixo memoria do noso compromiso coa vida académica e persoal, animando a toda a comunidade educativa a vivir este novo curso como unha oportunidade de crecemento integral.

Con esperanza e ilusión, encomendamos este novo curso ao Espírito Santo, confiando en que será un tempo de aprendizaxe, crecemento e vida compartida no amor de Deus.



Apertura solemne do curso 2025-2026



Na mesma xornada entregáronse as mencións académicas ao alumnado, recoñecendo o seu esforzo, dedicación e superación ao longo do pasado curso. Este recoñecemento reflectiu o compromiso do colexio por fomentar a excelencia académica en harmonía coa formación en valores.



Apertura solemne do curso 2025-2026

Expresamos a nosa profunda gratitud ás autoridades civís, eclesiásticas e académicas que nos acompañaron, así como ás familias polo seu apoio incondicional e ao noso coro, que inundou a celebración de beleza e solemnidade coa súa música.

Pechamos a xornada cun momento especial, brindis, pinchos e moitas conversas. A vosa presenza é a nosa maior alegría. A nosa Comunidade Educativa celebrou xunta o que somos e o que seremos, brindando polos éxitos que están por vir e por un curso inesquecible!

NESTAS PÁXINAS PODEN VERSE ALGUNHAS IMAXES DESTE ENCONTRO, QUE RECOLLEN O AMBIENTE DE FAMILIA E CELEBRACIÓN VIVIDO NESTA XORNADA



Apertura solemne do curso 2025-2026



Apertura solemne do curso 2025-2026



Apertura solemne do curso 2025-2026



Pastoral CDSL

Camiñando xuntos co lema «Ti vales»

FOTOGRAFÍAS: EQUIPO DE PASTORAL E COMUNICACIÓN

A Pastoral do noso cole é un espazo vivo que implica a toda a comunidade educativa. Todos formamos parte dun mesmo camiño no que educar non é só transmitir coñecementos, senón tamén acompañar, escutar e axudar a medrar como persoas. Un camiño que este curso se inspira no lema «Ti vales».



Desde a Revista Laurentina quixemos achegarnos a esta realidade da man dos propios alumnos. Aínda que nas actividades de Pastoral participa todo o colexio, nesta ocasión a entrevista céntrase no alumnado de 2º da ESO, que nos conta como viviron este primeiro trimestre.



Aprender a valorar o que nos rodea

M.C, A.B, S.B, M.F., I.B., P.C. e S.S. explícannos unha das primeiras actividades do curso: a elaboración dun mural en forma de paisaxe. Cada elemento: unha nube, unha árbore, o ceo... levaba asociada unha pregunta. Nela, os alumnos tiñan que escribir cousas que valoran, aquello que lles preocupa ou os motivos polos que se senten agradecidos.



Como eles mesmos contan, «foi unha actividade para parar e pensar no que temos ao noso arredor e que moitas veces non valoramos». Un exercicio sinxelo, pero cheo de significado, que invita a mirar a realidade con máis atención e agradecemento.



Redes sociais: uso responsable e con sentido

C.V., S.B. e S.S. lembran tamén a actividade realizada en colaboración con Lifeteen, actividade centrada na influencia das redes sociais na mocidade. Nela reflexionaron sobre o que está sobrevalorado e infravalorado e falaron de que cousas cambiarían das redes sociais.



S.S. cóntanos que «foi unha actividade entretida e interesante», aínda que deixa claro que non defende o uso excesivo das redes. Ela utilízaas con moderación, sobre todo para ver tutoriais de manualidades ou vídeos de apoio ao estudo, pero é consciente dos riscos que implican. S.S. coincide con esta visión e afirma que «as redes están ben para informarse e aprender cousas, pero non te podes fiar de todo o que ves», lembrando problemas como a adicción, o ciberacoso, as noticias falsas ou o postoreo. Unha reflexión madura que amosa o valor educativo destas propostas de Pastoral.

Preparando o Nadal con ilusión

Coa chegada do Advento, o colexio encheuse de cor, creatividade e traballo en equipo. P.C. e I.B. explícannos como se organizaron para decorar o colexio. Divididos en grupos, os alumnos encargáronse de distintos espazos para crear un ambiente acolledor e cheo de espírito navideño.



