TOMO XIII · BILANG I · DISYEMBRE 2025 – PEBRERO 2026
Ang Opisyal na Pahayagan sa Filipino ng Mataas na Paaralang Pang-Agham ng Las Piñas · Dibisyon ng Las Piñas · Rehiyon NCR

# ANG PAHAM

*Papel ng Katotohanan. Tinta ng Katapatan.*

Rehiyon *USHAT ikinasa na sa NCR,*

## Awtomatikong pagtanggap sa Top 3 ng public schools, aalisin na

ANEZA **DIMACULANGAN,** ASIA **MASANGKAY,** & SHAYNE **ORAY**

**Tuluyan nang ititigil ang dating patakaran na nagbibigay ng awtomatikong slot sa Top 3 mag-aaral mula sa mga pampublikong elementarya para makapasok sa mga pampublikong science high school sa Metro Manila.**

Sa ilalim ng bagong polisiya ng Department of Education (DepEd), kinakailangan nang makapasa ang lahat ng aplikante sa Unified Science High School Admissions Test (USHAT) at sa itinakdang panayam upang maging kwalipikado sa pagpasok sa ikapitong baitang.

Bahagi ito ng ipinatutupad na Unified Science High School Admissions para sa Taong Panuruan 2026–2027, kung saan maaaring pumili ang bawat aplikante ng isa hanggang limang science high school campus sa ilalim ng iisang aplikasyon.

Layunin ng sistemang ito na pag-isahin at pabilisin ang proseso ng pagpapatala sa mga science high school sa Metro Manila upang matugunan ang hamon ng pagkakaroon ng iba't ibang proseso ng pagtanggap at pagpasa ng maraming aplikasyon.

Sa kabila ng mas pinadaling proseso ng aplikasyon, nagpahayag ng pangamba ang ilang aplikante hinggil sa mas maigting na kompetisyon dulot ng pinagsamang sistema.

Ituloy sa **PAHINA 03**

MGA NILALAMAN

balita 02
Bagong Sistema: Trimester School Calendar

opinyon 05
Pinanday sa... Pagkukulang?

lathalain 09
Tintang Walang Katapusan

ag-tek 13
Kalinga ng Kalikasan

**I-SCAN ANG QR CODE!**
upang ma-access ang FB page ng **ANG PAHAM.**

Dibuho | **Riyanna Dacasin**

Paaralan

# BAGONG TAHANAN

## Pagpapatayo ng bagong gusali sa LPSci, inihahanda na

AKI **HERNANDEZ** & SHAYNE **ORAY**

**Pinaghahandaan na ang pagpapatayo ng dalawang bagong gusali sa Las Piñas City National Science High School (LPSci) bilang tugon sa kakulangan ng ilang pasilidad na nararanasan ng mga mag-aaral at guro.**

Sa isang panayam noong Pebrero, kinumpirma ni Gng. Eleanor Honrales, punongguro ng paaralan, na balak umpisahan ang pagpapatayo ng naturang gusali bago magsimula ang paparating na taong panuruan.

"Sigurado na ang pagpapatayo ng gusali dahil naikasa na ang proposal at ginagawa na rin ang site checking. Ngayon, naghihintay na lang ng paglabas ng pondo mula sa Villar Foundation," aniya.

Noong 2024, pinondohan din ng Villar Foundation ang pagpapatayo ng multipurpose court, storage room, at pagpapaayos ng school canteen at Junior High School faculty.

Planong itayo ang dalawang gusali sa kasalukuyang garden area ng paaralan at inaasahan na ang mga ito ay may tig-apat na palapag.

Inaasahan ng punongguro na makatutulong ang pagpapatayo ng mga gusaling ito upang mas maayos na matugunan ang pangangailangan sa espasyo ng mga mag-aaral at guro ng paaralan.

"Kung magagawa ang new building, new opportunity [ito] for students at mas marami ang maa-accommodate. Especially science at ICT laboratories and extracurricular activities," dagdag pa ni Gng. Honrales.

### KASALUKUYANG HAMON

Naging kapansin-pansin ang kakulangan sa pasilidad nang ilipat ang Senior High School (SHS) ICT Laboratory sa dating opisina ng punongguro, na may limitadong espasyo kaya hindi na ito nagagamit ng mga mag-aaral sa klase.

Tugon ito ng paaralan sa pagdami ng mga guro, kung saan kinailangang gawing faculty room ang isang silid-aralan, habang ginawa namang silid-aralan ang dating ICT laboratory bilang kapalit nito.

Isinalaysay ni Gng. Mary Jane Vinasoy, isang guro mula sa ika-12 baitang, na naging hadlang ang pagbabagong ito sa kanyang asignaturang Empowerment Technologies.

"Syempre nahirapan ako that time, kasi 'di ba may practical activity [ang grade 12 students]. Mayroong ibang students na walang laptop, 'yong iba mayroon," paglalahad niya.

Dagdag pa niya, dahil mas maliit ang espasyo sa bagong ICT Laboratory, hindi na kasya rito ang karaniwang 30 hanggang 40 mag-aaral sa isang klase.

Ituloy sa **PAHINA 02**

**Bantay Numero**

**24**

lamang ang **kasulukuyang bilang ng silid-aralan sa LPSci**, na nakapaloob sa 4 na gusali.

**Bantay Bayan**

**843**

ang **kabuuang populasyon ng LPSci** ngayong taong panuruan 2025–2026.

**Dapat Alam Mo**

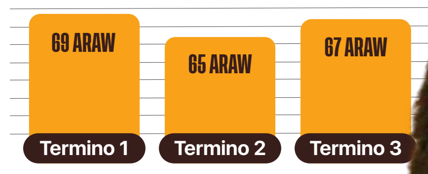
**3**

pasilidad ang hindi lubos na napakikinabangan ng mga mag-aaral: **JHS Science Laboratory, SHS ICT Room, at Library.**

TOMO XIII · BILANG I · DISYEMBRE 2025 – PEBRERO 2026
Ang Opisyal na Pahayagan sa Filipino ng Mataas na Paaralang Pang-Agham ng Las Piñas · Dibisyon ng Las Piñas · Rehiyon NCR

**Dapat Alam Mo**

Mula sa dating 4 na markahan, **gagawin na lamang itong 3** sa ilalim ng proposed trimester school calendar. Ito ay may kabuuang **201 araw.**




Sanggunian | DepEd

mula sa **PAHINA 01**

## *Pagpapatayo ng bagong gusali sa LPSci, inihahanda na*

**PANGMALAWAKANG PLANO**

Bukod sa bagong gusali, magkakaroon din ng renovation at rehabilitasyon sa iba pang pasilidad ng paaralan, ayon sa isang inhinyero mula sa Department of Public Works and Highways (DPWH).

Kabilang dito ang pagtatayo ng one-storey multi-purpose building, covered stage, pagsasaayos ng banyo ng mga babae, pagpapatayo ng bagong school fence, at maintenance painting sa iba't ibang bahagi ng kampus.

Dagdag ng inhinyero, naghihintay na lamang din sila ng permit mula sa Homeowners' Association ng BF Resort Village upang ipagpatuloy ang proyekto.

"Waiting pa po kami sa BF Resort para po sa feedback po nila sa pinasa po namin na letter, para makapagpasa na rin po kami ng requirements for construction permit," aniya.

**KAAKIBAT NA AKSYON**

Iminungkahi naman ni Dr. Rey Medina, isang dalubguro mula sa SHS Department, na kaakibat dapat ng pagpapatayo ng mga gusali ang maayos na pagpaplano.

"Dito naman [LPSci] sana may prefect of activities. Siya yung in-charge sa lahat ng activities. Yes, sabihin nating importante 'yung paggamit ng auditorium, ng covered court, pero kung ito ay for academic learning dapat iyon ang priority," pagpapaliwanag ni Dr. Medina.

Aniya, ito rin ay upang maiwasan ang kasalukuyang isyu na pag-aagawan sa pasilidad.

Edukasyon

# BAGONG SISTEMA

## 'Trimester School Calendar' posibleng ipatupad mula ngayong taon

SHAYNE **ORAY**

***HABOL-HABULAN.*** *Gahol sa oras ang isang Lapisyano habang tinatapos ang kaniyang mga takdang-aralin matapos ang suspension ng classes. Larawan ni* ***Joana Carag***

**Tinitingnan ng Department of Education (DepEd) ang posibilidad na baguhin ang nakagisnang apat na markahan, at palitan ito ng "Trimester School Calendar" simula sa Taong Panuruan 2026–2027 upang tugunan ang ilang hamong nararanasan sa kasalukuyang sistema.**

Kabilang sa mga inaasahang masolusyonan nito ang pagkakaroon ng mga suspensyon dahil sa masamang panahon, lumalaking gawain ng mga guro, at naoobserbahang agwat sa antas ng kasanayan ng ilang mag-aaral kumpara sa kabilang baitang.

Sa panukalang sistema, hahatiin ang isang taong panuruan sa tatlong termino na may mas mahahabang panahon ng tuloy-tuloy na pagtuturo, habang magkakaroon naman ng dalawang linggong Enrichment Block sa pagitan ng bawat termino.

Ilalaan namn ang Enrichment Block sa remedial at enrichment activities ng mga mag-aaral, pagproseso ng mga marka, at In-Service Training ng mga guro.

**PANANAW NG GURO**

Para kay Dr. Dureza Dancal, Master Teacher II mula sa Kagawaran ng Agham, may malinaw na layunin ang panukalang trimester ngunit kinakailangan pa itong pag-aralan nang mas malalim bago ipatupad.

> **"Maganda sana siya, kaya lang, tingnan po muna nang mabuti since naka spiral progression po tayo.**

Tinutukoy ng guro ang paraan ng pagkakahati ng mga aralin sa ilalim ng MATATAG Curriculum, dahil maaaring maapektuhan ng naturang pagbabago ang mga araling ipinapahatid sa mga estudyante.

Dagdag pa niya, nagiging sanhi rin ng paghahabol sa aralin ang mga suspensyon tuwing masama ang panahon, kaya hindi na napapalalim ang pagtuturo sa ilang aralin.

"Halimbawa, may class suspension ng dalawang araw. Hindi na pantay 'yong lesson ko kaya hahabulin ko hindi na para malaman kung talaga bang naintindihan nila, but for the sake na lang na mapagpantay-pantay ko sila," paliwanag pa ng guro.

Binigyang-diin din ni Dr. Dancal na kung maayos na maipatutupad, maaaring magsilbing espasyo ang Enrichment Block para sa muling pagtuturo batay sa pangangailangan ng mga mag-aaral.

Gayunman, iginiit niyang mahalaga ring isaalang-alang ang kahandaan ng mga paaralan at guro dahil sila ang direktang humaharap sa epekto ng anumang pagbabago sa sistema ng edukasyon.

"Kaming mga teachers ang frontliners. Sila [DepEd], pwede silang magbigay ng mga gusto nilang i-suggest. But then again, tingnan muna nila 'yong kakayahan, kahandaan, at kaayusan ng mga learning competency na ibababa nila," panawagan niya.

Samantala, halo-halo ang naging reaksyon ng mga guro sa online group na DepEd Tambayan hinggil sa panukalang trimester system. May ilang nagpahayag ng suporta, ngunit may iba na tumutol at tinawag itong panibagong "eksperimento" na maaaring magdulot ng dagdag na hamon.

Alam Mo Ba?

## Epidemyang Brainrot

ABBEY **MONCERA**

Ayon sa Philippine Statistics Authority (PSA), **pito sa 10** kabataang Pilipino ang araw-araw online, nalulubog sa **mabilis, mababaw, paulit-ulit na content.**

Babala ng World Health Organization (WHO) na ang labis na brainrot content ay **nagpapahina ng pokus, kritikal na pag-iisip, asal, at pagkatuto.**

Lathalain:

## Dalawang Munting Mundo

*'Skibidi dop dop,' 'Tung Tung Sahur,' bigkas niyang hindi mawari ng kaniyang mama. Sa araw-araw, ito ang mundong tinatanaw ni Ana.*

Ituloy sa **PAHINA 12**

Paaralan

# KARAGDAGANG KAAGAPAY

## Kakulangan ng mental health professionals, hinaing ng LPSci guidance coordinators

JON **CONSULTA** & ISSABELITAH **VIRAY**

Larawan ni **Joana Carag**

***KARAGDAGANG GABAY.*** *Ibinahagi ni Mrs. Aprilyn Cristobal, SHS Guidance Coordinator, ang kaniyang mga obserbasyon sa mga pangangailangan ng mga mag-aaral tungkol sa mental health.*

**Kakulangan sa mental health professionals at guidance staff ang nagsisilbing balakid upang mapangasiwaan nang wasto ang isyu sa mental health ng mga mag-aaral, ayon sa mga guidance coordinator ng Las Piñas City National Science High School (LPSci).**

Sa isang panayam, sinabi ni Senior High School (SHS) Coordinator, Gng. Aprilyn Cristobal na sapat ang guidance sa mga pribadong paaralan at walang teaching load ang mga ito na nakatutulong upang mas mapagtuunan ng pansin ang mga mag-aaral.

"Sa private schools, ang guidance ay walang teaching load kaya focused sila sa mental health ng mga bata. Maganda kung ganoon din sa atin at mayroong space para sa guidance," pagpapaliwanag ni Gng. Cristobal.

Idinagdag din ni Gng. Cristobal na mainam kung "developmental" ang sistema, kung saan susubaybayan ang kalagayan ng mga estudyante mula ikapitong baitang hanggang sa kanilang pagtatapos.

Ayon naman kay Junior High School (JHS) Coordinator Bb. Ruby Jean Alfonso, kulang ang LPSci sa mental health professionals na nakatutok sa kalagayan ng mga mag-aaral.

"Sana mag-hire sila ng mental health professionals na nakatuon lamang sa pag-address ng mental health concerns," wika ni Bb. Alfonso.

Sa ilalim ng General Appropriations Act of 2026, makatatanggap ng P1.34 trilyong alokasyon ang sektor ng edukasyon, kabilang ang P2.9 bilyon para sa School-Based Mental Health Program.

Bagama't "handa" ang paaralan ayon sa coordinators, hiling nila na sana malaan ito sa pagdadagdag ng tauhan at pagpapatayo ng pasilidad ng Guidance lalo na sa SHS na walang tanggapan.

Kumpara sa nakaraang taon, mas malubha ang kalagayan ng mga apektadong estudyante sa LPSci kahit mababa ang bilang ng mga kaso. Ilan sa mga pangunahing sanhi nito ang personal na problema, suliranin sa pamilya, at hamong akademiko.

Sa kabila ng hamon at kakulangan, nagsusumikap ang Guidance na patuloy na gabayan ang kalagayan ng mga mag-aaral.

Nagpaalala rin si Bb. Alfonso na isang "safe space" ang guidance office at huwag matakot lumapit kapag nangangailangan ng tulong.

"Huwag mag-hesitate magsabi ng kanilang concerns. Maging aware sa kanilang pinagdaraanan dahil kung wala silang courage mag-speak up, hindi namin sila matutulungan. So, huwag matakot humingi ng tulong," pagbibigay-diin ni Bb. Alfonso.

**Pulso ng Bayan**

**4 sa 5** na Lapisyano ang nagsabing hamong akademiko ang pangunahing nakaaapekto sa kanilang *mental health.*

Edukasyon

## DOST, mas kaunti ang kukuning iskolar ngayong 2026

LOVELIA **GAERLAN**

**Mula sa mahigit 102,000 examinees, 8,500 lamang ang makatatanggap ng 2026 Department of Science and Technology–Science Education Institute (DOST-SEI) Undergraduate Scholarship.**

Ito ang pinakamababang bilang ng tatanggapin na iskolar matapos ang halos isang dekada, at mas mababa sa 10,756 slots na ibinigay noong nakaraang taon.

Ipinaliwanag ng ahensya na limitado ang pagbubukas ng bagong slots dahil ₱7.6 bilyon lamang ang inaprubahan mula sa ₱11 bilyong panukalang badyet.

Kasunod nito, tumaas din sa Php 8,000 ang monthly allowance mula Php 7,000 noong 2024.

Nabahala naman ang ilang mag-aaral mula sa Las Piñas City National Science High School sa pagbabagong ito bagamat marami ang maaapektuhan sa pagkawala ng scholarship support.

"Malaking tulong sa maraming estudyante ang scholarship lalo na itong DOST para tustusan 'yong pag-aaral namin, kaya nakakalungkot na mababawasan pa kami ng chance ngayon," hinaing ni Andrei Ramos mula sa ika-12 baitang.

Nilinaw naman ng ahensya na patuloy ang kanilang pagsuporta sa mahigit 45,800 kasalukuyang benepisyaryo ng programa, kabilang ang mga bagong iskolar.

"Walang scholarship cut kasi hindi naman nabawasan ang badyet, hindi lang nadagdagan," pagpapaliwanag ni DOST Secretary Renato U. Solidum Jr.

Politika

*Kahit makailang reklamo pa umano ang ibasura ng Kamara,*

## De Lima, ilang mambabatas: Marcos 'hindi pa rin lulusot' sa katiwalian

SANTINO **SANTOS**

**"Public doubt does not disappear when we refuse to examine it. It stays, it lingers, it hardens, and it becomes part of political memory."**

Ito ang idiniin ni Mamamayang Liberal (ML) Party-list Rep. Leila De Lima matapos ibasura ng Kamara ang pinakahuli sa tatlong inihaing impeachment complaint laban kay Pangulong Ferdinand Marcos Jr. (PBBM) sa isang plenary session Martes, Pebrero 10, 2026.

Tumataginting na 284 mambabatas ang pumabor sa House Resolution 764, na dineklarang "insufficient in form and substance" o kulang sa ebidensiya ang pangatlong reklamo, samantalang walo ang tumutol at apat naman ang walang pinanigan.

Ani de Lima na isa sa walong tumutol, ang botohan ng kapulungan ay hindi nagpapawalang-sala kay Marcos sa mga sakdal ng katiwalian at iba pang matataas na krimen; sa halip ay pinahihina umano ang kredibilidad ng pamahalaan na usigin ang mga sangkot sa korupsiyon.

Matatandaang nauna nang binuwag ng Kamara noong Pebrero 9 ang dalawa pang complaint laban sa Pangulo, na hiwalay na inihain nina Atty. Andres de Jesus at dating Gabriela Party-list Rep. Liza Maza.

Bagaman sumang-ayon si de Lima na hindi sapat ang de Jesus complaint upang simulan ang impeachment proceedings kontra PBBM, sinuportahan naman niya ang Maza complaint kasama ng mga representante ng Makabayan bloc.

Sabi naman ni Rep. Edgar Erice ng Caloocan 3rd District, binaluktot umano ng Kongreso ang sarili nitong batas at nagsagawa ng "mini trial" nang patayin nito ang mga impeachment complaints laban sa Pangulo.

"Evidence was weighed, credibility was assessed, factual disputes were resolved — all before the hearing," saad niya.

Kahit buwag na ang mga reklamo laban sa Pangulo, nananatili pa ring buhay ang mga hinaing impeachment complaint laban kay Vice-President Sara Duterte na takdang aksiyunan ng Kamara sa lalong madaling panahon.