Pastoral CDSL



Para P.C., «o Advento é un tempo para prepararnos para que naza o Neno Xesús, pero tamén para tentar mellorar como persoas e axudar aos demais. Na Celebración da Eucaristía de Advento presentáronnos unha iniciativa moi especial; déronnos unha tarxeta persoal co lema “Ti vales”, que anima ao alumnado a realizar boas accións no seu día a día. A tarxeta conta con sete espazos que se van completando cun selo que coloca o equipo de Pastoral cada vez que se recoñece un xesto de axuda, participación ou compromiso. Unha vez acadado o quinto selo, recibimos un pequeno agasallo, non como unha recompensa, senón como un recoñecemento ao esforzo persoal e ao compromiso por facer o ben. A iniciativa complétase ao chegar aos sete selos, reforzando a idea de que cada acción conta e de que todos temos capacidade para mellorar».



SEMBRADORES DE ESTRELAS



DATA: VENRES 12-12-2025

HORARIO: DE 17:30 A 18:30 H

LUGAR: PRAZA MAIOR DE LUGO.

RECOLLIDA: COLEXIO DIOCESANO A MILAGROSA

NECESARIA INSCRIPCIÓN PARA DITA ACTIVIDADE



Cantar tamén é rezar

M.C. e C.V. forman parte do coro do cole, unha actividade que viven con moita ilusión. M. leva xa dous anos no coro e destaca o bo ambiente que se crea nos ensaios. Para ela, cantar convértese nunha maneira especial de participar e de expresar a fe. M.C. e C.V. anímanos a formar parte do coro ao longo do curso.

M.C. invítanos a pinchar neste enlace para escutar a súa canción favorita “No tengo miedo”.

https://www.youtube.com/watch?v=RUTx1_rqqA

C.V. explícanos que este trimestre, o coro estivo preparando con especial ilusión unha actividade moi significativa: “Sembradores de Estrelas”. «O 12 de decembro, o alumnado dos centros da Fundación NITES xuntámonos para levar o espírito do Nadal polas rúas da cidade, cantando panxoliñas e compartindo alegría con todas as persoas que atopamos polo camiño. Como elas mesmas din, «non importa que faga frío, porque imos preparadas para levar o Nadal a toda a cidade».



Un Nadal que se constrúe entre todos

M.F. e I.B. tamén nos contan que lles encanta decorar as aulas para o Nadal. M.F. ten unha idea moi especial para o concurso: «facer un boneco de neve con plástico reciclado». Como cada curso este ano tamén participamos no concurso de decortación de Nadal e de venta de manualidades. Este concurso apostá pola creatividade e polo coidado da creación, elaborando manualidades con materiais reciclados. O xurado pasará polas aulas o día 19 para valorar o ambiente navideño, o uso de materiais reciclados e a presenza de elementos propios destas datas: coroas de Advento, campás, portavelas e representacións manuais do nacemento do Neno Xesús coa Virxe e San Xosé.

Audicións do alumnado sobre o Advento

Na páxina da Diocese de Lugo podes escutar unhas pequenas audicións explicando que significa o Advento para eles e coñecer as súas reflexións más persoais seguindo este enlace:

<https://www.diocesisdelugo.org/adviento-en-el-san-lorenzo-nites/>

A través das palabras destes rapaces descubrimos que a Pastoral non é só un conxunto de actividades, senón unha maneira de vivir no colexio: con compromiso, reflexión, ilusión e alegria. Un camiño que percorremos xuntos, lembrando que cada persoa importa, cada xesto conta e que, de verdade, todos valemos.

O magosto

Convivencia e tradición

FOTOGRAFÍAS: EQUIPO DE COMUNICACIÓN

No cole celebramos o Magosto! Xuntos gozamos das castañas, dos xogos e do auténtico espírito do outono, que encheu o patio de risas, encontro e amizade. Foi unha xornada para compartir, convivir e achegarnos ás nosas tradicións populares, vivíndoas con alegría e ilusión. Un día especial para lembrar que as tradicións tamén se aprenden e se celebran en comunidade.



O magosto



Clases sen fume

Aprendendo a coidar da saúde

FOTOGRAFÍAS: EQUIPO DE COMUNICACIÓN



O alumnado de 1º e 2º da ESO participa no programa educativo "Clases sen fume", programa organizado pola Consellería de Sanidade da Xunta de Galicia, coa colaboración da Consellería de Educación e da Dirección Xeral de Xuventude. O seu obxectivo é previr o inicio do consumo de tabaco nestas idades.

Isabel, é enfermeira e traballa na Consellería de Sanidade. Isabel impartiunos unha charla sobre os riscos do tabaco, dos vapers e dos cigarros sen combustión. Tras a sesión, os alumnos reflexionaron en clase sobre o aprendido e compartiron as súas conclusóns. Comprenderon que fumar prexudica non só a quen o consume, senón tamén ás persoas do seu redor, os chamados fumadores pasivos, e que a prevención e a información son ferramentas fundamentais para tomar decisións saudables.

"É importante aprender agora para tomar decisións saudables no futuro".
C.Á.V.

Presentamos as ideas e observacións dos alumnos, recollendo as voces do grupo de 1º ESO-A:

Que leva o tabaco e por que é perigoso?

Según L.O.P. e A.I.C., o tabaco contén máis de 4.000 substancias, das cales arredor de 200 son nocivas. Cada vez que se fuma, estas substancias entran no corpo, provocando efectos visibles e tamén internos.

D.C.L. engadiu que os cigarros sen combustión poden ser aínda máis adictivos que os tradicionais, e que os vapers, a pesar de ter sabores atractivos, conteñen ata tres veces máis nicotina e outras substancias nocivas.

"Cada vez que se fuma, introducimos substancias nocivas no corpo que afectan á saúde de inmediato". L.O.P. e A.I.C.

S.P.L., destacou que a idade de inicio no consumo do tabaco adoita ser arredor dos 12 anos, e que, nesa franxa, as rapazas fuman máis ca os rapaces. Por iso a actividade céntrase en 1º e 2º de ESO, para actuar antes de que apareza o hábito.

clases sen fume



Consecuencias visibles na saúde

N.V.M. explicou que fumar deixa sinais visibles: partículas amarelas nas uñas e nos dedos que permanecen moito tempo e poden afectar á imaxe persoal e á vida laboral.

S.P.L. destacou tamén que moitos compoñentes do tabaco proceden de derivados do petróleo, e que incluso fumar só catro cigarros diarios provoca danos moi prexudiciais.

J.Q.H. desmontou un mito: deixar de fumar non engorda. Simplemente recuperas o gusto polos alimentos e pode aumentar o apetito ou a ansiedade por comer, pero iso non implica necesariamente un aumento de peso.

"Deixar de fumar non significa engordar; simplemente notas máis o sabor dos alimentos".

J.Q.H.





Mensaxe final

Os alumnos de 1º ESO e 2º ESO destacan a importancia desta actividade e agradecen a Isabel e ao profesorado a oportunidade de aprender dunha forma tan completa e práctica.

Esta xornada non só serviu para reflexionar sobre os perigos do tabaco, senón tamén para fomentar a creatividade, o pensamento crítico e a responsabilidade persoal entre os más novos do centro.

Conclúen eles mesmos:

“Non hai ningunha razón real para fumar. Coidar da saúde é a mellor elección.”

Celebrando el Primer Domingo de Adviento y el Día de la Familia

FOTOGRAFÍAS: EQUIPO DE COMUNICACIÓN



El domingo 30 de noviembre vivimos en el colegio una jornada doblemente significativa: celebramos juntos el Día de la Familia y dimos inicio al Adviento, tiempo de espera y preparación para la Navidad.

La coincidencia de ambas celebraciones nos regaló un marco inmejorable para reflexionar sobre la luz, la presencia y el valor que cada uno de nosotros aporta a nuestra comunidad educativa.

Encendiendo la primera vela: el mensaje de Don David

Durante la celebración de la Eucaristía, presidida por Don David, dedicamos un momento especial a la bendición y al encendido del primer cirio de la Corona de Adviento.