**Bantay Bayan**

**284/317 (89.5%)**
ng kongresista ang bumotong **BUWAGIN** ang huling reklamo kontra Marcos

**8/317 (2.52%)**
kongresista lamang ang bumotong **SIMULAN** ang impeachment proceedings kontra BBM

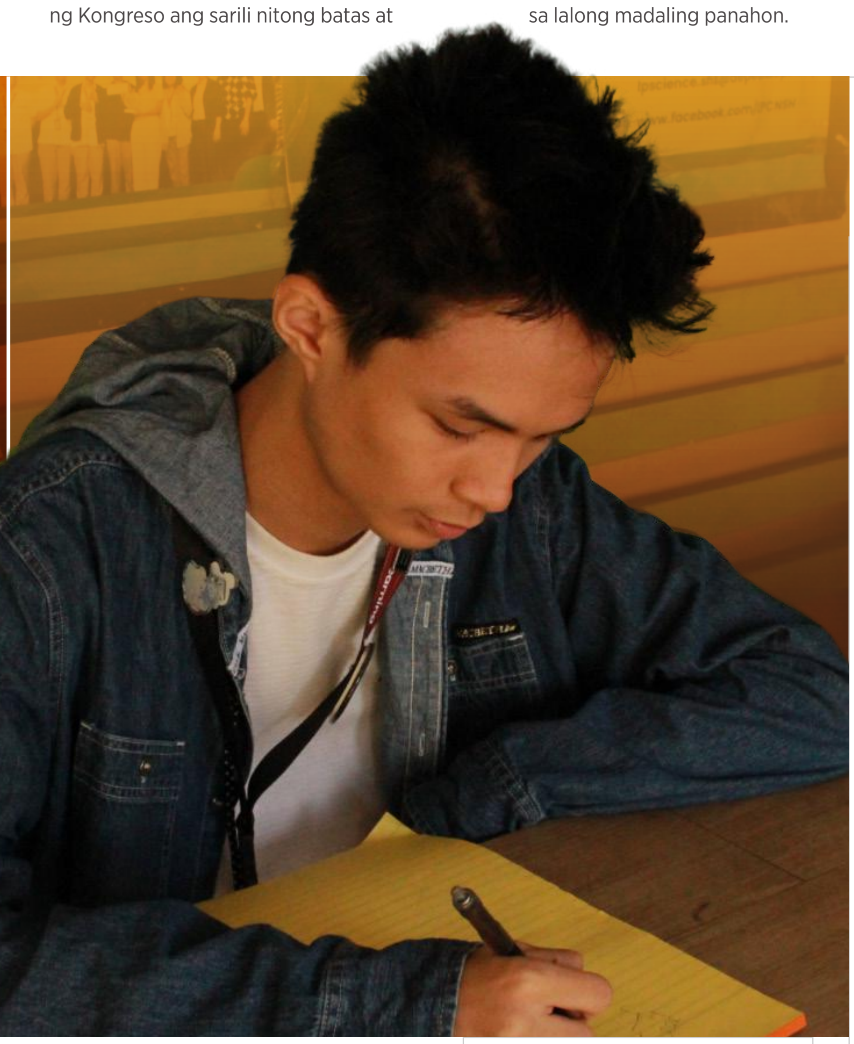
Sanggunian | Inquirer

Paaralan

# PATULOY NA UMAASA

## ALS sa LPSci hangad na magkaroon ng sariling klasrum, dagdag na kagamitan

ASIA **CABRERA** & SHANIA **MARTINEZ**



***PURSIGIDO, DETERMINADO.*** *Dedikasyon sa pag-aaral ang ipinakita ng mga ALS student sa LPSci sa kabila ng mga hamong kinahaharap. Larawan nina **Joana Carag & Majella Nouay***

**Muling ipinanawagan ng isang guro sa Alternative Learning System (ALS) ng Las Piñas City National Science High School (LPSci) ang pagkakaroon ng silid-aralan at mas kumpletong kagamitan matapos ilabas nakalaang pondo na nagkakahalagang P897 milyon para sa ALS sa ilalim ng 2026 National Budget.**

"Gusto po naming masolusyunan 'yong classroom ng ALS, kami ay naglo-look forward sa pag-asa na may araw na darating na mabibigyan talaga ng classroom ang mga ALS learners dito sa LPSci," aniya.

Bukod sa permanenteng silid-aralan, hiling din ng gurong tumangging magpakilala na mapagtutuunan ng pansin ang kakulangan sa mga kagamitang panturo at learning materials ng mga mag-aaral.

"Sana hindi lang po classroom ang mabigyan ng priority, pati sana ang ating iba't ibang learning materials at 'yong kinakailangan po ng mga estudyante at ng guro sa kanilang pagtuturo. 'Yong atin pong maayos na facilities, at the same time 'yong learning modules po ng mga bata para 'yong kanilang pag-aaral sa ALS ay maging isang magandang experience," pahayag ng ALS teacher.

Ayon pa sa kaniya, matagal nang suliranin ang kawalan ng permanenteng silid-aralan, dahilan upang ang library, ICT laboratory, at auditorium ang magsilbing pansamantalang lugar ng kanilang klase.

"We use not only the library but also some facilities like the ICT laboratory [kasi] gumagamit kami ng laptop as our instructional material sa pagtuturo sa mga students to transfer knowledge doon sa ICT subject namin," saad niya.

Sa kasalukuyang taong panuruan, 42 ALS learners ang kanyang hinahawakan—bilang na patuloy pang nadaragdagan kada taon. Gayunman, aminado ang guro na hindi sapat ang espasyo ng library, lalo na sa tuwing pinagsasama ang klase ng iba't ibang lebel ng ALS.

Ganito rin ang karanasan ni Kervin G. Abcede, isang Junior High School ALS Learner. Para sa kanya, bagama't may ilang benepisyo tulad ng maayos na bentilasyon, nagiging masikip at maingay ang espasyo, dahilan ng pagkaapekto sa kanilang pokus.

"Air-conditioned po [ang mga pasilidad]. Minsan ang ginagamit naman po namin ay 'yong fan na malaki. As for cons, definitely lack of space, especially on Tuesday na merged ang class namin," wika nito.

Hiling ng mag-aaral ang pagkakaroon ng mas angkop na silid-aralan at sapat na learning materials na makatulong aniya sa mas maayos na pag-aaral.

**Bantay Numero**

**42**

mag-aaral ang **nakapagpatala sa Alternative Learning System (ALS)** ng Las Piñas City National Science High School sa Taong Panuruan 2025-2026.

Sanggunian | ALS-LPSci

mula sa PAHINA 01

## Awtomatikong pagtanggap sa Top 3 ng public schools, aalisin na

"Mas madali po 'yong ngayon na isahan na yung pag-apply, pero mas kabado po ako na mas mahirap makapasa kasi parang agawan po talaga ng slots," saad ng isang aplikante na naghahangad makapasok sa Las Piñas City National Science High School (LPSci).

Gayunman, iginiit ni Bb. Ruth G. Bonagua, Head Teacher I ng LPSci, na mahihikayat ng bagong sistema ang mga mag-aaral na pagbutihin pa ang kanilang pag-aaral upang makamit ang kinakailangang marka at makapasa.

**KAHANDAAN NG LPSCI**

Nagtalaga na ang LPSci ng mga gurong mangangasiwa at gagabay sa mga mag-aaral at magulang upang maging organisado ang preparasyon sa USHAT.

"Ang LPSci admin ay nagbigay [ng] orientation sa mga teachers at sa lahat ng tatanggap para sa Grade 7 admission. May Grade 7 admission committee na inihanda," paglilinaw ni Bb. Bonagua.

Sa ganitong paghahanda, masisiguro umano ang maayos, planado, at sistematikong pagproseso ng mga aplikasyon.

**PROSESO NG APLIKASYON**

Bilang bahagi ng unified admissions, sasailalim ang mga aplikante sa on-site na Computerized USHAT na katumbas ng 80% ng kanilang marka, at ng on-site interview na may 20%.

Pagkatapos ng pagsusulit, iraranggo ang mga aplikante sa tatlong kategorya batay sa kanilang marka: Category A (75% pataas), Category B (60–74%), at Category C (mababa sa 60%).

Inaasahang uusad sa on-site interview sa ika-16 hanggang ika-20 ng Marso ang mga estudyanteng nakalista sa Category A, habang muling iraranggo ang mga nasa Category B upang matukoy ang iba pang sasailalim sa panayam.

**Magkano Nga Ba?**

**Pinakamalaking Alokasyon ng GAA**

| | |
|---|---|
| Edukasyon | ₱1.34-T |
| Kalusugan | ₱448-B |
| Agrikultura | >₱297-B |
| Serbisyong Panlipunan | >₱270-B |
| Unprogrammed Allocations | ₱151-B |
| Atbp. | ₱4.29-T |

Sanggunian | PCO

Ekonomiya

## ₱6.793-T GAA 2026 aprubado; malaking bahagi inilaan sa edukasyon

SHANIA **MASINAS** & RICHARD **PAMATI-AN**

**Nilagdaan ni Pangulong Ferdinand "Bongbong" Marcos Jr. noong ika-5 ng Enero ang General Appropriations Act (GAA) 2026 na nagkakahalaga ng ₱6.793 trilyon, na magsisilbing pambansang badyet ng pamahalaan para pondohan ang edukasyon, kalusugan, kabataan, at iba pang serbisyong pampubliko.**

Ayon sa Department of Budget and Management (DBM), ₱1.345 trilyon ang inilaan sa sektor ng edukasyon—katumbas ng 4.36% ng Gross Domestic Product (GDP), mas mataas sa itinakdang global benchmark na 4%.

Saklaw nito ang pondo para sa Department of Education (DepEd), Commission on Higher Education (CHED), at iba pang ahensyang nangangasiwa sa basic at higher education sa bansa.

Binigyang-diin ni Pangulong Marcos na nananatiling prayoridad ang edukasyon bilang pundasyon ng pambansang kaunlaran. Kasabay nito, ipinanawagan niya ang malinaw at bukas na proseso sa paggamit ng badyet upang masiguro ang maayos na pagpapatupad ng mga programa.

Batay sa mga dokumentong inilabas ng pamahalaan, inaasahang ilalaan ang pondo sa pagpapabuti ng mga pasilidad ng paaralan, pamamahagi ng learning materials, at pagpapalawak ng scholarships at student assistance programs.

Gayunpaman, ayon sa ilang ulat, patuloy na nararanasan sa ilang paaralan ang siksikang silid-aralan, kakulangan sa kagamitan, at limitadong tulong pinansyal sa kabila ng malaking badyet.

Sinabi naman ni DepEd Secretary Sonny Angara na nakatuon ang ahensya sa mas mabisang paggamit ng badyet upang direktang matugunan ang mga suliraning nararanasan sa mga paaralan at komunidad.

***NAKALAAN NA.*** *Pormal na inaprubahan ni Pangulong Ferdinand Marcos Jr. ang GAA 2026 sa Malacanang Hall noong Enero 5.*

*Larawan ni **Yummie Dingding/Daily Tribune***

Balitang Lathalain

Dibuho | Zoe Arde

# PAGKAKATAON

## Limitadong oportunidad, dahilan sa mababang bilang ng Psychometricians na nais magpatuloy — topnotcher

SHAYNE ORAY

**Kakulangan sa trabahong akma para sa mga psychometrician ang isa sa mga itinuturong dahilan kung bakit nananatiling mababa ang bilang ng mga psychologist at psychiatrist sa bansa, ayon kay Julius Rafael Chua na kinilalang Top 8 sa Psychometrician Licensure Examination noong Setyembre 2025.**

Nagtapos si Chua ng Bachelor of Science in Psychology bilang Magna Cum Laude sa Pamantasan ng Lungsod ng Maynila (PLM). Isa rin siyang dating estudyante ng Las Piñas City National Science High School na nagtapos noong 2020.

Sa kabila ng mga akademikong pagkilalang ito, inilahad niyang hindi ganap na nagagamit ang lisensyang psychometrician sa kasalukuyan niyang trabaho. Isang karanasang ayon sa kaniya, hindi na bago sa mga kapwa-propesyonal sa larangan.

"Maraming psychometricians na hindi nagagamit directly 'yong license nila sa trabaho. Ako, hindi ko directly nagagamit 'yong license ko ngayon dahil nga nasa HR [human resources] ako. Pero 'yong mga natutunan ko, nagagamit ko talaga sila," aniya sa isang panayam.

Ipinunto rin niya na nagiging karaniwan ang ganitong sitwasyon dahil limitado ang mga posisyong bukas para sa mga lisensyadong psychometrician, lalo na sa pampublikong sektor.

Dahil dito, maraming nagtapos ng sikolohiya ang napipilitang pumasok sa mga trabahong hindi tuwirang konektado sa kanilang lisensya, kahit may pagnanais silang maglingkod sa larangan ng mental health.

**HILING NA SUPORTA**

Bukod sa kakulangan ng oportunidad sa trabaho, binigyang-diin din ang kakulangan ng malinaw at tuloy-tuloy na suporta mula sa pamahalaan, na aniya'y nakaaapekto sa desisyon ng maraming kabataang pumasok o manatili sa larangan ng sikolohiya.

"Ang nangyayari kasi, madalas sinasabi na 'kailangan kayo ng bayan' at nangangako na susuportahan, pero wala namang nagbabago. Kulang pa rin sa suporta, hindi pa rin nararamdaman," saad niya.

Bagama't kinikilala ang mahalagang papel ng 'passion' sa pagpapatuloy ng propesyon, iginiit ni Chua na hindi ito dapat manatiling nag-iisang sandigan ng mga mental health professionals.

"Passion talaga 'yong pagmumulan ng strength mo to pursue, pero kailangan din na mayroon pang dagdag na suporta. But then, kung hahanapan mo talaga ng rason para magpatuloy, madadala ka ng passion. Importante rin 'yon," dagdag pa niya.

Naniniwala siyang dapat tumbasan ng konkretong polisiya at sapat na oportunidad mula sa pamahalaan ang panawagang maglingkod sa bayan.

Dagli

## LPSci, muling nanaig sa PHA CPR Quiz Bowl

SHANIA MASINAS

**Kinilala bilang back-to-back champions ang mga mag-aaral ng LPSci sa 3rd Philippine Heart Association (PHA) Invitational Cardiopulmonary Resuscitation (CPR) Quiz Bowl na ginanap sa Nangka High School sa Marikina, na nilahukan ng 15 iba pang science high schools sa Metro Manila.**

Binubuo ang koponan nina Aki Hernandez, James Ramirez, Aelius Sapigao, Joshua Sacedon, at Tenju Doi sa paggabay nina Bb. Phillina De Guzman at Bb. Dannica Moratalla.

Dagli

## 'Anti-Epal' Policy, ipinatupad ng DILG

SHAYNE ORAY

**Iniutos ng Department of the Interior and Local Government (DILG) ang agarang pagtanggal ng pangalan, larawan, at iba pang simbolo ng mga opisyal sa lahat ng proyektong pinondohan ng gobyerno. Sa inilabas na DILG Memorandum Circular No. 2026-006, ipinagbawal na ang paglalagay ng anumang pagkakakilanlan ng mga opisyal na maaaring maging paraan ng personal na promosyon.**

Bilang tugon, ilang barangay na sa Las Piñas ang nakiisa at sumunod sa naturang patakaran.

Daigdig | *ASEAN-BAC 2026*

## Pilipinas, isusulong ang digital skills para sa kabataang manggagawa

SHANIA MASINAS

**Pormal na tinanggap ng Pilipinas ang pamumuno sa ASEAN Business Advisory Council (ASEAN-BAC) para sa taong 2026, na nakatuon sa pagpapalakas ng kalakalan sa rehiyon, digitalisasyon at pagpapaunlad ng kasanayan ng kabataang manggagawa sa Timog-Silangang Asya.**

Ayon sa Presidential Communications Office (PCO), binigyang-diin ni Pangulong Ferdinand Marcos Jr. ang kahalagahan ng paggamit ng makabagong teknolohiya upang suportahan ang maliliit na negosyo at palakasin ang regional supply chains.

Batay sa inilabas na pahayag, layon ng pamumuno ng Pilipinas sa ASEAN-BAC na iangkop ang mga programang pang-edukasyon at pagsasanay sa pangangailangan ng mga industriya sa rehiyon sa pamamagitan ng mga talakayan sa polisiya at mga pagpupulong.

Isinusulong din ang mas maayos na paggalaw ng mga manggagawa sa loob ng ASEAN upang mabigyan ng mas maraming oportunidad sa trabaho ang mga nakapagtapos ng pag-aaral. Ayon sa PCO, bahagi ito ng mga inisyatibong naglalayong palakasin ang kabataang manggagawa at pag-unlad ng pwersang paggawa sa rehiyon.

Karagdagang Kaalaman

Para sa 2026, itinuturing na apat na haligi ng **ASEAN-BAC** ang mga sumusunod:

- People
- Planet
- Platform
- Productivity

Sanggunian | PCO

Lipunan

## 'Kilalang pangalan,' mas binoboto sa kasalukuyang sistema — survey

AKI HERNANDEZ & CYREE PAMPLONA

**Halos 52% ng mga botanteng Lapisyano ang nagsabing ang kasalukuyang sistema ng halalan, mas mataas ang tsansang manalo ng mga kandidatong kilala ang pangalan kaysa sa mga may malinaw na plataporma, ayon sa survey na isinagawa ng Ang Paham.**

Mula sa 38 respondents, 27 (71.1%) naman ang naniniwalang malubha ang epekto ng political dynasties sa kalidad ng demokrasya, at isang ehemplo nito ng patuloy na impluwensiya ng dinastiyang Aguilar-Villar sa lungsod.

Kamakailan lamang ay pinalawig ni April Aguilar ang 28-taong pamamayani ng kanilang pamilya sa Las Piñas matapos matalo ang pinsan niyang si Carlo Aguilar sa pagka-alkalde nitong Mayo 2025.

Sa loob ng halos tatlong dekada mula 1997, hawak ng pamilya ang pinakamataas na posisyon sa lungsod, na naging sentro ng diskusyon hinggil sa political dynasties.

Samantala, tuluyan nang naputol ang 33-taong dominasyon ng pamilyang Villar sa nag-iisang puwesto ng Las Piñas sa Kongreso matapos matalo ni Mark Anthony Santos si Cynthia Villar.

Ngunit para sa ilang residente, nananatili pa ring malakas ang impluwensiya ng dinastiyang Aguilar-Villar sa lungsod bilang si Santos ay malapit na kaalyado at dating chief-of-staff ng yumaong si Vergel Aguilar.

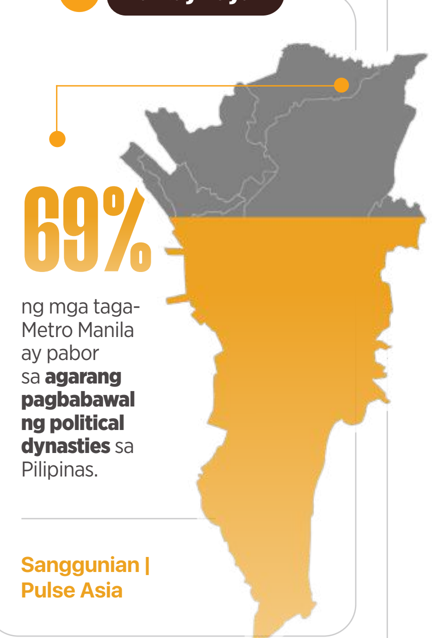
**PANUKALANG KONTRA-DINASTIYA**

Inihain ni Sen. Francis "Kiko" Pangilinan ang "Anti Political Dynasty Act of 2025" o Senate Bill No. 285 na naglalayong ipagbawal ang sunod-sunod na paghawak ng posisyon ng mag-asawa at kamag-anak.