En su mensaje, Don David nos invitó a imaginar la noche, recordándonos una verdad sencilla y profunda: basta una pequeña llama para que la oscuridad comience a desaparecer. Esa luz simboliza a Cristo, cuya llegada al mundo nos recuerda que, para vencer la “oscuridad” de las prisas, el cansancio o las distracciones diarias, solo necesitamos una luz interior encendida. La llamada fue clara y compartida por todos: “seamos luz allí donde estemos”.

Pastoral CDSL





Tú Vales": Una Llamada a estar despiertos

Conectando con el lema de este curso: "Tú vales", Don David profundizó en el Evangelio del día; Jesús nos dice: "Estad preparados". Una invitación a despertar, a centrarnos y a vivir el Adviento conscientemente, estando presentes y viendo lo que pasa a nuestro alrededor. El verdadero significado de la espera es que Dios viene, y nuestro valor reside en lo que somos y hacemos.

Compartir la mesa: signo de comunidad

Tras la celebración de la Eucaristía, compartimos la comida.

Las familias transformaron el comedor en una hermosa muestra de generosidad y creatividad: empanadas con diseños especiales, toda clase de tortillas, lacón, lomo, entre otros, y una gran variedad de postres, cada cual más rico.

La mesa compartida se convirtió en un signo concreto de lo que Don David nos había recordado: cada uno estuvo presente con lo que es, con lo que vive y con sus acciones. Fue el ejemplo perfecto de cómo se vive el Adviento en la vida diaria: estar atentos, presentes y dejar que brille la luz que cada uno somos.

Gracias a todas las familias por hacer de este día un inicio de Adviento cálido, cercano y luminoso.

Pastoral CDSL



Pastoral CDSL



Pastoral CDSL



Una Navidad que nace en el corazón

FOTOGRAFÍAS: EQUIPO DE COMUNICACIÓN



Bendecir: El lenguaje que transforma

Hay días que se guardan en la memoria no por lo que hacemos, sino por lo que sentimos. El pasado 19 de diciembre fue uno de esos días. Mientras el primer trimestre llegaba a su fin, en nuestro colegio se encendía una luz diferente, la que nos recordaba que, hace 2025 años, Dios decidió hacerse pequeño y vulnerable para mostrarnos, simplemente, cuánto nos quiere.

Aunque nuestro Belén nos recibía a la entrada del centro, fue en la intimidad de la capilla donde nos reunimos para dar comienzo la jornada. Al no caber todos en el vestíbulo, la distancia física se acortó en la oración. Don David nos invitó a redescubrir el significado profundo de la palabra bendecir. Del latín *benedicere*, bendecir es, literalmente, “decir bien”. Es el acto de hablar y desear el bien, reconociendo el valor infinito de quien tenemos al lado y entregando esperanza.

Al bendecir nuestro Nacimiento desde la capilla, “dijimos bien” de la vida y de ese Misterio que el escritor C.S. Lewis describió magistralmente: “Hubo una vez en nuestro mundo un establo que contenía algo que era más grande que todo nuestro mundo”.

Ese Niño, aparentemente frágil, es todo lo que necesitamos. En Él residen la paz, la alegría y la esperanza que tanto buscamos.

La Navidad brota en los gestos pequeños



Un colegio que late en la ciudad

Nuestra fe se hizo vida en la Calle de la Reina, compartiendo con nuestros vecinos el orgullo de nuestra identidad:

-Creatividad Solidaria: Nuestras manualidades recicladas se convirtieron en ayuda real para Cáritas Diocesana. Cada detalle fue un gesto de amor hacia los más necesitados.

-Voces de Esperanza: El coro del colegio regaló villancicos a los viandantes. Fue el recordatorio perfecto de que la Navidad es una noticia que se canta con el alma y que la fe, cuando es compartida con alegría, llega mucho más lejos.



La Navidad brota en los gestos pequeños



¿Dónde buscamos al Señor?

El corazón espiritual de nuestra jornada se trasladó a la Iglesia de A Nova. Don Dani nos regaló una homilía que fue, a la vez, caricia y desafío. Nos invitó a detenernos y preguntarnos qué es lo que realmente buscamos cuando buscamos la felicidad.

A veces nos esforzamos en los estudios buscando un futuro, o buscamos la paz en el amor y la familia, pero sentimos que la vida puede volverse monótona. Don Dani nos recordó que la verdadera alegría necesita "un punto más". La paz, la humildad y el amor nacieron en un establo, sin hacer ruido, y hoy el Señor sigue naciendo en los lugares que solemos pasar por alto: "Lo encuentras cada día: en la noche en la que tu madre o tu padre se preocupa por ti, en el 'te quiero' que das o recibes, en la gente con la que convives o en el necesitado que encuentras en la calle. Ahí está lo que realmente buscas".

Fue una llamada a hacer una pausa necesaria. La alegría no está fuera, en las luces o el ruido; está dentro, en el pesebre de nuestro propio corazón. Es allí donde el Señor nace cada Navidad a través de las pequeñas cosas que nos hacen grandes: un abrazo, un propósito de cambio, un gesto de ayuda.



La Navidad brota en los gestos pequeños

El broche de la ilusión

No faltaron las sonrisas y abrazos al reconocer el esfuerzo de nuestros alumnos en el concurso de manualidades. ¡Felicidades a los premiados por demostrarnos que el arte y los valores caminan de la mano!

Primer premio: 3º ESO

Segundo premio: 2º ESO

Tercer premio: 2º BAC-B



Queridas familias, al cerrar esta primera edición de Laurentina, os dejamos con la pregunta que Don Dani sembró en nosotros: ¿Dónde buscamos nosotros al Señor? Que en estas fiestas vuestro mejor regalo sea practicar el arte de “decir bien” de los demás y encontrar a Jesús en la sencillez de vuestro hogar. Que, como ocurrió en aquel establo, vuestro corazón sea capaz de albergar este año algo mucho más grande que el mundo entero. ¡Feliz y Santa Navidad a todos!

Emergencias Sanitarias: una formación para salvar vidas

FOTOGRAFÍAS: EQUIPO DE COMUNICACIÓN



En el Colegio Diocesano San Lorenzo sentimos cada día que formamos una verdadera familia, unida por la ilusión de aprender y por el deseo de servir a los demás. Acompañamos a nuestros alumnos no solo en el estudio, sino también en su vocación de cuidar y proteger la vida de quienes nos rodean.

Un año más, el ciclo de Emergencias Sanitarias vuelve a mostrar la dedicación y el compromiso de nuestros alumnos: el 100 % de quienes realizaron las prácticas este trimestre las ha superado con éxito. Todos ellos se encuentran ya tramitando su titulación oficial, preparados para poner su vocación al servicio de los demás.

Pero detrás de cada logro hay personas con historias llenas de esfuerzo, sacrificio y vocación. Jonathan, Silvia y Rafael son un ejemplo claro de cómo la entrega, la constancia y la pasión por ayudar a los demás hacen posible lo que parecía un sueño lejano.



“Es muy satisfactorio saber que con tu trabajo puedes salvar vidas”

Un Sueño de infancia hecho realidad

J.C.J. siempre supo que su destino estaba en el ámbito de las emergencias sanitarias. A pesar de estar trabajando con maquinaria agrícola, nunca perdió de vista su verdadera vocación. Por eso, decidió inscribirse en el ciclo de estudios a distancia, aprovechando las noches y sus momentos libres para aprender.

«Lo que más valoré fue el ambiente tan positivo y el apoyo recibido en las tutorías durante estos dos años. Me ayudaron enormemente a organizarme y a seguir avanzando», nos comaparte J.C.J.

«Es muy gratificante saber que, a través de tu trabajo, puedes salvar vidas», añade con entusiasmo.

Realizó sus prácticas en el 061 de Lugo. Todavía recuerda con emoción su graduación en junio, cuando recibió su banda. Actualmente, se encuentra en proceso de obtener el carné C1 para conducir ambulancias y unirse lo antes posible al servicio de quienes más lo necesitan.



La importancia de la formación continua

S.G.P. ya trabajaba como auxiliar de enfermería en Monforte, pero sentía la necesidad de seguir formándose para cumplir su verdadero deseo: desarrollarse profesionalmente en el mundo de las ambulancias. Compaginar estudio y trabajo no fue fácil, pero con constancia lo logró.

«El uso del aula virtual, el material didáctico y la planificación de mis estudios me permitieron organizarme y avanzar con seguridad en la formación», explica S.G.P.