Naniniwala naman ang ilang mag-aaral mula sa Las Piñas City National Science High School na ang mga panukalang tulad nito ay maaaring magbigay-daan sa mas malawak na partisipasyon ng bagong henerasyon sa pamumuno.

"Makakatulong ito upang mas mapalawak ang oportunidad ng mga bagong lider, lalo na ang kabataan dahil hindi iilang pamilya lang ang may kontrol sa kapangyarihan," giit ng isang mag-aaral mula sa ika-9 baitang.

Bantay Bayan




Sanggunian | Pulse Asia

Lipunan

## ₱255-M na pabahay sa Las Piñas, nilagdaan ni PBBM

JAYZEL MACAWILI & DASHIELLE REPRADO

**Inaprubahan ni Pangulong Ferdinand Marcos Jr. ang ₱254.8 milyong pondo para sa socialized at in-city housing program sa lungsod ng Las Piñas sa ilalim ng 2026 General Appropriations Act (GAA).**

Layunin ng programa na magbigay ng libreng pabahay sa mga pamilyang mababa ang kita, walang permenenteng tirahan, at iba pang kwalipikadong benepisyaryo sa pamamagitan ng pagtatayo ng mga housing unit malapit sa mga urban center.

Isinulong ni Rep. Mark Anthony Santos ang naturang proyekto na siyang ipatutupad ng National Housing Authority (NHA), isang kalakip ng ahensiya ng Department of Human Settlements and Urban Development (DHSUD) alinsunod sa pag-apruba ng ikatlo at huling pagbasa ng General Appropriations Bill para sa Fiscal Year 2026 ng House of Representatives noong nakaraang taon.

Pangungunahan ng NHA ang pagtukoy sa mga benepisyaryo, kabilang ang mga pamilyang naninirahan sa mga daluyan ng tubig o mga lupang nakalaan para sa pampublikong daanan at pasilidad.

Ayon kay Santos, nakapili na ang pamahalaang-lokal ng apat na lupa sa iba't ibang lugar na maaaring gamitin sa housing program.

Nagpahayag din siya ng pasasalamat sa suportang ibinigay ng administrasyong Marcos.

"With the support of President Marcos, the DHSUD, the NHA, and other concerned government agencies, the socialized housing program of Las Piñas City will finally be realized after more than a decade of planning and despite opposition from powerful political figures in the city," saad ng kongresista.

"The realization of this socialized housing program shows that public welfare can prevail over political resistance," dagdag pa niya.

Aniya, ang pagbibigay ng malaking pondo ng administrasyong Marcos ay sumasalamin sa matibay nitong pangako na matugunan ang pangangailangan ng mga Las Piñero.

***PAG-ASA SA PABAHAY.*** *Housing Project sa Las Piñas City ni Representative Mark Anthony Santos, aprubado ni Pangulong Marcos.*

TOMO XIII · BILANG I · DISYEMBRE 2025 – PEBRERO 2026
Ang Opisyal na Pahayagan sa Filipino ng Mataas na Paaralang Pang-Agham ng Las Piñas · Dibisyon ng Las Piñas · Rehiyon NCR

Dibuho | **Riyanna Dacasin**

*Editoryal*

# PINANDAY SA... PAGKUKULANG?

**Walang nalilikhang bakal na 'di muna dumaraan sa mainit na pandayan. Ang edukasyon, kung gayon, ay mailalarawan bilang "pagpapanday ng mga mag-aaral"—paghubog sa susunod na salinlahi ng mga dalubhasa ng bayan. Gayunman, sa kabila ng samot-saring krisis sa edukasyon, masasabi pa bang kasingdalisay ng pinong metal ang mga mag-aaral, lalo't higit silang sinasalang sa mga pinakabantog na pandayan sa bansa?**

Matagal nang tinitingala bilang kanlungan ng husay ang mga science high school sa bansa. Iniisip ng karamihan na maipalilitaw dito ang kakayahan ng bawat mag-aaral at mapauunlad ang taglay nilang mga kasanayan sa pagkatuto, kung kaya't kada taon, isang madugong labanan ang nagaganap.

Sa Las Piñas, ang labanang ito ay nasa Las Piñas City National Science High School (LPSci)—na siyang kaisa-isang paaralan ng ganitong kalibre sa lungsod—kung saan maraming estudyante ang nagsusunog ng kilay sa pag-asang makalusot man lamang sa paaralan at maging kaisa ng mga "pinakamagaling" sa lungsod.

Mali ba silang humangad makihati sa umanong 'galing' ng mga Lapisyano? Hindi. Ngunit ang lalong marapat itanong ngayon ay ito: kaya bang tuparin ng LPSci ang pangako nitong ganap na pagpapaunlad ng mga mag-aaral?

Kung ihahambing sa pasilidad ng mga kapitbahay na science high school sa Metro Manila, talagang kapos na kapos ang LPSci. Gawin nating ehemplo ang science laboratory ng paaralan: batay sa inventory na isinagawa noong nakaraang taon lamang, bukod-tanging 73 lang na piyesa mula sa daan-daang nakaimbak doon ang magagamit. Napakalaking biro kung iisipin na ang isang paaralang may salitang science sa pangalan nito'y walang kakayahan upang tustusan ang pangangailangan ng mga siyentistang nais nitong ilikha.

"Mahuhusay" man ang mga mag-aaral nito ay isa pa rin ang LPSci sa mga paaralang naaapektuhan ng paurong-sulong na patakarang ipinatutupad ng Department of Education (DepEd)—mula Central Office man hanggang Division. Sa bawat patakarang ipapasok at biglang aalisin na tila bang hindi napag-aralan nang masinsinan, nahihirapan ang mga paaralang katulad ng LPSci na ipatupad ito. Matagal nang idinaraing ng mga guro at mag-aaral na isama naman sila sa mga konsultatibong proseso upang makabuo ng bagong programa sa pagkatuto—ngunit hanggang sa ngayon ay hindi pa rin ito napagbibigyan.

Samantala, sinasalanta rin ang mga gurong Lapisyano ng isang unos: hindi tunay na nakikilatis ng sistema ang kanilang halaga. Napakaraming titser dito sa ating paaralan na nananatiling nakaipit sa Teacher I at kumikita ng kakarampot na sahod kompara sa iba pang kalebel na hanapbuhay. Kung dati, kakulangan lang ng guro ang pinapasan ng paaralan, ngayon ay nadagdag na rin ang labis na bilang ng mga gurong magtuturo sa iisang asignatura. Paano matututo ang mga mag-aaral kung maging ang titser na nagtuturo sa kanila ay naguguluhan din?

Tunay ngang marangal na tungkulin ang edukasyon—responsibilidad na pinaghahatian ng estado, ng guro, at ng mga mag-aaral—subalit sa gitna ng lalong dumaraming isyu, masasabing tunay pa nga bang kanlungan ng husay at galing ng LPSci?

Sa mundo ng mga dapat, oo. Pero ang masaklap na reyalidad ay napawawalang-bisa ang pagsisikap ng bawat kabuklod ng pamayanang LPSci upang iangat ang kalidad ng edukasyon sa paaralan. Akalain ninyo, daig pa tayo ng ibang paaralan sa pasilidad, sa programang extra-curricular, at higit sa lahat, daig pa tayo ng ibang paaralan sa dami ng suportang natatanggap. Kung gayon, dapat pa bang umasa na creme de la creme ang magmumula sa isang paaralang sinalat sa tamang kasangkapan?

Ito ang lalong malinaw:

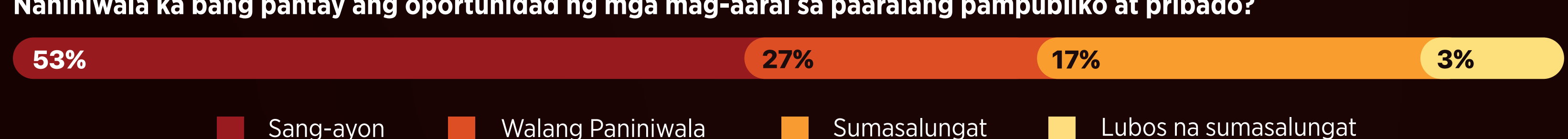
> **Gaano man kadalisay ang bakal na nilulusaw para gawing patalim, gaano man kahusay ang panday na humuhulma rito, kung kulang sa init at sigasig ang mismong pandayan, tiyak na hindi pulido ang kalalabasan nito.**

Ganoon din sa edukasyon—kahit gaano man kagaling ang mga mag-aaral at guro na pumapasok upang matuto at magturo, kung kapos ang paaralan sa akmang kagamitan at kulang sa matatag na suporta, masasayang lamang ang galing ng mga tinaguriang 'pag-asa ng bayan.'

Ang isang pinong espada ay mapapanday lamang sa pinong pandayan—kung ito'y kulang sa init, kulang sa sigasig, at higit sa lahat, kulang sa tamang kasangkapan, huwag asahang ang espadang malilikha nito'y magiging mas matalas kaysa sa iba.

**Pulso ng Lapisyano**

**Naniniwala ka bang pantay ang oportunidad ng mga mag-aaral sa paaralang pampubliko at pribado?**




ang paham
Papel ng Katotohanan. Tinta ng Katapatan.

LUPON NG PATNUGUTAN

AKI GABRIEL HERNANDEZ
Punong Patnugot

ZOE FAUSTINE ARDE
Ikalawang Punong Patnugot

RIYANNA DACASIN
Kalihim

JOHN MARTIN HULIPAS
SHAYNE MARIE ORAY
Tagapangasiwang Patnugot

SHANIA LOURDES MASINAS
Patnugot ng Balita

Mga Kontributor:
RICHARD ARENZ PAMATI-AN
JON LEIGH CONSULTA
ASIA MEI CABRERA
ANEZA JULIA DIMACULANGAN
DASHIELLE MARIE REPRADO
ASIA MARIE MASANGKAY
LOVELIA GAERLAN
ISSABELITAH ANGELA VIRAY
SHANIA SHAYNE MARTINEZ
ABBEY MONCERA
JAYZEL MACAWILI

SANTINO MIGUEL SANTOS
Patnugot ng Opinyon

Mga Kontributor:
SAMANTHA GRACE BALIAO
SOPHIA STEPHANIE JOSE
ANDREA NICOLE TANCINCO
CYREE ELISHA PAMPLONA
NAZ JAIDEN LARUBIS
MEIGAN LARA CALDERAS
ALLAN JED CAPILLO
LHYNDELLE ANGELA RAMOS
LIFE KIRSTEN CRUCILLO

JULIA MAE BUAGAS
Patnugot ng Lathalain

Mga Kontributor:
DANIELLA LOUISE SALAMANQUE
ROMELL GUIANAN
REINA MONCADA
KEITH TIA
JAYZEL ZYRINE MACAWILI
MATT MANONGSONG

JAZMIN BALTAZAR
Patnugot ng Agham at Teknolohiya

Mga Kontributor:
DANTE ANGELO LABAREZ
RODILYN TALE
ANYA GOMEZ
IAN KARLO PANAHON
JADEN CHRISTIAN SAMBALOD
RODNEY BENEDICT ROBLEZA
JOEDELINE ABARABAR

DEAN PIERCE BRAVO
Patnugot ng Isports

Mga Kontributor:
ANDREW ATREGENIO
CHRIS CYRUZ BACANI
EMYR IEUAN GOLEZ
IAN OROSA
PRINCE NATHANIAH TAOTAO
JOHN RIZ DANCAL
XYRYLL GILOS
JULIAN FAJARDO

JOANA RAIN CARAG
Patnugot ng Larawan

Mga Kontributor:
MAJELLA NICOLE NOUAY
JADE ISABELLE IMPERIAL

KARTUNING
Mga Kontributor:
FRANCHEZKA MEDIDAS
CLAIRE GWEN SANTOS
EDRICH SANTILLAN
MIGUEL SEBASTIAN REAÑO
GABRIELLE ALEXANDRA VALDEZ
MA. ROYCE LAUREEN MENDOZA
CATALEYA DENISE VIRAY

CHRISTINE JADEE
GRACE BRIÑAS
Patnugot ng Pagwawasto at Pagsisipi

Mga Kontributor:
VENICE PAJARILLO
CHIARA MARIETTE LIGAS

PAG-AANYO
Mga Kontributor:
DARLA DREW GUERRERO

MARIELLA BALBODA
Gurong Tagapayo

**PAALALA**

Ang mga pananaw at opinyong nakapaloob sa Ang Paham ay eksklusibong sa mga may-akda at **hindi sumasalamin sa opisyal na paninindigan ng administrasyon ng Las Piñas City National Science High School.** Ang mga ito ay hindi nilalayong manira o makapinsala sa alinmang indibidwal, grupo, o institusyon.

Ang Opisyal na Pahayagan sa Filipino ng Mataas na Paaralang Pang-Agham ng Las Piñas
Tomo XIII · Bilang I
ang paham

SANDIGAN
LHYNDELLE RAMOS

## Talo sa likod ng panalo

**“Kapag nanalo ka, mas marami kang pribilehiyo.”**

Sa Las Piñas City National Science High School (LPSci), madalas inuugnay ang panalo sa dangal—pangalan sa publication materials, posisyon sa entablado, at titulong may bigat sa résumé. Ngunit sa likod ng bawat panalo, may mga laban na hindi nakikita. Oo, kapag nanalo ka, may titulong maidaragdag sa iyong pangalan. Ngunit sa likod ng titulong ito ay mga gabing mas mahaba kaysa sa pahinga, mga responsibilidad, at bigat na hindi nakikita sa sertipiko.

Sa mata ng nakararami, ang lider-estudyante ay isang role model—may boses, may kapangyarihan, may kakayahang magpabago. Ngunit sa loob ng LPSci, kung saan ang bawat estudyante ay may sariling laban, ang pagiging lider ay hindi lamang karangalan. Isa rin itong dagdag na pasanin sa balikat na punong-puno. Ikaw ang lalapitan para sa solusyon, kahit ikaw mismo ay naghahanap pa ng sagot.

Ngunit may isa pang dahilan kung bakit marami ang umaayaw. Hindi lahat ng boses ay tunay na naririnig. May mga ideyang nananatiling ideya dahil sa kakulangan ng suporta, oras, o sistema. May mga lider na nagsisimula sa apoy ng layunin ngunit unti-unting nauupos sa gitna ng akademikong bigat at limitadong kapangyarihan. Sa huli, hindi sapat ang titulo upang baguhin ang isang estrukturang hindi handang magbago.

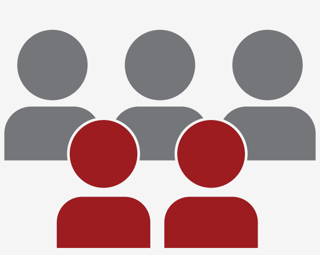
Kaya may mga mag-aaral na pinipiling manatili sa likod. Hindi dahil wala silang kakayahan, kundi dahil nauunawaan nila ang halaga ng sarili nilang laban. Sa isang paaralang mataas ang pamantayan, may mga laban na pinipiling hindi simulan.

Maaari kang makaramdam ng pressure na tumakbo, lalo na kapag nakikita ng iba ang potensyal sa iyo. Ngunit may kapangyarihan ka ring humindi. Dahil ang pagiging lider-estudyante ay hindi lamang desisyon na ginagawa sa isang kisap ng mata. Ito ay isang desisyon na nangangailangan ng kahandaan—hindi lamang tumayo sa harap ng iba, kundi manatiling matatag kahit walang nakakakita.

Dahil ang tunay na tanong ay hindi kung sino ang kayang manalo, kundi kung sino ang handang matalo—sa oras, sa pahinga, at minsan, sa sarili.

Bantay Bayan

*Burnout at Stress sa Pamumuno:*



**2 sa 5**

Tertiary student leaders ay may higit na **apat na taon** nang leadership experience, ngunit nakararanas pa rin sila ng **moderate to high burnout.**

Sanggunian | Med Crave Online

BATINGAW
SAMANTHA BALIAO

## Pera-pera sa hustisya

**Madalas na marinig sa mga mamamayang inaapi ang katagang: ang hustisya ay para lang sa mga may pera — ikaw ba, naniniwala ka ba roon? Ako, oo.**

Nitong nakaraang taon, nanguna ang Pilipinas sa pagbubukas ng 13th Association of South East Asian Nations (ASEAN) Law Ministers Meeting. Ayon sa news release ng Presidential Communications Office, isa sa mga pangunahing usapin ang nalalapit na pagpirma sa ASEAN Extradition Treaty (AET) — kasunduang magpapatibay sa paghahatid ng hustisya at sa pagtiyak na walang kriminal ang makatatakas sa batas sa pamamagitan lamang ng pagtawid ng hangganan o border.

> **Nakatatawang isipin sapagkat paanong mapagtitibay ng Pilipinas ang pagkakaisa, pantay, at episyenteng hustisya na sakop ang ibang mga bansa kung ang sistema sa sariling bayan ay palpak na?**

Sa katunayan, nakaiinggit ang ibang mga bansa na mabilis ang paglilitis at paggawad ng hatol habang nananatili ang masinop na pagsisiyasat. Kung ihahambing sa Pilipinas, pagkahiya lamang ang mukhang maihaharap ng mga mambabatas. Dito sa atin, napakatagal umusad ng batas at inaabot pa ng taon bago mahatulan. Higit na nakakatawa, na mas matagal pa ang paghihintay ng hatol kaysa pananatili ng maysala sa bilangguan. Minsan, matandang hukluban na ang maysala bago pa mahatulan ng hukuman.

Gawing halimbawa ang isa sa pinakamabigat na mukha ng war on drugs, ang kaso ng pagpatay kay Kian delos Santos noong 2017. Bagaman nahatulan ng 40 taon ng pagkakakulong at pagbayad ng 275,000 piso ang tatlong salaring pulis, hindi maikakaila ang kakuparan ng hustisya, gayong nagkaroon lamang ng hatol nitong 2025.

Isipin natin, si Santos ay 17-anyos na estudyante—inakalang nagtutulak ng droga kaya't pinatay bagaman walang sapat na ebidensya. Mas kalunos-lunos pa ang kaniyang pagmamakaawa: “tama na po, may test pa ako bukas”. Lubhang nakagagalit dahil litaw sa kaso ang kabulukan ng sistema na mayroon tayo. Ang mas ikinapopoot ko pa'y ang pananatiling kawalan ng pananagutan ni Duterte sa extrajudicial killings.

Ilang beses pa ba tayong magpapasuhol sa pera at impluwensiya ng mga kriminal? Panahon na upang mamulat at kalampagin ang dambana ng katarungan.

Ang usaping ito'y panawagan para sa ating pamahalaan na isaayos at pagtibayin ang taglay nating sistema ng hustisya tungo sa isang sistemang tunay na makapagbibigay ng katarungan sa mga biktima. Isaayos nawa ang sistemang mayroon tayo na walang kampihan na anumang panig, bagkus manatiling pantay at walang kinikilingan, gayundi'y hindi magpapakupad-kupad at mababaluktot nino man.