Realizó sus prácticas en la base de Quiroga y tiene un objetivo muy claro: llegar al 061.



Una vida de experiencia con respaldo oficial

La historia de R.F.A. es especialmente inspiradora. Tras 23 años trabajando en el 061 de Quiroga, decidió que era el momento de obtener la titulación oficial que acreditara toda su experiencia profesional.

«Casi siempre somos los primeros en llegar, y nunca sabes cada vez que sales qué te vas a encontrar, pero siempre merece la pena ayudar a salvar vidas», explica R.F.A.

«Merece la pena el esfuerzo», añade alguien que sabe bien que en esta profesión llegar primero y ayudar a los demás es la mayor recompensa.

Su paso por el Colegio ha sido tan positivo que no dudó en recomendar nuestro cole a varios compañeros, que hoy también se están formando con nosotros en el ciclo de emergencias sanitarias a distancia.

**«Cada vez que sales en ambulancia
sabes que puedes marcar la
diferencia y salvar vidas, y eso hace
que todo el esfuerzo merezca la
pena»**

EMERGENCIAS SANITARIAS



Alumnado del primer curso de Emergencias Sanitarias durante los exámenes de diciembre

Primer trimestre: primera meta superada

La imagen que acompaña este artículo refleja un momento muy importante: los exámenes del primer trimestre. Las calificaciones ya se han publicado y, aunque ha habido resultados diversos, el esfuerzo y la dedicación de todo el alumnado merece un sincero reconocimiento.

Cada paso que dan los alumnos los acerca a su meta y al compromiso de servir a los demás. En el Colegio Diocesano San Lorenzo, acompañamos a cada alumno en su camino, apoyando y celebrando cada logro, porque juntos seguimos formando profesionales con verdadera vocación de servicio.

Un Viaje al Pasado para el alumnado del Módulo de Guía de Baja y Media Montaña

POR EQUIPO DE COMUNICACIÓN
FOTOGRAFÍAS: EQUIPO DE COMUNICACIÓN



En octubre, alumnos del módulo de Guía de Baja y Media Montaña realizaron una salida formativa al Castro de Viladonga, uno de los yacimientos arqueológicos más representativos de la cultura castrexa en Galicia. La actividad permitió a los estudiantes conectar el patrimonio natural con el histórico, ambos pilares fundamentales en el desempeño de un guía.

Durante la visita las alumnas y alumnos recorrieron las distintas áreas del castro, observando de primera mano la estructura defensiva formada por murallas y fosos.

CICLOS DEPORTIVOS



"Los estudiantes analizaron el entorno natural que rodea el yacimiento, reflexionando sobre aspectos clave para la conducción de grupos."

Tras conocer la fortificación, visitaron el museo, donde pudieron ver piezas originales encontradas en las excavaciones: cerámicas, herramientas, adornos y restos de la vida cotidiana de los castrexos. Esta visita permitió contextualizar lo observado en el castro y reforzó la importancia de la conservación y puesta en valor del patrimonio cultural.

Además del componente histórico, la salida tuvo un claro enfoque formativo. Pues los estudiantes analizaron el entorno natural que rodea el yacimiento, reflexionando sobre aspectos clave para la conducción de grupos: planificación de rutas, interpretación del paisaje, gestión del tiempo y medidas de seguridad. La jornada se convirtió así en un ejercicio práctico que combina cultura, naturaleza y técnicas de guiado.



Aventura subterránea

POR EQUIPO DE COMUNICACIÓN
FOTOGRAFÍAS: EQUIPO DE COMUNICACIÓN



El pasado mes, el alumnado del módulo de Maniobras con Cuerdas realizó una salida formativa a la cueva del Rei Cintolo, situada en Mondoñedo, la cavidad más extensa de Galicia y uno de los enclaves más importantes para la práctica de la espeleología. La visita no solo permitió explorar una cueva, sino que también sirvió para poner en práctica técnicas de progresión aprendidas en el aula.

Además, las alumnas y alumnos observaron diferentes formaciones geológicas propias de las cuevas: stalactitas, stalagmitas, coladas y columnas que han tardado miles de años en formarse. También han podido ver diferentes especies de animales que habitan en galerías, como los murciélagos.



Por otra parte, para conocer las galerías han tenido que superar gateras, pasos estrechos y laminadores, recurriendo a técnicas de progresión horizontal basadas en reptar, gatear y caminar de cuclillas.

Aparte del aprendizaje técnico los estudiantes pudieron comprender la importancia del respeto por el medio subterráneo, un ecosistema frágil donde cada paso debe darse con responsabilidad.



Ruta ecológica por el río Rato. Voz Natura y educación medioambiental

FOTOGRAFÍAS: EQUIPO DE COMUNICACIÓN



El alumnado de 1º y 2º de ESO participó en una ruta ecológica por los alrededores del río Rato, una actividad pensada para conocer de primera mano la importancia del cuidado del medio ambiente y aplicar conceptos de sostenibilidad en un entorno real. La jornada fue guiada por los estudiantes del Ciclo Medio de Guía en el Medio Natural, quienes realizaron las labores de organización y guiado de las actividades.

A lo largo del recorrido, los participantes realizaron diversas actividades ambientales. Comenzaron con una recogida y clasificación de residuos orgánicos, plásticos y papel, mientras aprendían cuánto tarda cada material en descomponerse en la naturaleza. Más adelante, identificaron especies de flora invasora, así como plantas y hierbas medicinales propias de la zona.



Educación medioambiental





“Comenzaron con una recogida y clasificación de residuos orgánicos, plásticos y papel, mientras aprendían cuánto tarda cada material en descomponerse en la naturaleza”

Otro de los retos consistió en reconocer sonidos naturales y artificiales, reflexionando sobre cómo la contaminación acústica afecta a la fauna local. Además, se dedicó tiempo a la observación e identificación de animales del entorno, clasificando su papel dentro de la cadena trófica y comprendiendo la importancia de la polinización en el equilibrio del ecosistema.

La actividad resultó no solo formativa, sino también motivadora, fomentando el respeto por la naturaleza y el trabajo colaborativo entre alumnado de distintos niveles educativos. Sin duda, una experiencia que dejó huella y que promueve una convivencia más consciente con nuestro entorno.



¡Ven a conocernos!

Visita nuestras aulas, conoce nuestras instalaciones y a nuestro equipo docente. Una oportunidad para vivir de cerca la experiencia del Colegio Diocesano San Lorenzo. ¡Te esperamos!

CONSTRUYENDO FUTURO JUNTOS

COLEGIO DIOCESANO SAN LORENZO

PUERTAS ABIERTAS CURSO 2026-27

FECHAS

Martes

ENERO

27

a las 17:00 horas

Martes

FEBRERO

10

a las 17:00 horas

Martes

FEBRERO

24

a las 17:00 horas



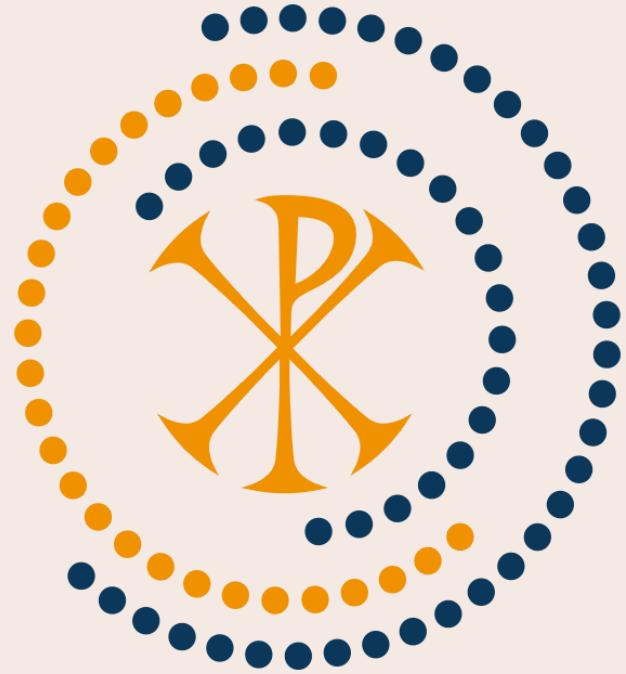
www.colegiodiocesanosanlorenzo.org



982 22 01 00



colegiodiocesanosanlorenzo



FUNDACIÓN NITES