Bantay Numero

**RANK 91/128**

ang Pilipinas sa pananaig ng patas na batas.

Sanggunian | World Justice Project

SALINDIWA
CYREE PAMPLONA

# HINDI LAHAT NG MAY TINIG AY TAMA

Dibuho | Claire Santos

BABALA
ANDREA TANCINCO

## Panganib ng bulag na panig

**Dumarating ang panganib kapag napagkakamali ng mata ang dilim sa kaligtasan. Paano na tayo kung mananatiling bulag sa nangyayari sa ating harapan, lalo na sa harap ng lumalalang alitan sa pagitan ng Estados Unidos at Tsina? Kamakaila'y bali-balita ang panggigipit sa Pilipinas, mula sa pagharang ng barko ng Tsina sa mga mangingisda hanggang sa mas pinalawak na presensiya ng militar ng Estados Unidos.**

Tila dalawang higanteng humuhubog ang US at China sa pandaigdigang ekonomiya, kaya't malinaw na ang kanilang alitan ay mula sa tunggalianinteres. Mula kalakalan hanggang produksyon, nakasalalay ang malaking bahagi ng mundo sa kanilang katatagan, lalo na ang mga nakaalyado at mga gipit na bansa tulad ng Pilipinas. Kaya tuwing sila'y may hidwaan, ramdam ito ng buong daigdig, at tulad ng ibang maliliit na bansa, unti-unting mararamdaman ng karaniwang Pilipino ang bigat nito, at ang kasaysayan mismo ang patunay.

Ang Venezuela, na matagal nang kasosyo ng Estados Unidos, ay nauwi pa rin sa matinding krisis at paghihirap ng mga mamamayan. Sa Middle East naman, ang matagal na alitan sa pagitan ng Israel at Palestine ay patunay sa kung paanong mamamayan ang unang nadadamay sa paghahari ng ambisyon ng makapangyarihang bansa, habang ang maliit na bansa ay nananatiling mahina at walang matibay na alyansang makapagtatanggol dito.

Para sa Pilipinas, mapanganib ang kawalan ng malinaw na direksyon. Kinakailangang manindigan nito para sa kapakanan ng lahat. Matagal ngang nakapako ang Pilipinas sa alyansa nito sa Estados Unidos, ngunit sapat ba ito kung ang kapalit ay alitang maaaring magbuwis ng kapayapaan?

Ang desisyon ng bansa ay dapat sumandig sa kapakinabangan ng mamamayan. May mga Pilipinong mangingisda na hindi makabalik sa karagatan at mga pamayanang nadadawit sa digma—sila ang malinaw na halimbawa ng buhay, kabuhayan, at kinabukasan na dapat isaisip ng pamahalaan. Bilang kabataang Pilipino, mahirap hindi mangamba; masakit isipin na ang sariling bansa ay naaakit sa panganib sa ngalan ng alyansa. Mas masakit pa na ang kinabukasan natin ay maaaring diktahan ng isang desisyong hindi tayo bahagi.

> **Ang lakas ng Pilipinas ay hindi nagmumula sa kaalyado nito, kundi sa kakayahan nitong ipaglaban ang sariling dignidad at kinabukasan.**

Sa pagitan ng dalawang panig, ang dapat piliin ng bansa ay hindi alinmang kapangyarihan—kundi ang kapayapaan, soberanya, at dignidad ng mamamayan. Tungkulin ng Pilipinas na piliin ang panig ng bayan at hindi ang panganib na dala ng bulag na alyansa, sapagkat ang pinaka-mapanganib na panig ay ang panig na pinili nang nakapikit ang mga mata.

Dibuho | Franchezka Medidas

**Ako'y minsang naging manunulat sa mundong tutok sa paligsahan. Ang mga artikulo ko'y nakulong sa apat na sulok ng silid-aralan, kung saan ang mga ito'y binabasa lamang ng mga matang nagsusukat at naghuhusga. Hindi ako nag-iisa sa ganitong karanasan; maraming batang mamamahayag ang tumahak sa parehong landas—hanggang sa biglang umusbong ang mga organisasyong pampahayagan sa mundong makabago, at nagkaroon ng kakayahan ang lahat na magsulat taliwas sa nakasanayan.**

Kaakibat ng bagong oportunidad na ito'y isang kapalit: unti-unting nabubura ang tunay na diwa ng pamamahayag. Hindi na nga ito nakakandado sa kompetisyon, subalit umiikot naman sa dami ng likes, comments, at shares na nalilikom ng isang organisasyon.

Noong 2020, itinatag ang Explained PH, pinakamalaking samahang peryodista sa social media, na hanggang ngayon, ay nagsisilbi hindi lamang sa mga batang mamamahayag, ngunit pati na rin sa masa. Bilang kasapi nito, masasabi ko na ang Explained PH ay tapat pa rin sa kanilang adbokasiya. Madami silang nabigyan ng inspirasyon lalo na noong 2025, kung saan nasaksihan ko ang pagdami ng iba't ibang media organization.

Sa pag-usbong ng mga publikasyon, lalong numinipis ang linya sa pagitan ng tunay na adbokasiya para sa pamamahayag at ng ratsadahang pagbabalewala sa diwa nito. Bilang Editor-in-Chief ng The Frontman, nasaksihan ko kung paanong ang social media ay naging parehong daluyan ng demokrasya at kanlungan ng maling impormasyon.

Ayon sa ilang mga pag-aaral, social media ang pangunahing sanggunian ng balita ng marami, lalo't higit ng kabataan. Lumalawak ang impluwensiya ng mga digital journalism pages. Ngunit, sa halip na paigtingin ang beripikasyon, marami ang naliligaw sa kulturang inuuna ang bilis ng klik kaysa katumpakan.

Mahalagang balikan kung paano hinuhubog ang mga dyorno sa loob ng paaralan. Sa ating eskwelahan, ang The Standard Press at Ang Paham ay produkto ng mas mabagal ngunit di-hamak na mas istriktong proseso—may patnugot, may rebisyon, at may dinadaanang proseso ang bawat sinusulat. Hindi man ito nakasisiguro ng perpeksiyon, ngunit may malinaw ang pagkakaiba: may sistema ng pananagutan.

Ang kaibahang ito'y lalong nakikita kapag inihambing sa iba pang social media publications. Kadalasan, nawawala ang editorial review. Ang balita ay nailalabas agad, subalit walang sapat na beripikasyon, kapalit ng mas mabilis na engagement. Ang maling detalye, kulang na konteksto, at clickbait na pamagat ay nakasasanayan na.

Hindi rin maikakaila ang paglaganap ng panggagaya at AI-generated content sa ilang online journalism pages. May mga artikulong inuulit lamang ang nilalaman ng lehitimong news outlet nang walang kredito, at may mga publikasyong umaasa sa AI upang makagawa ng content nang walang sapat na pag-unawa sa paksa. Ang ganitong gawain ay lumalabag sa etikang minsang pinanumpaan ng bawat dyorno.

> **Sa mundo ngayon, hindi sapat ang presensya sa social media upang matawag na mamamahayag; ang dami ng tagasubaybay ay hindi sukatan ng integridad.**

Kung ang mga publikasyong nagsisimula sa loob ng mga paaralan—maging ito man ay The Standard Press, Ang Paham, o mga digital pages—ay nagnanais na magtagal, kailangan nilang panindigan ang parehong pamantayan.

**Bantay Numero**

**66%** **ng mga Pilipino** ay kumukuha ng balita sa social media, mas mataas kaysa sa live TV (lalo na sa mas

**Sanggunian | Digital News Report**

---

**SIWALAT**
MEIGAN **CALDERAS**

**SIWALAT**
SAMANTHA **BALIAO**

## Iba nga ba ang sibol ng sariwang binhi?

**May kasabihan ang mga Intsik: ang isang bansa ay parang isang puno—kapag matibay ang ugat, tiyak matibay rin ang buong puno. Ang lahat ng halaman, malaki man o maliit, ay nagsisimula bilang munting sibol, at ang bawat sibol ay nagsisimula muna bilang isang binhi. Tulad ng isang halaman, ang pamahalaa'y nakasalalay sa kalidad ng mga binhi—mga opisyal—na namumuno sa kaniya. Ang tanong ngayon: mas maganda nga ba ang maidudulot ng sariwang mga binhi sa paglago ng ating bansa?**

Paunti-unti nang tumataas ang bilang ng mga Gen Z na nakikilahok sa politika. Ngayong nagdaang 2025 Midterm Elections lamang, tinatayang tumataginting na 63% ng mga botante ay mula sa henerasyong ito. Hindi na maikakaila na kasabay ng pagtaas ng bilang na ito, lalo ring lumalakas ang tinig ng mga bagong hanay ng botanteng Pilipino—ngunit bukod pa sa pagboto, dumarami na rin ang bilang ng mga Gen Z na naluluklok sa pamahalaan.

Maliban sa katotohanang mas mulat ang kabataan sa mga suliraning panlipunan at katiwalian ng mga namumuno, kalamangan nila bilang mga bagong lider ang kagustuhang hindi magaya sa kapalpakan ng mga nasa mas mataas na katungkulan. Malinaw na nakikita sa mga kabataang mulat sa karumihan ng politika ang pagtataguyod ng pamahalaang may integridad at pagkalinga sa nasasakupan. Hindi rin maikakaila na mas matatalas ang isipan ng mga lider-kabataan sa pagbibigay solusyon sa mga panlipunang problema kung ikukumpara sa mga matagal nang kabilang sa pamahalaan.

Ikinatutuwa ito ng nakararami. Sa palagay nila, ang mga batang nabibigyang-katungkulan ay mas may kakayahan na mamahala nang tapat at malinis. Gayunman, sa pag-usbong ng bagong mga isyu hinggil sa flood control at samot-saring katiwalian, nasubok ang pananaw ito. Sa mundo ng politika, mayroon ba talagang epekto ang edad? Para sa akin, wala.

Ang pagiging isang matapat na lider ay hindi nasusubok sa edad o pinag-aralan, bagkus sa angking layunin—ang kadalisayan ng pagnanais na magserbisyo sa nasasakupan ang lagi't laging nararapat na mamutawi sa pagpili.

Dibuho | **Franchezka Medidas**

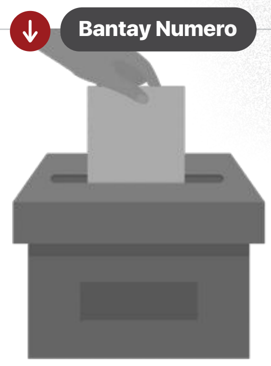
> **Hindi porke't sariwa ang isang binhi ay maganda na ang magiging sibol nito.**

Hindi rin porke't bata ang opisyal ay mamamahala na ito nang mabuti—tulad ng isang sariwang binhi, mayroong mga sisibol nang matuwid, at mayroon ding sisibol na bulok na sapul pa lamang.

Kung may "kabataan" na handang maging kinatawan ng lahat ng boses na balang araw at maging pag-asa sa pag-unlad at pagsulong ng Pilipinas, walang mamamayang mabubulag at madadawit ng maling pag-iisip sa takbo ng pamahalaan dahil sa nakasanayan.

Bilang isang ordinaryong mamamayan, hangad namin na sana mas lalong mapalapit pa ang mga tainga ng handang marinig ang mga pagsubok at kahirapan ng buhay dahil sa hindi masolusyunang problema ng namiminuno. Ang mata ng kabataan ay ingatan upang magamit sa kaliwanagan at katapatan ng pangunguna at hindi madaya ng mga nakapupuwing—at nawa bagong solusyon ang kanilang dalhin sa halip na bagong pasanin sa sambayanang Pilipino.

**Bantay Numero**



**66.81%** ang itinaas ng **bilang ng mga botanteng Gen Z** sa 2025 Midterm elections [mula 13.11 milyon (2022) hanggang 21.87 milyon (2025)]. 63% ng kabuoang botante sa 2025 Midterm Elections ay mga Millenial at Gen Z.

**Sanggunian | Liveable Cities PH**

---

**UGAT**
SOPHIA **JOSE**

## Administratibong kapit-panatisismo

**Kinalakihan ko nang mapanood sa telebisyon ang mga matatamis na ngiti at mapanlinlang na pangako ng mga politiko kada halalan. Matitikas ang tindig, nag-uumapaw sa kumpiyansa, palibhasa'y sa pangalan at kasikatan pa lamang ay sigurado nang tatatak sa masa. Balewala na kung walang maayos na plataporma, hayaan na kung kaduda-duda man ang kanilang persona.**

Nakadidismayang isipin na sa halip na plataporma ang nangingibabaw, ang namayani ay ang kagustuhan ng mga taong tingalain ang dapat kapantay lamang natin.

Dibuho | **Claire Santos**

> **Hindi ko maiwasang isipin, bumoboto nga ba tayo para sa kinabukasan ng bansa, o para lamang manalo ang sinasabing "manok" sa pustahan ng politika?**

Kung ganitong sistema ang namamayagpag, susugal ka pa rin ba kung sa umpisa pa lamang ay alam mong talo ka na?

Dahil sa panatisismo—kalagayan kung saan ang posisyong politikal ng mga tao ay naaayon sa personal na paniniwala—mas tinitingnan ang kasikatan kaysa kredibilidad. Ang kanilang plataporma ay nalulunod sa kinang ng apelyidong dekalidad lamang ang tunog, subalit kapos naman sa maaasahang paninindigan.

Ayon sa Philippine Center for Investigative Journalism (PCIJ), umabot sa mahigit PHP 10 bilyon ang naubos noong 2024 sa paglalaan ng pondo sa pag-endorso ng kanilang imahe bago pa ang opisyal na kampanya.

Higit pa rito, tinatayang nasa 87% ng mga gobernador, at 80% ng mga kinatawan ng kongreso mula 2022 hanggang 2025 ay nagmula sa "obese dynasties"—pamilyang may higit sa limang miyembro ng gobyerno, ayon sa pananaliksik ng PCIJ at Ateneo School of Government (ASoG). Mapait isipin na habang tayo ay nalulugami sa gutom, silang nakaupo naman ay lalong tumataba dulot ng kasakiman. Tila kalunos-lunos na ang sinapit natin sa mga nasa posisyon; kahit ang salitang "gahaman" ay hindi na sapat upang ilarawan ang kanilang ginawang kalapastanganan.

Hindi maikukubli na nilalamon na ng damdamin ang ating kritikal na pag-iisip. Aminin man natin o hindi, naging bahagi rin tayo sa lumalaganap na sakit ng politikang Pilipino. Nangyari na ang nangyari, ang mga boto'y hindi na mababawi. Kung tayo ay naghahangad ng isang mabuti at tapat na gobyerno, simulan natin silang tingnan nang walang halong pagsamba.

Dahil kung patuloy tayong magpapakabingi at magpapabulag, paano natin matitiyak na ang ating mga boto ay bunga ng pag-unawa at hindi lamang ng pagsamba?

---

**Ano'ng Say Mo?**

### Minimum Wage Hike

Isa ang minimum wage hike sa inaasam ng bawat manggagawang Pilipinong naiipit sa patuloy na pagtaas ng implasyon. Bagkus, naumpisahan na ang pagtupad ng matagal nang hinaing ng mga manggagawang ito, ang katiting na dagdag kumpara sa laki ng nabubulsa sa mga politiko, ay hindi pa rin sasapat sa araw-araw na gastusin. Nararapat lamang na mas palawakin pa ng pamahalaan ang agapay na ibinibigay nito sa mga manggagawa.

Komentaryo ni **VENICE PAJARILLO**

### Universal Healthcare

Maganda ang layunin ng Universal Health Care na nais ipatupad ng PhilHealth at Department of Health (DOH), lalo na sa pag-una sa mga marginalized na lugar upang mabigyan ng abot-kayang serbisyong pangkalusugan ang lahat.

Gayunpaman, nananatili ang mga hamon sa access, kakulangan ng doktor, at wastong pondo, kaya mahalaga ang pakikilahok ng bawat Pilipino sa pagpapatupad nito.

Komentaryo ni **LIFE CRUCILLO**

Ang Opisyal na Pahayagan sa Filipino ng Mataas na Paaralang Pang-Agham ng Las Piñas
Tomo XIII · Bilang I
ang paham

BALINTATAW
ALLAN **CAPILLO**

## Lihim na takot

**Bakit parang mas madali ang magpanggap kaysa maging totoo sa sarili? Madalas bumabalik sa akin ang tanong na ito tuwing nakaharap ako sa salamin bago pumasok sa paaralan. Inaayos ko hindi lamang ang aking uniporme kundi pati ang katauhang ihaharap ko sa mundo. May anyo ng pagiging tama na inaasahan sa akin tulad ng pagiging tahimik ngunit mahusay, matatag ngunit hindi reklamador. Dito nagsisimula ang aking lihim na takot.**

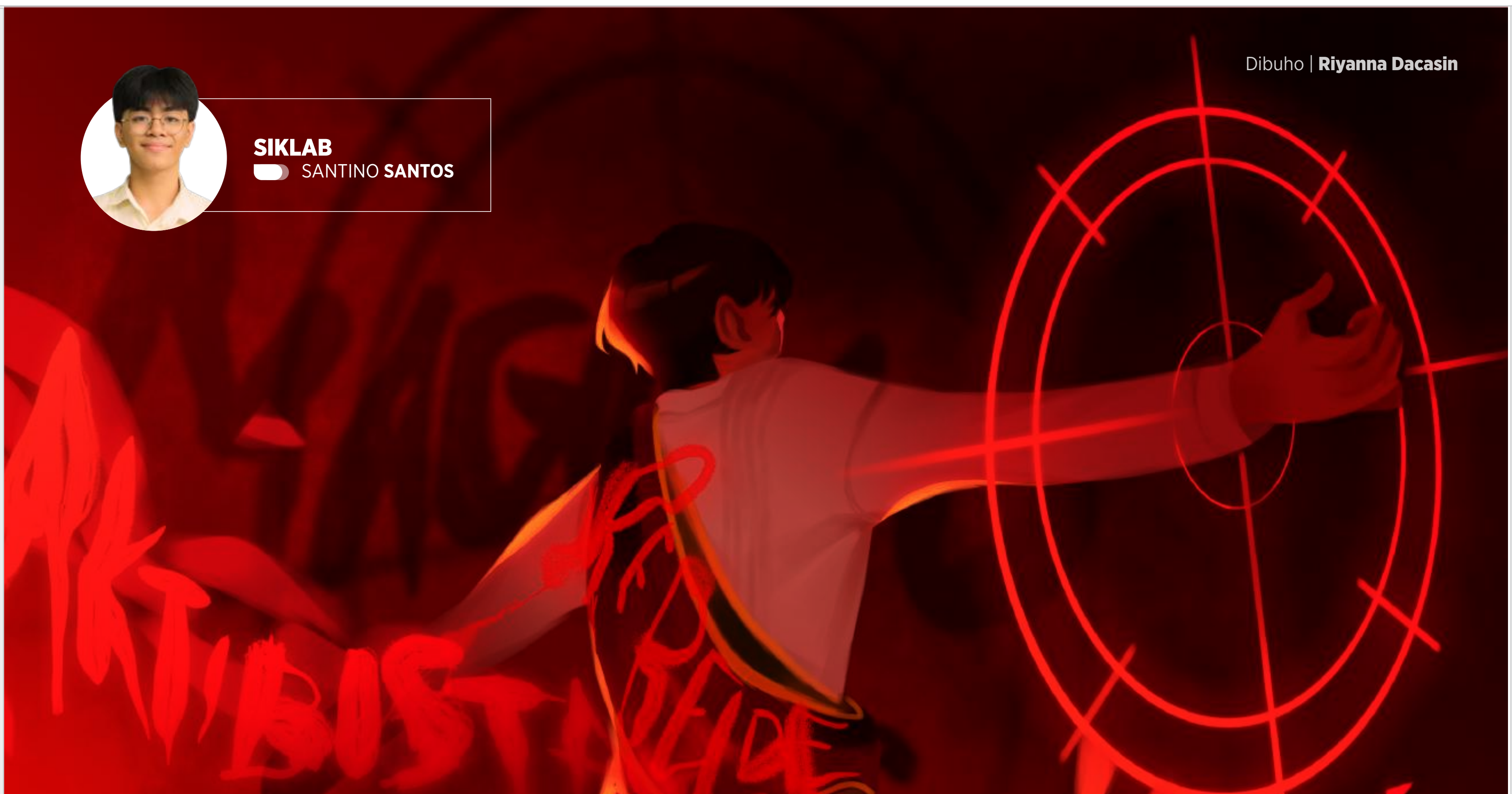
Bilang isang estudyante, natutunan kong sukatin ang aking mga salita at emosyon. May mga sandaling nais kong magsalita o umamin na ako ay nahihirapan ngunit pinipili kong manahimik. Sa kulturang kinalakihan ko, tila isang kahinaan ang pag-amin ng pagod at pagdududa lalo na kung ika'y inaasahang maging matatag. Kaya natututo akong magpanggap. Ngunit, sa bawat araw na ginagawa ko ito, ako ay naliligaw.

Nagiging mahirap ang pagiging totoo dahil hindi lamang ito personal na pasiya. May mga inaasahan sa akin na nagmumula sa pamilya, kaibigan, at lipunan na siyang nagdidikta kung sino dapat ako maging. Naranasan kong mapansin kapag ako ay naiiba at doon ko naramdaman ang bigat ng paghusga. Napagtanto kong ang tunay na hadlang sa pagkatotoo ay takot.

> **Ngayon, unti-unti kong inuunawa na ang pagiging totoo ay hindi kawalan ng respeto kundi anyo ng tapang.**

Hindi lahat ay sasang-ayon at hindi lahat ay tatanggap. Ngunit kung patuloy kong itatago ang sarili ko, ako rin ang unang mawawala. Pipiliin kong maging totoo kaysa maligaw sa pagpapanggap. Ito ang paalala sa sarili ko na ang katapatan ay progresibo.

SIKLAB
SANTINO **SANTOS**



Dibuho | **Riyanna Dacasin**

# PANANAKOT AT PANUNUPIL

## Pulang piitan ng mapanuring pag-iisip

**Alam niyo bang may sariling salita para sa *university* ang Filipino?**

Ito ay pamantasan, galing sa salitang-ugat na pantas, na tumutukoy sa sino mang lubhang hinahangaan dahil sa taglay na bukodtanging karunungan. Kapag kinabitan ang pantas ng panlaping pang- at -an, ito ay nagiging pamantasan; lugar na hasaan ng mga pantas. Ang tanong ngayon: sa bansang katulad ng Pilipinas, may kapalit ba ang pagpasok sa lugar na pandayan ng talino; may kapalit bang magpakapantas?

Nagugunita ko pa nang una kong mabasa (at ikabanas) ang Facebook post ng personalidad na si Sir Jack Argota. Sabi niya, "UP student ka tapos sa bundok nag-OJT ? Ano'ng course yan beh? B.S. major in NPA?" Aaminin kong malala talaga ang naging pagkainis ko sa post na iyon ni Argota. Batid ko kasing matagal nang ginagamit ng mga taong sarado kung mag-isip ang ganitong klaseng taktika—pamamaratang sa taong hindi nila kasundo—upang supilin ang ano mang pagsalungat sa kanilang opinyon.

Maraming Pilipino—na piniling isuko ang kritikal na pag-iisip—ang walang habas na nagbabansag sa mga lider-estudyante at mga aktibistang pampaaralan bilang mga rebelde, terorista, at ang malala sa lahat, salot sa parehong lipunang kanilang ikinababaka sa mga lansangan. Wari ko'y nakalilimutan—o hindi talaga naunawaan sapul pa lamang—ng ganitong klase ng mga tao kung sino talaga ang pinagkakautangan natin ng ating kalayaan. Isa tayong bansang binuo ng mga aktibista, itinatag ng mga anakpawis, at itinayo ng isang bayang sawa nang maging busabos!

Ano pa ba ang aasahan sa lipunang ang tingin sa edukasyon ay madaling landas tungo sa kayamanan imbis na karunungan? Sa totoo lang, kahit na maraming Pilipino ang naghahangad makapagtapos ng kolehiyo, napakababa ng ating pagtingin sa mga intelektuwal. Sa mata ng nakararami, kabaliwan ang pag-aaral kung hindi ito makalilikom ng limpak-limpak na salapi.

Sinasabing nagsisimula ang isang diktadurya sa panunupil ng kalayaang mag-isip. Hindi ba't noong panahon ni Marcos Sr., UP din ang pinagbuntunan niya ng panre-redtag? Kalunos-lunos na hanggang 2026 ay mayroon pa ring mga nakapiit tulad ni Frenchie Cumpio para sa "krimen" ng pagtuligsa sa maling patakaran.

Taliwas ito sa hatol ng Korte Suprema, na sinaad ang red-tagging bilang banta sa dignidad at seguridad ng bawat mamamayan. Sa papel man ay ipinagtatanggol nito ang karapatan sa pagsasalita, hindi pa rin natitinag ang mga nagpapakalat ng ganitong retorika. Sa kanilang mga mata, ang batas ay namamaniobra; sinasamba kapag pabor sa kanila, at itinatatwa kapag lihis naman sa kanilang nais.

> **Sa Pilipinas, kahit 'di man aminin, kinamumuhian ang pagpapakapantas.**

Ang tunay na kahulugan ng edukasyon—pagpapalawak ng kaalaman—ay siyang pagkalaban sa mga sistemang naniniil sa pagkatuto. Magpasalamat tayo na hindi lahat ng mag-aaral ay bulag na makinang nagpapaalipin lamang sa salapi—dahil kapag naubos na ang mga lahat ng mga taong may puso para sa Pilipinas, huwag na tayong umasa pang mayroon pa tayong karapatang matatamasa.

PADUNGAW
NAZ **LARUBIS**

PADUNGAW
LIFE **CRUCILLO**

## Una sa pangalan, kapos sa kalagayan

**"Wow, taga science ka?" Madalas marinig ang tanong na ito, kalakip ang paghanga. Kilala ang science high schools bilang hasaan ng mga pinakamahusay, ngunit paano mananatiling angat ang isang paaralan kung sa mismong ugat nito ay may nagbibitak?**

Para saan pa ang reputasyon ng isang science high school kung kapos ang mga kagamitang panlaboratoryo? Sa halip na aktwal na eksperimento, panonood o imahinasyon na lamang ang pumapalit sa tunay na karanasan sa agham. Sa LPSci, malinaw ang problemang ito. Para sa isang paaralang itinuturing na pandayan ng mga susunod na dalubhasa, nakalulungkot ang kakulangan sa pasilidad at sapat na suporta mula sa nakatataas.

Hindi rin maikakaila ang unti-unting pagbagsak ng kalidad ng pagtuturo. May mga gurong minamadali ang aralin at kulang ang paliwanag. Bagama't may limitasyon sa oras at dami ng gawain, nananatiling tungkulin ng sistema na hubugin ang mga mag-aaral. Ngunit sa maraming pagkakataon, mas marami ang tanong kaysa sagot. Kapag salat sa lalim at kaalaman, malinaw na hindi indibidwal ang problema kundi ang sistemang paulit-ulit na pumapalya.

> **Sa LPSci, may mukha ang "krisis sa edukasyon" — pawis, pagod, at kakulangan.**

May mga klaseng mas ramdam ang init kaysa diskusyon. Makikita ang mga estudyanteng nagpapaypay dahil kulang ang bentilador. Kapag mainit ang silid, kapos ang kagamitan, at bitin ang paliwanag, hindi talino ang nahuhubog kundi ang kakayahang magtiis. Isang sistemang pinananatili ang kakulangan, sapagkat mas madaling pamahalaan ang sanay sa bare minimum kaysa sa tunay na edukado.

Ito ang masaklap na reyalidad sa likod ng ipinagmamalaking "MATATAG" na edukasyon. Hanggang kailan magtitiis ang mga Lapisyano? Paano uunlad ang edukasyon kung ang mga suliraning ito ay patuloy na binabalewala?

Hindi lamang sa LPSci makikita ang problemang ito kundi sa buong bansa. Pinatutunayan ito ng resulta ng PISA 2022, kung saan ika-76 sa 81 bansa ang ranggo ng mga 15 taong gulang sa Science, Mathematics, at Reading Literacy.

Paalala ito na ang edukasyon ang humuhubog sa kinabukasan ng bayan. Walang maidudulot ang kulturang "okay na 'yan" habang tahimik na bumabagsak ang kalidad ng pagkatuto. Hindi pribilehiyo ang de-kalidad na edukasyon—ito ay karapatan. Hanggang kailan tatakpan ng reputasyon ang mga bitak ng isang basag na sistema?

Dibuho | **Zoe Arde**

## LIHAM SA PATNUGOT

**Magandang Araw!**

Likas na gampanin ng mga pahayagang pampaaralan ang paghahatid ng balita sa mga mambabasa, partikular sa mga mag-aaral. Sa samu't saring isyu, nagiging salamin ng tinig at repleksyon ng mga batang dyorno ang mga nilalaman ng pahayagan. Bilang mag-aaral, nakikita ko kung paano napauunlad ng mga nalathalang artikulo ang kakayahang makaunawa at maki-alam ng mga estudyante, gayundi'y malaman ang katotohanan at mahubog ang kritikal na pag-iisip, lalo na sa panahong kalat ang mga maling impormasyon. Sa gayon, paano mapananatili ang mapanuring pag-iisip sa pagsulat ng mga artikulo nang hindi magamit sa paraang hindi naaayon sa tunay na layon ng pahayagan?

**SAMANTHA BALIAO,** Ika-10 Baitang

## TUGON NG PATNUGOT

**Salamat sa pagbabahagi!**

Ikinatutuwa namin ang pagpapahalaga ng mga mag-aaral sa pahayagan bilang tanglaw sa mga isyung panlipunan. Naniniwala kaming ang mapanuring pag-iisip ay kaakibat ng pananagutan, katumpakan, at patas na pagtalakay.

Sa pagsulat, mahalagang nakatuon sa katotohanan at tunay na layon ng pahayagan bilang daluyan ng impormasyon, hindi ng pansariling paniniwala. Sa ganitong paraan, napapanatili ang tiwala ng mambabasa at nagiging gabay ang pahayagan sa paghubog ng kamalayan at pag-unawa ng mga mag-aaral. Higit sa lahat, sa matapat na pagganap sa tungkulin, masisiguradong ang pahayagan ay mananatiling banal at hindi magagamit nang taliwas sa tunay nitong layon.

**AKI HERNANDEZ,** Punong Patnugot

Dibuho | **ZOE ARDE**

# Walong Sinag ni Sunshine

CYREE PAMPLONA

**May mga araw na hindi mo alam kung ang liwanag ba nito ay ginhawa o paso.**

Kumikislap sa ibabaw, ngunit puno ng bitak at anino sa ilalim—ganiyan ang buhay ni Sunshine Francisco sa pelikulang Sunshine.

Bawat galaw, bawat desisyon, bawat pagkakamali ay parang sinag ng araw na nagpapakita sa paligid niya, ngunit hindi lahat ay nagbibigay aliw. May mga sinag na sumasaksak sa balat, pumipinsala sa mata, at nagpapakita ng kawalang-awa ng mundo sa mga babae. Ang araw na ito ay hindi lamang simbolo ng liwanag o pag-asa. Ito rin ay simbolo ng kahihiyan at ng sakit na pilit mong pinapasan habang nakangiti sa harap ng lahat.

***Gymnastics bilang kaniyang buhay***

Para kay Sunshine, ang gymnastics ay hindi lang palakasan kundi ang buo niyang pagkatao. Sa bawat galaw, makikita ang kaniyang saya at pangarap, ngunit sa likod ng perpeksiyon ay ang pressure, pagod, at kabataang isinakripisyo para sa pangarap na tila naging kulungan.

Ang sinag ay maliwanag ngunit marahas—perpekto sa labas, nakamamatay sa loob.

***Pagkontrol sa kaniyang mundo***

Nang mabuntis si Sunshine, sinikap niyang kontrolin ang sitwasyon, ni-blackmail si Miggy, kasintahan niyang inabando sya para sa pera, pumunta sa Quiapo, at halos pabayaan ang sarili. Ipinapakita nito ang kawalang-layang nararanasan ng kabataan kapag ang katawan at buhay nila ay nahuhubog ng maling desisyon at pagkakataon.

Ito ang sinag na nagpapakita na minsan, kumikilos ang tao kahit alam niyang mali, upang igiit na siya pa rin ang may hawak ng kaniyang buhay.

***Pagbasag ng mga hadlang***

Ang pagbasag niya sa windshield ni Miggy ay sumasalamin sa galit at sakit na bumabagabag sa kanya. Ito ay isang paalala na minsan, may kailangang masira upang mailantad ang katotohanan, kahit masakit.

Ito ang sinag ng kaniyang emosyon: magulo, hindi mapigilan, at marahas.

***Pamantayan at paghusga ng lipunan***

Kumalat ang balita ng kaniyang pagbubuntis, at kasama nito ang mga tingin at bulung-bulungan na unti-unting kumain sa kaniyang dignidad. Maging ang kaniyang pinakamatalik na kaibigan ay lumayo, at ang araw ay naging init na nakakapaso, hindi nakaliliwanag.

Ipinapakita ng sinag na ito ang kawalang-awa ng lipunan sa kabataang madaling husgahan at punahin.

***Kabiguan ng katawan***

Nang mabigo ang kaniyang pagtatangkang aborsyon, siya'y naospital—isang paalala ng hangganan ng katawan at ng mga bagay na hindi kayang pilitin. May mga resulta talagang masakit, kahit sinubukan mo ang lahat.

Ito ang sinag ng katotohanan: bawat desisyon ay may kaakibat na kabayaran.

***Pakikiramay at pag-unawa***

Sa pagdamay niya kay Mary Grace, lumitaw ang sinag ng empatiya, ang sariling paghihirap ni Sunshine ang naging daan upang maunawaan ang sakit ng iba.

Ipinapakita ng sinag na ito na kahit nasasaktan ka, may kakayahan ka pa ring magbigay-liwanag sa kapwa.

***Batang babae bilang kaniyang konsensya***

Hindi lamang siya obserbador; ang batang walang pangalan ay sagisag ng pasakit at pagkabigong hindi matakasan ni Sunshine. Sa bawat pagpili, naroon ang presensya nito—tahimik ngunit mabigat.

Ito ang sinag ng konsensya: laging nariyan, at hinihikayat kang harapin ang katotohanan kahit iwasan mo pa ito.

***Pagharap sa buhay at pag-angkin sa liwanag***

Sa huli, ang pagbabalik ni Sunshine sa gymnastics ay hindi na lamang tungkol sa panalo, kundi sa patuloy na pagharap sa sakit at bigat ng kaniyang pinagdaanan. Higit sa isang atleta, siya ay nagiging larawan ng mga babaeng dumaan sa mahirap at tahimik na laban ng pagpapa-abort—mga babaeng hinusgahan, nasaktan, ngunit patuloy na lumalaban.

Ito ang sinag ng tagumpay: hindi perpekto, hindi malinis, ngunit tunay, at sa kabila ng lahat, siya'y nagpatuloy, siya'y nabuhay, at siya'y muling nagliwanag.

Ang buhay ni Sunshine ay binubuo ng walong sinag—bawat isa'y may sariling init, liwanag, at sakit. May mga sinag na nakakapaso, may mga sinag na malabo, at may mga sinag na nagbibigay ng pag-asa.

Ang kaniyang kwento ay paalala na ang liwanag ng isang babae ay hindi laging buo o perpekto.

Minsan ito'y nagmumula sa sugat at pagkakamali, ngunit sa kabila nito, may kakayahan pa ring magpatuloy, mabuhay, at magliwanag.

# Tintang Walang Hanggan

JULIA BUAGAS

**Hindi mawawalan ng tinta ang panulat sa sandaling ibinalik ang takip nito. Hindi mawawalan ng kakayahang makaintindi ang isang estudyante sa oras na siya ay tumayo mula sa kanyang upuan. At higit sa lahat, hindi kailanman humihinto ang katotohanan kapag isinara ang pintuan ng silid-aralan.**

Sa loob ng paaralan, hindi mawawalan ng mga estudyanteng mamamahayag, hindi lamang para magpakita ng talento, kundi pati na rin iboses kung ano ang totoo. Sila ang nagsisilbing limang pandama ng paaralan—nagsisilbing mata, boses, at tainga. Saksi sila sa mga isyu, dinig nila ang mga hinaing ng kapwa, at binoboses ang pulso ng masa.

Ngunit ang kanilang tungkulin ay hindi lamang natatapos sa loob ng paaralan, dahil maging sa mga panlabas na organisasyong pampahayagan, sila rin ay patuloy na naglilingkod para sa katotohanan.

Tulad na lamang nina Shayne Marie Oray at Denish Janda—mga estudyanteng mamamahayag mula sa Las Piñas City National Science High School (LPSCI).

***Tintang Mulat***

"Huwag hayaang matapos ang lahat sa pagiging mulat lamang, dahil walang mangyayari kung titingin lamang tayo at hindi magsasalita." Iyan ang saad ni Shayne Marie Oray—ang tumatayong Tagapangasiwang Patnugot ng Ang Paham—ang opisyal na pahayagan Filipino ng LPSCI.

Para sa kanya, ang pamamahayag ay hindi lamang simpleng paglalahad ng balita, kundi isang makapangyarihang daluyan ng katotohanan at kaalaman na nagbibigay-liwanag sa mga isyung nararapat malaman ng mga mamamayan.

Dala ang kanyang taos-pusong hangaring maghatid ng katotohanan at maglingkod sa kapwa, kasama niya ang inspirasyong hinango mula sa kanyang Senior, siya ay nahikayat na yakapin ang mas malalaking oportunidad. Sa kasalukuyan, siya ay nagsisilbing Patnugot ng Panitikan ng Pressroom Philippines, kung saan patuloy niyang hinahasa at pinayayabong ang sining ng panulat bilang sandigan ng makabuluhang pamamahayag.

Sa pamamagitan ng paglahok sa mga panlabas na organisasyon, lalo pang napayayaman ang kaniyang karanasan, sapagkat siya ay nakikisalamuha sa mga taong may parehas na paninindigan at adhikaing maghatid ng katotohanan. "Marami rin akong napupulot na aral mula sa mga taong mas mulat kaysa sa akin, at napapalawak nito ang aking pagtingin sa lipunan." Saad ni Shayne. Patunay na ang pag-unlad ng isang tao ay hindi lamang nalilimitahan sa kung ano ang kanyang nasasaksihan, sapagkat higit na nagiging makahulugan ang mga aral kapag ang mga ito ay personal na nararanasan.

***Tintang Matapang***

Sa kasalukuyang panahon, marami pa rin ang hindi ganap na mulat sa mga isyu at suliranin ng ating bansa. Kaya't mahalaga na gamitin natin ang ating tinig, upang marinig ang ating mga hinaing at maipahayag ang katotohanan.

Si Denish Janda ang kasalukuyang Patnugot ng Isports sa opisyal na pahayagang ingles ng LPSCI—ang Standard Press. Saad niya, "I believe that even the tiniest voice could make a change."

Pinatutunayan niya na kahit isang mag-aaral lamang, hindi nararapat na malimitahan ang kakayahang maghatid ng katotohanan sa loob lamang ng paaralan. Dahil bawat isa ay may tinig at pagkakataong maghatid ng katotohanan sa lipunan, nararapat lamang itong gamitin nang may tapang at pananagutan.

Tumatayo rin bilang Patnugot ng Isports si Denish sa organisasyong pampahayagang Jourknows. Aniya, "Being in any journalism organization was never on my list as a high school student. However, an opportunity eventually came, I was scouted, I doubted my abilities, but then still tried." Sa larangan ng pamamahayag, wala itong pinipiling tao, basta't ikaw ay may pusong handang maglingkod at utak na ihinubog upang umunawa at kumilos para sa bayan, tiyak na ikaw ay magiging epektibong tagapagpalaganap ng katotohanan.

**Tinta ng Katotohanan**

Bilang isang mamamahayag, nararapat na ang boses na lumabas sa iyong bibig ay puno ng paninindigan. Hindi nagtatapos sa kakayahang magsalita o magpahayag ang tungkulin ng isang mamamahayag, nararapat din itong magmulat ng kamalayan at magsilbi sa mga mamamayan.

Hindi biro ang maging isang mamamahayag, hitik sa pagsubok at lubak ang daang tinatahak patungo sa katotohanan. Gayunpaman, ang katotohanan ay laging may tinig na nararapat pakinggan.

Kahit pa manghina ang kamay o mawalan ng tinta ang panulat, nararapat na tandaang may panulat na hindi kailanman matutuyo—ito ang panulat na ginawang may paninindigan, prinsipyo, at may hangaring maglingkod sa bayan. Sapagkat, hangga't may mga mamamahayag na handang tumindig at magsalita—sa loob man o sa labas ng silid-aralan—mananatiling buhay at maingay ang katotohanan.

Dibuho | **ZOE ARDE**

# PAGGUHO NG MGA SINEMENTONG SIKRETO

MATT **MANONGSONG** & JULIA **BUAGAS**

**Mayroong mga pundasyong itinatayo hindi upang hangaan ang taas, kundi upang sukatin ang tibay nito sa ilalim ng unos.**

Mayroong mga sikretong ibinabaon at isinisemento upang hindi na makita pang muli. Aakalain ng lahat na matibay at hindi na matitibag ang pundasyon at dingding ng mga sikretong pilit na itinatago, ngunit sabi nga nila, walang sikretong hindi nabubunyag. Dahil kahit ano pang palitada at pagpipintura ang gawin mo upang mapaganda ang isang estruktura, mananatili pa ring nakikita ang mga duming patuloy na ipinapahid dahil sila ay nilamon na ng ganid.

Tila ba semento at buhanging hinahalo ang naging buhay ng pamilya Discaya. Ang estado ng buhay ng mag-asawang Curlee at Sarah Discaya ay tila kasingliit lamang ng butil ng buhangin bago pa sila magkaroon ng negosyo bilang mga kontratista.

### *Pagtatayo ng Sariling Tadhana*

Dahil sa isang panayam na isinagawa nina Julius Babao at Korina Sanchez ilang buwan lamang matapos ang pagtakbo bilang alkalde sa halalan noong nakaraang taon ni Sarah Discaya, nabunyag lahat ng sikretong patuloy nilang itinatago mula sa publiko.

Matatandaang nagsimula ang mga Discaya sa kanilang sariling kumpanya na nakabase sa Pasig, ang St. Gerrard Construction General Contractor Development Corporation. Dahil sa kumpanyang ito, hinarap nina Curlee at Sarah ang hamon ng pananatiling matatag sa gitna ng matinding kompetisyon. Ang bawat desisyon ay naging paraan upang patatagin ang daan na kanilang tinatahak. Sa industriyang pinaghaharian ng malalaking pangalan, kinailangan nilang bumuo ng sariling identidad at panindigan ang mga pasyang kanilang pinili.

Itinampok sa mga nagdaang panayam ang mga yamang kanilang pagmamay-ari. Malaking mansyon, lagpas 40 na mga sasakyan, at mga mamahaling pampaswerte ang kanilang ibinida sa programa. Nang sila ay tanungin kung ano ang naging hudyat ng kanilang unti-unting pag-asenso, "Nung nag-DPWH kami," ito ang naging saad ni Sarah na umani ng pambabatikos mula sa publiko.

Sa bawat hakbang, mahalagang malinaw kung saan patungo at kung anong prinsipyo ang pinanghahawakan. Ngunit minsan, may mga hangarin na mas mataas pa sa kanilang prinsipyong pinoprotektahan, na nagiging sanhi ng pagkawasak ng kanilang pinaghirapan.

### Pagkawasak ng Limitasyon

Nang dahil sa naging pahayag ni Sarah, umulan ng maraming komento ang mga Pilipino tungkol sa Yaman ng kanilang Pamilya. Dito na unti-unting nabunyag ang lihim na duming kanilang isinasagawa.

Hindi lamang ang St. Gerrard Construction ang kanilang natatanging kumpanya, dahil mayroon pa silang walo na iba pang kumpanya na pinaniniwalaang naglalaban-laban pa sa mga bidding na isinasagawa sa mga proyekto ng gobyerno. Ito ay isang ilegal na gawain ayon sa Republic Act No. 9184, kung saan ipinagbabawal na mag-bid laban sa isa't isa ang mga kompanyang iisa lamang ang nagmamay-ari.

Dito na rin nagsimulang lumabas ang iba't iba pang kasinungalingan at mga sikretong pilit nilang ipinapakain sa mga tao. Katulad na lamang ng mga ghost projects at ang pagnanakaw mula sa pondong para sana sa flood control projects—na nararapat sanang pigilan ang baha ngunit nagiging sanhi pa ito ng patuloy na paghihirap ng mga Pilipino sa oras ng sakuna.

Inaasahang magsisilbing inspirasyon at motibasyon para sa iba ang mga isinagawang panayam, subalit taliwas ang naging bunga nito. Sa halip na paghanga, nagbukas ito ng kamalayan—isang tahimik na patunay na ang anumang pundasyong itinayo mula sa mga itim na sikreto ay hindi kailanman magiging karapat-dapat na ipagmalaki.

Dahil sa pagwasak nila sa kanilang limitasyon, naging sanhi rin ito ng unti-unti nilang pagbagsak. Walang sikretong mananatili lamang na nakasemento habang buhay, dahil dadating ang panahon na mayroong pwersang kayang tibagin ang matibay na pundasyong ginawa para rito—at ito ang mga Pilipino.

Sa mundong ito, ang tunay na tibay ay hindi nasusukat sa kapal ng semento, ito ay nasusukat sa proseso kung paano ginawa ang proyekto. Kaya't sa oras na mabitak ang pundasyong itinayo sa kasinungalingan, kasabay nitong guguho ang lahat ng ipinagmamalaki nilang kapangyarihan.

Dibuho | **ZOE ARDE**

# MGA BAYANING BUMABAYBAY SA BAHA

JOHN **HULIPAS**

**HINDI lahat ng bayani ay may hawak na matalas na itak o matibay na kalasag. Minsan, sila ay sumusulong gamit ang sirang yero upang libutin ang mga lugar na nalulunod na sa naglalabuang baha na sumasalamin sa lumalabong kinabukasan ng Pilipinas. Sa halip na malunod sa paghihirap na dulot ng pangungurakot ng mga buwaya, may mga bayaning umaahon upang ipaglaban ang nararapat na estado ng bawat mamamayan sa bansa.**

118 bilyon—ito ang halaga ng pondong dapat sana'y lulutas sa bahang nararanasan ng bansa dulot ng mga bagyo. Subalit, hindi natin mahuhulaan kung kailan lilitaw ang buwaya mula sa baha. Kaya ang bilyong pondong ito, agad-agad lang nawala. Bilyon-bilyon din ang mga Pilipinong patuloy na bumabaybay sa baha para hanapin ang kanilang mga mahal sa buhay, maligtas ang mga alagang hayop, at tumulong sa kapwa. Higit sa lahat, sila ay lumalaban upang mabawi ang kaligtasan bilang karapatan at hindi pribilehiyo.

### *Bayani para sa Tao*

Isa sa mga bayani sa baha ay ang mga search-and-rescue teams. Mapa-umaga man o gabi, puspusan silang kumikilos upang mahanap at maligtas ang mga taong nasalanta ng bagyo, partikular na ang mga binabaha. Binabaybay nila ang iba't ibang lugar sa kabila lalim ng baha para lang 'di maiwan ang mga biktima. Tulad na lang ng 525th Combat Engineer Battalion na pangunahing Humanitarian Assistance and Disaster Response (HADR) ng Philippine Army na nagpadalang dalawang grupo upang magsagawa ng Water Search and Rescue Operations sa lungsod ng Quezon at Marikina. Naligtas nila ang mga bata, matanda, at PWDs na nag agaw-buhay sa taas ng baha bunsod ng Bagyong Crising noong Hulyo 2025.

### *Bayani para sa Tahanan*

Sa bilis ng agos ng baha kung saan lumulutang ang mga sirang yero, kahoy, at mga taong pilit na kumakapit sa kung anu man para makaligtas—mahihinuha na maraming nawalan ng tirahan.  Sa katunayan, ayon sa National Disaster Risk Reduction and Management Council (NDRRMC),  halos 200,000 katao ang nalayo mula sa kanilang tirahan dahil sa hagupit ng bagyo, Kung kaya't may mga bayaning binuksan ang kanilang tirahan para sa mga nasalanta. Tulad ng iba't ibang malls na SM, Robinsons, at Ayala na tumanggap ng mga taong  apektado ng bagyo. Pumapayag sila sa overnight parking, nagbibigay ng libreng WIFI, charging stations, at may help desks upang tugunan at tutukan ang mga biktima sa kasagsagan ng bagyo.

### *Bayani para sa Hayop*

Hindi lang mga tao ang nag-aagaw buhay sa malakas na ulan at baha, pati ang mga hayop. Basang-basa ang mga stray animals na tinatangay ng baha—walang mataguan at nag-aagaw buhay. Subalit, sa tulong ng mga bayani tulad ng Philippine Animal Welfare Society (PAWS), maraming hayop na ang hindi naiiwang lunod sa baha. Tulad ng isang kuting na binansagang Carina dahil ito'y naligtas noong tinamaan ng Bagyong Carina ang Pilipinas. Nang iligtas si Carina noon, bakas ang panghihina sa kaniya. Subalit, unti-unti niyang naibalik ang kalusugan nang alagaan sa PAWS shelter.

### *Bayani para sa Pag-asa*

Mawala man ang baha, hindi dapat tumitigil ang pagtulong. Lalo na't marahil ang katapusan ng bagyo ay mas masaklap dahil masasaksihan na ng mga tao ang nasalantang pamumuhay. Kaya, may mga bayaning inaalay ang kanilang palad upang makatulong sa iba't ibang paraan. Tulad na lang ng Angat Buhay Foundation na tumulong sa 16 probinsya noong tumama ang Bagyong Tino at Uwan. Tumatayang P13-milyong humanitarian assistance ang nalaan ng organisasyon. Nagbigay sila ng mga food pack, hot meals, at tubig upang mabawi ang lakas ng mga nasalanta.

### *Bayani para sa Katotohanan*

Sa likod ng mga ulat na ating naririnig tuwing may bagyo ay mga mamamahayag. Kahit na halos matangay sila ng hangin at masapawan ang boses nila ng malalakas na kidlat ay hindi sila napapagod maghatid ng katotohanan. Ang mga mamamahayag ay bayani rin sa baha sapagkat isiniwalat nila ang katotohanan ukol sa mga ghost flood project sa Pilipinas. Binuksan nila ang mata ng mga Pilipino ukol sa mga buwayang kinakain ang perang dapat para sa kanilang kaligtasan. Nagsilbi silang plataporma ng mga nasalanta—upang humingi ng tulong, magbigay mensahe sa mahal sa buhay, at iba pa. Bumoses sila para sa mga biktimang binabaha ng paghihirap na 'di naman dapat nila pinagdaanan.

Walang itak. Walang kalasag. Sumusulong lamang sila sa baha upang iligtas ang mga Pilipino mula sa buwaya. Walang anumang lalim ng baha ang kukubli sa kasalanan ng mga kurakot. At walang baha ang pipigil sa mga bayaning magbaybay tungo sa kaligtasang karapatan ng mga Pilipino.

# BIBBIDI-BOBBIDI-BUWAG NA KASTILYO

DANIELLA **SALAMANQUE**

**Isang gabi, bumuhos ang malupit na bagyong sumira, hindi lamang sa mga kabahayan kundi sa katahimikan ng buong kaharian.**

Kasabay ng nakabibinging kulog ang nakadudurog na iyak ng mga bata sa bubong, hawak ang mga kumot na nakabalot sa katawan habang mahigpit na yakap ang braso ng kanilang mga magulang. Lubog at nagmistulang dagat na ang buong kaharian ngunit patuloy pa rin ang hagupit ng bagyong kadarating lamang kahapon.

Sa kabilang banda, iilang hakbang pa lamang ng hagdan patungong kastilyo ang binabaha. Hindi pa rin umaalis ang mga kawal sa kani-kanilang mga pwesto, abala pa rin sa pagtataboy ng mga taong nagtatangkang lumapit sa mundo ng mga maharlika.

Malalaking kastilyo. Makikinang na relo. Mamahaling mga oto.

Ilan lamang iyan sa maraming karangyaan na natatamasa ng mga "nepo babies." Habang ang iba'y naghihirap para maabot ang kanilang "happily ever after," ipinapanganak ang mga prinsesa't prinsipeng ito na may gintong kutsara sa bibig. Sila ang mga anak ng may matataas na ranggo sa kaharian, kontraktor man 'yan o politiko.

Dahil dito, hindi man sila si Cinderella, nakukuha pa rin nila ang anumang hilingin sa pamamagitan ng kanilang mga "fairy godmother" – o dapat ko bang tawaging... personal na ATM? Bili rito, bili roon. Mapa-bag, alahas, o sasakyan, laging nariyan ang mommy at daddy para magbayad.

Halos gabi-gabi rin silang punong-abala sa mga pagdiriwang at sayawan sa isang bukas na kastilyo upang ilantad sa mga mamamayan ang kanilang magagarang kagamitan. Suot nila ang salaming sapatos na kailanman, kahit putulin pa ang mga daliri sa paa, hindi magkakasya sa mga karaniwang tao.

Habang sila ay patuloy na namumuhay sa karangyaan, nakalilimutan nila na wala sila sa mga kuwentong pambata. Kung ang mga prinsesa roon ay iginagalang ng mga tao at tinitingala ng mga bata, sa totoong buhay ay hindi. Dahil ngayon, ang mga namumuhay na parang prinsesa ang mga sumpang patuloy na nagpapahirap sa buhay ng mga Pilipino – sila ang kontrabida at tayo naman ang bida.

Sa ilalim ng Batas Republika 6713 o ang "Code of Conduct and Ethical Standards for Public Officials and Employees," itinatakda ang mga moral at asal na dapat sundin ng lahat ng mga nagta-trabaho sa gobyerno. Sa Seksyon 4 nito, mahigpit na ipinagbabawal ang pagpapakita ng marangyang pamumuhay ng mga opisyal at kawani ng gobyerno. Sila ay inaasahang mamuhay nang simple at naaayon sa sahod, bagay na hindi nasusunod ngayon.

Upang mahigpit na mabantayan ang mga paglabag sa batas, ginagamit ng gobyerno ang Statement of Assets, Liabilities and Net Worth o SALN. Dito ay tinitingnan kung ang mga ari-ariang taglay ng mga opisyal ay naaayon sa idineklara nilang halaga ng yaman. Kung napatunayang lumalabag, maaari silang kasuhan at tanggalan ng ari-arian.

Gaya ni Belle, likas na sa mga Pilipino ang pagiging mausisa, hinding-hindi magpapasiil. Kaya naman, patuloy ang paghahanap ng katotohanan sa likod ng rosas, sa likod ng mamahaling pamumuhay ng mga kilalang nepo babies. Dahil sa sama-samang pagkilos, unti-unti nang napapanagot ang mga tiwali sa gobyerno.

Darating ang araw na hindi na magiging sapat ang matatayog na hagdan upang matakasan ang malalaking baha na dulot ng kanilang kasamaan. Gaano man karami ang makikisig na kawal, hindi na maitataboy ang mga basang sisiw na patuloy ang paglaban at pag-iyak para sa maayos na pagpapatupad ng sistema.

Sa kuwentong ito, magigiba ang mga pader na binuo ng kasinungalingan at mawawala ang harang na naghihiwalay sa maharlika at karaniwan. Maiiwan ang tanda na ang malaking kastilyo ay hindi eksklusibong kaharian, kundi tahanan para sa mga mamamayan.

# HAGUPIT NG PILIT NA PAGKATUTO

REINA **MONCADA**, JULIA **BUAGAS** & DANIELLA **SALAMANQUE**

**Naulinigan ko ang mabigat na pagpatak ng ulan sa aming bubong na yero, dahilan para unti-unting magising ang diwa kong ninanais pang manatili sa himbing ng aking pagkatulog. Pumupungas-pungas pa lamang ako ngunit alam kong suspendido na naman ang aming harapang klase.**

Mabigat ang talukap ng aking mga mata. Ramdam ko ang lamig ng maulang bukang-liwayway, at ang nakagiginhawang init ng aking kama habang ako ay balot na balot sa aking manipis na kumot. Ngunit, agad ding naputol ang antok na aking nadarama nang marinig ko na ang boses ni ina.

"Bumangon ka na't male-late ka nanaman. Hay nako! May online class ka pa."

Online class. Iyan na lamang palagi ang isinasagawa sa tuwing mayroong bagyong sumasalanta. Sa inilabas na DepEd Order No. 22 noong 2024, binigyang detalye ang pagpapatupad ng distance learning sa mga lugar kung saan suspendido ang harapang klase dahil sa mga kalamidad, partikular na sa mga bagyo. Anila, isa itong paraan upang masiguro ang kaligtasan ng mga bata nang hindi naaantala ang kanilang pagkatuto. Nakasaad din dito na maaaring magkaroon ng online classes kung pahintulutan ng mga pangyayari sa paligid, bagay na hindi lubos na isinasaalang-alang ngayon.

Sa kabila ng malakas na hangin, mabigat na buhos ng ulan, mataas na baha, at mababang kapasidad ng mga nasa laylayan, mas ramdam pa rin ang hagupit ng pilit na pagkatuto.

***Buhos ng Hesitasyon***

Habang tuloy-tuloy ang hagupit ng bagyo, bumubuhos na rin ang mga katanungan kung sa paanong paraan makapapasok at makapakikinig sa klase sa gitna ng delubyo.

Sa pagdating ng sunod-sunod na bagyo, kasabay ng unti-unting paglupaypay ng aming mga yero ang panghihina ng loob ng libo-libong mag-aaral na apektado ng bagyo katulad ko. Kung ano kasing inilakas ng ihip ng hangin sa labas ay siya namang inihina ng signal ng wi-fi, bagay na higit na nagpapahirap sa paghahanda para sa online na klase at nakaaapekto sa aming pag-aaral.

***Agos ng Konsentrasyon***

Habang tuloy-tuloy ang pagtaas ng baha, tinatangay na rin ng pag-agos nito ang konsentrasyon ko.

Sa bawat pindot sa mouse, bawat tipa sa keyboard, at bawat pindot sa selpon, naroon ang tanong na, "May natututuhan ba talaga ako o para lang 'to sa attendance?" Habang abala ang aming mga guro sa pagbibigay ng mga gawain, kami naman ay abala sa pag-aangat ng mga gamit sa sala. Hindi madaling hanapin ang motibasyon kung ang paa ko'y nakasawsaw sa maitim na tubig-baha at nangangamba para sa kaligtasan ng pamilya.

***Daloy ng Obligasyon***

Kasabay ng unti-unting nawawalang signal ay ang paunti-unti kong gana. Sa halip na makatikim ng pahinga, obligado pa akong kumuha ng litrato bilang pruweba na nagpapatuloy ang pagkatuto. Ang mga larawang ito ay hindi lamang dokumentasyon ng mga gawain, kundi bakas ng aking paghihirap. Patunay na kahit pabagal-bagal ang signal at paputol-putol ang wi-fi, patuloy akong sumusubok, patuloy na umaasang gaganda rin ang panahon, na lilipas din ang unos.

Nais ko namang matuto, ngunit nais ko ring maunawaan nila ang kinalalagyan ko. Sana'y subukan nilang ilagay ang kanilang mga paa sa aking sapatos, nang madama nila ang bigat ng bawat hakbang na lumulubog sa putik at sa bahang patuloy na umaagos.

Mabigat para sa akin ang sitwasyong ito. Ramdam ko ang lamig ng maulang bukang-liwayway, at ang nakagiginhawang init ng aking kama habang ako ay balot na balot sa aking manipis na kumot. Ngunit, agad ding naputol ang antok na aking nadarama nang marinig ko na ang boses ni ina.

"Bumangon ka na. Kahit mahirap, kailangang magpatuloy. Walang bagyong nananatili sa isang lugar."

Dibuho | **ZOE ARDE**

# Dalawang Munting Mundo

ROMELL **GUIANAN** & JOHN **HULIPAS**

**Lahat tayo ay may sariling mundo.**

Sa isang munting umaga, rinig na rinig ang mga kaluskos mula sa kusina dahil naghahanda ng almusal si mama. Nang maupo si Ana, tila multo lang ang mga pagkain sa hapag dahil tutok siya sa kaniyang tablet na hindi mabita-bitawan. Marahil para sa kaniya, ang almusal na inihanda ay walang lasa at mas nakabubusog ang nakokonsuma ng kaniyang mga mata at tenga.

Si Ana ay nahuhumaling sa mga makukulay na karakter na mistulang galing ibang planeta at mga ngalan nito ay nakapipilipit ng dila. 'Skibidi dop dop', 'Tung Tung Sahur', bigkas niyang hindi mawari ng kaniyang mama. Sa araw-araw, ito ang mundong tinatanaw ni Ana.

Habang binabagtas ng kaniyang ina ang kalsada upang ihatid siya tungong paaralan, patuloy ring naglalakbay si Ana sa mundong nakasanayan. Ang isipan niya'y mistulang lumalayo sa reyalidad dahil kasama niya ang mga kinagigiliwang karakter—ang brainrot. Ito ay tumutukoy sa kalagayang humihina ang talino at kritikal na pag-iisip bunga ng labis na pagkonsumo ng walang saysay na midya. Lumaganap ito sa TikTok na nagpapakita ng mga videos na laman ay karakter na AI-generated at mga salitang hindi lubos na maintindihan.

Babala mula sa kaniyang ina, ayon sa pag-aaral ng World Health Organization (WHO), ang labis na pagkalulong ng kabataan sa ganitong uri ng midya ay maaaring magdulot ng pagbaba ng pokus o kaya naman pagtaas ng mapupusok na aksiyon. Sa kabila nito, tila nakulong na si Ana sa mundong puno ng kaniyang kakosa na hindi naman tunay at maaari pang maging masama sa kaniya.

Mga gulong ng kotse ay bumibilis tulad ng sunod-sunod na pag-scroll ni Ana sa kaniyang tablet. Taliwas sa bilis ng mga ito, bumabagal naman ang isip ng bata dahil lumalayo na ang utak niya sa totoong mundo. Ang mga payo ng inay ay lumalabas lamang sa kabilang tenga bunsod ng pagkakulong sa munting mundo ni Ana.

Kahit sa klase, sa halip na makinig sa mga itinuturo ng guro, gumuguhit lang siya ng kung anu-anong pigura. Nang marinig at matanaw sa pisara ang numerong 67, agad na siya'y tumayo at nagpataas baba ng dalawang palad habang nakalabas ang dila at paulit-ulit na binanggit ang 67—isang slang na talamak sa mga bata kahit walang tiyak na kahulugan.

Tumahimik ang paligid kasabay ng mga mapanghusgang tingin. Walang naka-unawa sa kaniya, tulad ng unti-unting nawawalang pag-unawa sa mundong totoong kinagisnan niya.

Walang masamang lumawak ang imahinasyon, sino bang hindi mamamangha sa kakaiba? Sa gulo ng reyalidad ngayon, isang pahinga ang mamalagi sa sariling mundo dahil dama mo ang pahinga at pag-unawa.

Subalit, may totoong mundo pa ring naghihintay sa'yo—ito ang totoo nating tahanan. Maaari tayong pumasok sa sarili nating mundo upang magnilay at pahinga, ngunit huwag tayong magpapabilanggo. Para kay Ana, ang brainrot ay maaaring nakatatawa, subalit, ang pagkalulong nito ay maaaring sanhi ng pagkahina ng isip at ugaling hindi mabuti. Kaibigan man niya ang mga karakter, may totoo rin siyang mga kaibigan sa totoong mundo.

Bumibilis na ang takbo ng midya kung kaya't maraming tumatatak sa utak ng masa, partikular na sa kabataan.

Kaya naman, piliing maging disiplinado. Tulad ni Ana na lumaya na mula sa pagkabilanggo sa mundong kasama ang brainrot. Hindi man tuluyang tinalikuran, mulat na siya sa maaaring epekto kung sakali'y makulong siya sa sariling mundo niya. Minsan man ay tinatanaw niya iyo para magpahinga, hindi niya hinahayaang siya ay mabilanggo para makasabay sa takbo ng totoong mundo.

# Kaharian ng Damit, Kabundukan ng Alaala

JAYZELL **MACAWILI**, REINA **MONCADA** & KEITH **TIA**

**Sa mundong walang kulay, may sulok na buhay na buhay.**

"50 PESOS ALL ITEMS".

Doon ako dinala ng aking mga paa, sa isang munting tindahan. Pagkatapak ko sa loob ay bumati sa akin ang isang tila makalumang kaharian kahariang hindi reyna at hari ang namamahala, kundi iba't ibang tao na kaunting badyet lamang ang laman ng bulsa, ngunit nais pa rin na gumanda.

Ito ang Ukay-ukay, ang paraiso na makulay at nakapagbibigay-buhay.

***Kalayaan sa Pagkilala ng Estilo***

Noon pa man, nakasanayan na natin ang pagbili ng mga segunda-manong kagamitan at mga kasuotan—isang kaugalian na matagal nang nakaukit sa ating kasaysayan. Unang umusbong ang mga Ukay-ukay noong dekada '80 sa mga kalye ng Baguio City.

Sa pagpalit ng siglo at paglipad ng mga uso, ni hindi ito tinangay ng bilis ng ihip ng panahon, buhay pa ang Ukay-ukay, patuloy nating tinatangkilik.

***Kayamanan ng mga Lumang Damit***

Samu't sari ang matutuklasang kasuotan sa bawat hakbang na gagawin sa lugar na tila walang hangganan. Maraming damit na may kulay-kape na mantsa, marka ng mga araw na iginugol sa saya, at pagtulo ng mga luha—kailanma'y hindi naihunta ngunit nanatili sa bawat hibla. Lahat ng ito ay kumikinang ng mga mapupusong mga emosyon at istorya.

Mag-iisang oras na akong naghahanap, at nang makita ko ang isang bughaw na ginantsilyong sweater, agad na napatalon ang aking puso. Kasing-kulay ito ng dagat at kasing-ganda ng maaliwalas na langit. Sa isang sulyap, alam kong nasa ukayan iyon para sa akin. Tumingin ako sa harap ng isang maalikabok na salamin at inisip ang paraan kung paano ko ito susuotin.

Napag-isipan ko na hindi lamang sa damit nakukuha ang kumpyansa, dahil nasa aking sarili ang tunay na hiwaga. Hindi lamang alaala ang nabubuo sa pagsusuot ng mga inukay na damit, kundi nabubuo rin ang iyong pagkilala sa iyong sarili.

Lahat ng tela ay may dala-dalang kakaibang mahika, tinatagong kasaysayan, at sumisigaw na kagandahan. Nakaburda pa rin ang mga alaala, at ngayon ikaw naman ang maghahabi. Ikaw naman ang magpapatuloy ng kuwento dahil magkakaroon na ito ng bagong may-ari.

Dibuho | **ZOE ARDE**

# NASA PUSO ANG KORONA

JOHN **HULIPAS**

Dibuho | **ZOE ARDE**

**Sa mahigit isang dekadang pagrarampa kung saan ibinibida ang matitingkad na bestida, kagandahan ng kultura at adbokasiya—iba't ibang korona na ang ihinirang sa mga Pilipina. Hindi lang ito ang apat na Miss Universe tulad nina Pia at Catriona, kundi, ang ilan pang mga binibining rumampa sa iba't ibang bahagi ng mundo upang ipakilala hindi lang ang kultura ng Pilipinas, bagkus, pati ang kanilang puso.**

Mula sa mga taos-pusong kasagutan hanggang sa mga pigil-hiningang rampa—'di maikakaila ang husay ng mga Pilipina sa pageantry. Taon-taon kasi ay madalas na umaabot ang mga binibini hanggang dulo at kung palarin, ay makoronahan. Sa taong 2025, binansagan ang bansa bilang 'Global Pageant Powerhouse' dahil sa 17 international winnings.

Sa likod ng tingkad ng mga koronang inuwi nila ay ang bukal nilang puso. Kaya ating kilalahin mga binibining handang ikutin ang mundo para maging inspirasyon at simula ng pagbabago.

***Miss Grand International: Emma Tiglao***

Si Emma ang nagdala ng kauna-unahang back-to-back win ng Pilipinas sa Miss Grand International. Hangarin niyang palawakin ang isipan ng mga tao ukol sa scamming, kung saan dapat maging mausisa sa paligid upang maiwasan ang mga panloloko lalo na't laganap ang korupsyon. Giit niya, dapat managot ang mga kurakot dahil sila ang sumisira sa kabutihan at kapayapaan—na kaniyang adbokasiya.

Dahil sa kabusilakan ng puso, siya ang unang humawak ng Unity Torch na sumisimbolo sa kalayaan at pagkakaisa. Naniniwala si Emma na sa balanseng kabutihan, kabatiran, at makatarungang justice system, ay makabubuo ng bansang malaya at nagkakaisa.

***Miss Eco International: Alexie Brooks***

Isinusulong ni Alexie ang pangangalaga sa inang kalikasan. Naniniwala siyang sa bilis ng pag-inog ng mundo, nararapat na piliin natin kung ano ang sustainable. Iba-iba man ang ating kinagisnan, tayo ay dapat magkaisa para pangalagaan ang inang bayan at tuldukan ang climate change na laganap sa buong mundo.

Bukod dito, pinahahalagahan niya ang pagmamahal sa sarili. Pasan ang karanasan noong siya'y na-bully, pinaalalahanan niya ang lahat na yakapin ang sariling pagkatao sa kabila ng panghuhusga dahil bawat isa sa atin ay may natatanging ganda—sa loob man o labas.

***Reina Hispanoamericana: Dia Mate***

Bagamat hindi pamilyar sa karamihan ang patimpalak na ito, si Dia ang nag-simula ng sunod-sunod na tagumpay ng Pilipinas. Mithiin niyang maging tulay sa pagitan ng Hispanoamerican culture at Filipino dahil nang namalagi sa Bolivia, naramdaman niyang tanggap siya sa kabila ng pagkakaiba. Giit niya, ang kabutihan ay walang pinipiling kultura at lahi, nasa ating mga puso kung tayo'y magkakaisa sa kabila ng pagkakaiba.

***Miss Universe Philippines: Ahtisa Manalo***

Sa huling rampa ni Ahtisa sa pageantry, hindi siya bigong patunayan ang pagiging Manalo. Hindi man niya nauwi ang korona gaya ng kaniyang inaasam, muli niyang dinala ang Pilipinas sa sa runners-up makalipas ang anim na taon. Ang plataporma niyang Alon Akademie ang umantig sa puso ng masa. Ito ay isang organisasyong layong hubugin ang kakaayahan ng kabataan at matuklasan ang kanilang papel sa lipunan.

Wala sa tingkad ng korona, haba ng bestida, o lawak ng entablado ang tunay na tagumpay, bagkus, sa puso ng mga kandidato. Pasan ang mga nasaksihan sa Pilipinas, handang rumampa ang ating mga binibini upang maging haligi ng pag-asa at pagbabago. Mapa-universe, international, world, at kahit pa sa kalawakan, handa silang isigaw ang sinasabi ng kanilang puso.

TOMO XIII · BILANG I · DISYEMBRE 2025 – PEBRERO 2026
Ang Opisyal na Pahayagan sa Filipino
ng Mataas na Paaralang Pang-Agham ng Las Piñas ·
Dibisyon ng Las Piñas · Rehiyon NCR

Dibuho | Zoe Arde

# KALINGA ng KALIKASAN

## Proteksyong Alay ng Sierra Madre

JULIA **BUAGAS** , ANYA **GOMEZ,** REINA **MONCADA** & DANIELLA **SALAMANQUE**

**Bantay Numero**

Tinatayang

**1.4M EKTARYA**

ang **lawak ng Sierra Madre,** ang pinakamahabang bulubundukin sa Pilipinas na umaabot ng **halos 500 kilometro** sa Luzon.

Malaki ang papel nito sa pagbawas ng epekto ng malalakas na bagyo sa silangang bahagi ng isla.

Sanggunian | Department of Environment and Natural Resources (DENR)

**Sa bawat paghimbing ng mga anak sa gabi, may isang ina na nananatiling gising—tahimik, matatag, at handang saluhin ang anumang unos na paparating. Siya ang unang sumasagap sa hampas ng hangin, ang unang yumayakap sa ulang nagbabadya, at ang unang tumatayo sa oras ng sakuna.**

Sa silangang bahagi ng Luzon ay matatagpuan ang binansagang "Backbone of Luzon," ang bulubundukin ng Sierra Madre. Ito ang pinakamahabang bulubundukin sa bansa, na may habang humigit-kumulang 540 kilometro. Nadadaanan nito ang sampung probinsya sa silangan ng Luzon, mula sa Cagayan hanggang sa Quezon.

Higit pa sa pagiging tanawin, ang Sierra Madre ay nagsisilbing natural na panangga laban sa malalakas at rumaragasang hanging dala ng mga bagyong pumapasok sa Philippine Area of Responsibility (PAR). Dahil sa lokasyon nitong nakaharap sa Karagatang Pasipiko, ito ang unang sumasalubong sa mga bagyong pumapasok sa PAR.

Sa tuwing binabagabag ng kalungkutan ang puso ng mga anak, nariyan si ina upang pakalmahin at patahanin ang sumisiklab na damdamin. Ang matatayog na bundok ng Sierra Madre ay humahadlang sa sirkulasyon ng hangin, dahilan para humina ang lakas ng bagyo bago pa ito makarating sa mga kapatagan. Napatunayan ng mga siyentipikong pag-aaral na ang bulubundukin ay nagsisilbing "natural buffer" na nagpabababa ng pinsalang dulot ng matinding panahon.

Dahil sa kakayahang sipsipin ng lupa at mga ugat ng puno sa Sierra Madre, nababawasan ang panganib ng pagbaha at pagguho ng lupa na nagiging dahilan upang hindi malagay as panganib ang mga palayan sa Nueva Ecija na may malaking ambag sa suplay ng bigas sa ating bansa.

Dahil sa lawak at yaman nito, ang Sierra Madre ay tahanan ng libo-libong uri ng hayop at halaman, kabilang ang Philippine Eagle at mga punong Dipterocarp. Dahil dito, kinikilala itong mahalagang "biodiversity hotspot" sa buong mundo. Ang bawat nilalang sa loob nito ay may mahalagang papel sa pagpapanatili ng balanse ng ekosistema.

Sa kabila ng napakalaking ambag nito, patuloy namang nanghihina ang Sierra Madre dahil sa ilegal na pagtotroso at pagmimina, at kawalan ng mga planong pang modernisasyon. Ang mga gawaing ito ay sumisira sa likas na depensang matagal nang nagproprotekta sa mamamayan.

Gayunpaman, nananatiling may liwanag sa dulo ng bawat unos. Sa pamamagitan ng siyentipikong pangangalaga, matatag na batas at aktibong pakikilahok ng mga mamamayan, maaari pang maibalik ang sigla ng Sierra Madre. Dagdag pa rito, mahalaga ang paggamit ng makabagong teknolohiya sa pagsusubaybay, pananaliksik at maayos na pamamahala ng likas-yaman.

Hindi lamang lupang tinatapakan o tanawing hinahangaan ang Sierra Madre, isa itong inang patuloy na yumayakap sa ating bayan. At tulad ng isang ina, kapag ito ay minahal at inalagaan, ibinabalik nito ang pag-aaruga na higit pa sa inaasahan.

# HUSAY NA PINAGTAGUMPAYAN

## LPsci, namayagpag sa Fibonacci Robotics Olympiad 2026

SHANIA **MASINAS**

**Lumahok ang Las Piñas City National Science High School (LPSci) sa Fibonacci Robotics Olympiad Philippines na ginanap sa Don Bosco Technical Institute noong Pebrero 13.**

Ito ang kauna-unahang pagkakataon na nagpadala ng mga kinatawan ang nasabing paaralan sa naturang kompetisyon na nagtatampok ng iba't ibang kategorya sa larangan ng robotics at teknolohiya.

Nagwagi bilang kampeon sa kategoryang Mini Sumo sina Samantha Roraldo, Miriam Angelina Lucena, at Shamira Venice Sempio matapos talunin sa final round ang koponan ng Don Bosco.

Nakuha naman nina Izher Madayag, Sean Mendoza, at Emyr Golez (Team 1) ang ikalawang pwesto sa Rally Drone Race at Maze Solving.

Para sa Soccer 1v1, nakamit ng Team 5 na binubuo nina Andrew Atregenio, Dwayne Tagulao, at Aldrin Dayrit ang ikatlong puwesto. Pumangatlo rin ang paaralan sa E-Soccer 3v3.

Sa Mini Sumo, pumangalawa ang Don Bosco Technical Institute habang pumangatlo ang Norzagaray National High School.

Ayon kay Samantha Roraldo, isang mag-aaral sa ika-12 baitang, nagkaroon sila ng draw laban sa Don Bosco sa championship round kaya nagpasya silang baguhin ang kanilang estratehiya.

"Nagdesisyon kaming baguhin ang starting position ng sumo bot namin para magkaroon ng strategic advantage," paliwanag ni Roraldo hinggil sa kanilang naging adjustment sa huling laban.

Ibinahagi rin ni Roraldo na hinarap ng kanilang koponan ang hamon ng kakulangan sa kagamitan at pinansyal na suporta mula sa paaralan.

Aniya, nagmula sa sariling pondo ng mga miyembro ang registration fee na ₱2,500 bawat koponan at mga kailangang bahagi.

"Sana magkaroon ng financial support mula sa school dahil malaking tulong ito para mas marami pang students ang makapag-compete at maipakita ang kanilang talento," dagdag niya.

Isang taunang aktibidad ang Fibonacci Robotics Olympiad na naglalayong linangin ang kakayahan ng mga estudyante sa STEM at robotics sa pamamagitan ng mga praktikal na hamon.

Sa huli, pinayuhan ni Roraldo ang mga susunod na kalahok na pahalagahan ang karanasan, pagtutulungan, at mga aral na makukuha sa kompetisyon—manalo man o matalo.

Nagsisilbing makasaysayang tala ang naging resulta ng laban bilang unang partisipasyon ng LPSci sa pambansang paligsahan ng robotics sa bansa.

***HAKOT NG SUMOBOT.*** *Pinapatunayan nila Shamira Sempio, Samantha Roraldo, at Miriam Lucena ng ika-12 na baitang ang talino ng mga Lapiscian sa Fibonacci Robotics Olympiad 2026.*

Bantay Numero

Larawan mula sa **World Bank Blogs**

**168,000**

Tinatayang bilang ng mga gusaling babagsak sakaling tamaan ng **magnitude 7.2** na lindol ang West Valley Fault

Sanggunian | PHILVOLCS

## Likhang Mula sa Puso

JOMAR **HULIPAS**

**May mga kwentong hinahatid ang iba't ibang likha tulad ng akda, pelikula, at musika. Kahit pa teknolohiya, may malalim na pinagmulan. Hindi lang basta-basta ginagawa ang mga inobasyon, marahil lahat ng ito ay may nais tugunan na problema. Dahil una sa lahat, ang pananaliksik ay may layuning mapabuti ang mundo.**

Sa kabila ng puspusang coding, pagsusulat ng research paper, at pag-aaral ng arduino—hindi nawala ang mithiing makatulong nina Samantha Ruin, Grace Cambal, at Zedrick Siervo na alumni ng Las Piñas City National Science High School, nang inilikha nila ang Thermosense para sa 7th Imake. wemake ng Department of Science and Technology (DOST) noong 2024. Ibinida naman ito sa DOSTv noong 2025 dahil sa potensyal ng prototype.

Layunin ng Thermosense ay makapagbigay ng low-cost early at non-invasive diagnosis sa breast cancer. Lalo na't ayon sa isang pag-aaral, higit pa sa 65% ng sakit na ito sa Pilipinas ay itinuturing na malubha dahil sa kakulangan ng early detection tools at mamahaling lunas. Hangad nilang tulungan ang kababaihan na agarang maiwasan ang breast cancer gayon na ang mas maagap na diagnosis ay katumbas ng mas mataas na survival rate.

"The topic also became meaningful to our team because one of our teammate's mothers went through breast cancer and is now a survivor," ani Ruin sa maikling panayam. Ang karanasang ito ang nag-udyok sa kanila na ipagpatuloy ang Thermosense sa kabila ng komplikadong proseso at mga pagsubok.

Masakit sa bulsa ang mga materyales na ginamit. Ibinahagi nila na kahit na nagbahagi ng pondo ang General Parent-Teacher Association (GPTA) at Local Government Unit (LGU), kapos pa rin ito upang mabili ang kinakailangan. Para sa kanila, ang panahon upang buoin ang prototype ay hindi sapat gayon na dumaan ito sa maraming trial-and-error. Upang malagpasan, nanaliksik sila ng mas simpleng mga proseso upang mabuo ito bago ang paligasahang sinalihan.

Hindi man birong tuklasin ang larangan ng medisina, buong-puso nilang sinubok ang mga sarili. Nahubog ang kanilang sistematikong pag-iisip—iminulat nila ang mga sarili sa iba't ibang problema. Sa maagang edad, naniniwala silang may kapangyarihan ang kabataan na palawakin pa ang teknolohiya. Basta't maging mausisa sa paligid at handang matuto, hindi suntok sa buwan na makabuo ng inobasyong may kwento. Dahil sa huli, ang teknolohiyang mula sa puso ang magbibigay ng pagbabago sa mundo.

Bansa

# HANDA SA BANTA

## 'Big One' mas nagiging posible habang papalapit ang 2058; PHIVOLCS nanawagang maghanda

RODNEY **ROBLEZA** & JAZMIN **BALTAZAR**

***TAKIP-TUTOK***. *Masipag na sinusunod ng mag-aaral ang tamang protokol ng National Simultaneous Earthquake Drill sa LPSci. Larawan ni* ***Joana Carag***

**Mas tumataas ang posibilidad ng paggalaw ng West Valley Fault habang papalapit ang taong 2058 alinsunod sa mga umiiral na siyentipikong pagtataya batay sa recurrence interval na pinagbabasehan ng Philippine Institute of Volcanology and Seismology (PHIVOLCS).**

Ipinaliwanag ni PHIVOLCS Director Teresito Bacolcol, na ang tinaguriang "Big One" — isang lindol na maaaring umabot sa magnitude 7.2 na posibleng makaapekto sa Metro Manila at mga karatig-lalawigan — ay hindi agarang prediksyon. Aniya, bahagi ito ng natural na paggalaw at pag-uugali ng fault system ng bansa.

### RECURRENCE INTERVAL

Huling naitala ang malakas na paggalaw ng West Valley Fault noong 1658. Samantala, batay sa historical at pinag-isang paleoseismic data, karaniwang nagkakaroon ng malalaking lindol bawat 400 hanggang 600 taon.

Kung isasaalang-alang ang lower bound na 400 taon, maaaring mangyari ito sa 2058, dahilan upang masabing habang papalapit ang nasabing taon, mas tumataas ang statistical likelihood ng panibagong malaking paggalaw.

Nilinaw ni Bacolcol na ang 2058 ay reference point lamang, hindi nito tinutukoy ang eksaktong petsa ng pagganap ng lindol, sapagkat maaaring tumama ito nang mas maaga o mas huli kumpara sa loob ng tinutukoy na saklaw ng panahon.

Idinagdag pa niya na hindi kayang tukuyin ng siyensya ang eksaktong araw o taon ng pagyanig; sa halip, tinutukoy lamang nito ang time window kung kailan nagiging mas posible ang pag-ulit, batay sa accumulated strain o pag-iipon ng tensyon sa lupa, historical patterns, at patuloy na ginagawang masusing pag-aaral.

### WALANG UGNAYAN SA KAMAKAILANG LINDOL

Kasabay nito, nilinaw ng PHIVOLCS na hindi konektado sa West Valley Fault ang mga kamakailang lindol sa iba't ibang bahagi ng bansa.

Nagmula sa Philippine Fault ang pagyanig sa La Union habang ang lindol naman sa Zambales ay iniuugnay sa Manila Trench. Sa kabilang dako, tinuturo sanhi ng pagyanig sa Cebu ang Bogo Bay Fault, samantalang ang mga lindol sa Davao at Surigao ay mula sa Philippine Trench.

Ayon sa ahensya, nagiging mas kapansin-pansin lamang ang mga pagyanig dahil sa sunod-sunod na pag-iral ng mga ito, subalit normal ang ganitong aktibidad sa isang tectonically active na bansa tulad ng Pilipinas na may tinatayang 180 aktibong fault na patuloy na binabantayan at sinusuri ng mga eksperto.

### PAGHAHANDA, HINDI PANGAMBA

Binigyang-diin ng PHIVOLCS na ang pagtalakay sa "Big One" ay hindi upang magdulot ng takot kundi upang palakasin ang kahandaan ng publiko, lalo na sa mga urban centers na direktang maapektuhan ng paggalaw ng fault.

Kabilang sa inirerekomendang hakbang ang regular na earthquake drills, masusing structural retrofitting upang mas pagtibayin ang mga gusali, pag-alam sa evacuation routes, at paghahanda ng emergency kits ng mga pamilya.

Hindi man tayo nakasisiguro kung kailan ito dadating, mainam na paigtingin na ang paghahanda sa lalong madaling panahon. Mula sa maliliit na mga tahanan, liblib na mga lugar hanggang sa malalaking sektor ng ating lipunan.

Dagdag pa ng PHIVOLCS, kinakailangan na maagang maghanda ang publiko upang mapalakas ang katatagan ng mga tao at mabawasan mga posibleng maaepektuhan ng lindol sa oras na mangyari ito, lalo na sa mga paaralan, ospital, at iba pang kritikal na pasilidad.

Alam Mo Ba?

## Fast and Flurious

JOMAR **HULIPAS**

Ang **seasonal influenza** ay may tinatayang **basic reproduction number ($R_0$),** ibig sabihin ang isang infected na tao ay maaaring makahawa ng higit sa isa pang indibidwal.

**5-10%**

ng matatanda ang tinatamaan ng flu worldwide sa taunang pag-ikot nito.

Sanggunian | World Health Organization

Bansa

## Super flu, hindi nakaaalarma ngunit kailangan pa rin ng bakuna — DOH

JOEDILYNE **ABARABAR**

**Ibinunyag ng kalihim ng Department of Health (DOH) na si Teodoro Herbosa na bagamat may bagong variant ang super flu na tinatawag na ngayong subclade K, hindi dapat ito ikabahala ng mga Pilipino.**

Ang "super flu" o subclade K ay isang variant ng Influenza A subtype H3N2 na isa sa pinaka laganap na uri ng flu. Maaari itong tumagal nang ilang araw hanggang dalawang linggo at magpakita ng mas malubhang sintomas tulad ng mataas na lagnat, matinding ubo, pananakit ng katawan, at sa malalang kondisyon, ay hirap sa paghinga.

Dahil sa mabilis na pagkalat ng subclade K, ito ay itinuturing na sanhi ng napapanahong epidemyang influenza-like illness. Ayon sa datos ng World Health Organization (WHO) noong 2025, halos 30 na bansa ang nagkaroon ng kaso ng nasabing virus habang sa Pilipinas, 63 ang naitalang kaso mula Enero hanggang Disyembre ngunit lahat ay sinasabing gumaling na.

Ipinaliwanag ng DOH na ayon sa epidemiological data na hango sa WHO risk assessment noong Disyembre, hindi nagkaroon ng severity increase ang mga kaso ng subclade K.

"Not alarming, but there is a new variant out there. My warning to Filipinos traveling to temperate countries—such as North America and the UK—is to be aware that the super flu is spreading in those areas," ani Herbosa.

Payo ni Herbosa, mas makabubuting kumuha ng northern hemisphere vaccine ang mga mamamayan. Ito kasi ang nakikita niyang pinakamainam na paraan upang makaiwas sa super flu. "As you know, flu is a self-limiting illness unless you have a medical condition... such as cancer, or if you are elderly. So we still recommend getting the flu vaccine," paliwanag niya.

Inirerekomenda ng WHO ang madalas na paghuhugas ng kamay, pagsusuot ng mask kung may sintomas, pagtakip ng bibig at ilong kapag umuubo o bumabahing, at pananatili sa bahay kung may sakit upang maiwasan ang transmission.

Hinikayat din ng DOH ang publiko na tumanggap ng bakuna laban sa influenza upang mapalakas ang depensa ng katawan.

Dagdag pa ng ahensya na karaniwang dumarami ang kaso ng super flu tuwing tag-ulan, kaya pinapayuhan ang publiko na sumunod sa wastong pag-iingat upang makaiwas sa impeksiyon.

Binigyang-diin ni Herbosa na ang pag-alam, pag-iingat, at pagpapabakuna ang pinakamabsing sandata upang maprotektahan ang sarili at komunidad mula sa banta ng super flu.

***HINDI SIMPLENG SAKIT.*** *Mabilis ang pagdaloy ng sakit sa mga paaralan. Larawan ni* ***Joana Carag***

Dibuho | **Riyanna Dacasin**

*Editoryal*

# MAPANLINLANG NA KATULONG

**Lumilipad na tao, kumakantang isda—hindi na ito eksena sa pelikula kundi produkto ng ilang segundong pagpoproseso ng Artificial Intelligence (A.I.)**

Sa isang utos at ilang salita, kayang gumawa ng makina ng larawang kapani-paniwala, bidyong tila dokumentado, at pahayag na parang tunay na inilahad ng isang kilalang tao. Sa panahon ngayon, ang tanong ay hindi na "totoo ba ito?" kundi "gaano ito kagaling ginaya?"

Mas matindi ang epekto nito kaysa sa ating inaakala. May mga naitalang kaso sa iba't ibang bansa kung saan ginamit ang deepfake na audio upang magpanggap na isang opisyal ng kumpanya at mag-utos ng paglilipat ng malaking halaga ng pera at may mga kumpanyang nalugi dahil naniwala sila sa tinig na peke.

Sa larangan ng pulitika, may mga bidyong lumabas na nagpapakitang tila umaamin sa krimen ang isang kandidato, ngunit kalauna'y napatunayang likha lamang ng A.I. Sa loob ng ilang oras, libo-libo na ang naniwala, nagalit, at nagbahagi.

> **"Ganito kabilis wasakin ang reputasyon. Ganito kadaling manipulahin ang opinyon.**

Hindi maipagkakaila ang mabuting naidudulot ng A.I. dahil tumutulong ito sa mas mabilis na pagtukoy ng sakit, sa pagsasalin ng wika, at sa pagsusuri ng napakalaking datos sa agham. Ngunit kapag ginamit sa panlilinlang, nagiging mapaglinlang ito: may anyo, may tinig, may galaw ngunit walang katotohanan.

Isipin ang isang bidyong kumakalat sa social media: isang guro raw na nagsasalita laban sa sariling paaralan; isang artista na tila umaamin sa iskandalo; isang lider-estudyante na may diumano'y mapanirang pahayag. Kapag peke pala ang pinagmulan, sino ang mananagot sa nasirang pangalan? Sino ang magbabalik ng tiwalang nawala?

Ayon sa mga ulat ng iba't ibang pandaigdigang organisasyon sa cybersecurity, patuloy ang pagtaas ng kaso ng AI-generated scams taon-taon, lalo na sa social media at messaging platforms. Ipinapakita rin ng mga pag-aaral sa digital behavior na mas mabilis kumalat ang maling impormasyon kaysa sa beripikadong balita dahil mas emosyonal ito at mas madaling paniwalaan.

Sa Pilipinas, paulit-ulit na nagbabala ang mga ahensya ng pamahalaan laban sa online fraud at pekeng nilalaman na gumagamit ng teknolohiyang makabago. Ibig sabihin, hindi ito malayong banta—narito na ito, umiikot sa ating mga kagamitan, naghihintay ng susunod na mabibiktima araw-araw.

Ang problema ay hindi lamang teknolohiya kundi asal ng gumagamit. Sa bawat pagbahagi nang hindi nagsusuri, nagiging kasabwat tayo sa paglaganap ng kasinungalingan. Hindi sapat ang sabihing "nauto lamang ako." Sa panahon ng A.I., ang pagiging inosente ay hindi na depensa—ito'y kapabayaan.

Kaya maging mabagsik sa pagsusuri. Tingnan ang pinagmulan. Hanapin kung may opisyal na ulat mula sa mapagkakatiwalaang institusyon. Magduda sa labis na nakakagulat at emosyonal na nilalaman. Ang kritikal na pag-iisip ang tanging panangga laban sa teknolohiyang kayang gumaya ng halos lahat, maliban sa konsensiya.

Ang A.I. ay kasangkapan lamang. Ngunit kung pababayaan, maaari nitong lamunin ang katotohanan. Sa huli, hindi algorithm ang magtatanggol sa lipunan kundi mga taong marunong mag-isip bago maniwala at magbahagi.

**Bantay Numero**

Noong unang bahagi ng 2025, **67%** ng mga matatandang Pilipino ang nababahala sa online na maling impormasyon, disimpormasyon, at AI-generated na nilalaman.

| Kabilang | Hindi Kabilang |
|---|---|
| 65 026 NA KATAO | 32 029 NA KATAO |

Sanggunian | Reuters Institute Digital News Report

**DALA NG PANIKI.** *Karaniwang galing sa mikrobyo ng paniki ang umuusbong na Nipah Virus. Larawan mula sa* ***Shutterstock***

**Lipunan** *Bunsod ng mataas na mortality rate,*

## Cebu, naghahanda sa banta na dala ng Nipah Virus

DANTE **LABAREZ** & AKI **HERNANDEZ**

**Nagbigay ng katiyakan ang pamahalaan ng Cebu City na naghahanda ito ng mga hakbang laban sa posibleng banta ng Nipah virus kasunod ng mga kaso sa ilang bahagi ng Asya.**

Ang Nipah Virus ay sakit na karaniwang nagmumula sa hayop ngunit maaari ring maipasa sa tao sa pamamagitan ng kontaminadong pagkain o malapitang ugnayan.

Dahil sa mataas na mortality rate, patuloy ang pandaigdigang pagsusuri sa pagbuo ng bakuna at mas malalim na pag-aaral sa ugnayan ng virus sa mga animal host at mga nahahawang tao.

Inihayag ni Mayor Nestor Archival noong Pebrero 2 na maglalabas siya ng executive order kapag natapos na ang pagtalakay kasama ang lokal na health board.

"Every time we do something, it has to be preventive rather than reactive," ani Archival.

Kasalukuyang binubusisi ng mga opisyal ang mga daungan, paliparan, at iba pang entry points upang palakasin ang monitoring sa mga biyahero, kalakal, at hayop na maaaring maging carrier ng virus.

Nakikipag-ugnayan din ang lokal na pamahalaan sa veterinary at wildlife authorities upang masubaybayan ang kalagayan ng mga hayop na posibleng pinagmumulan ng impeksiyon.

### SINTOMAS AT PANGANIB

Maaaring mahawa ang tao sa pamamagitan ng direktang pakikipag-ugnayan sa paniki, baboy, kabayo, o sa pagkain ng prutas na nakontamina ng fruit bats.

Ayon sa World Health Organization (WHO), tumatagal ang incubation period ng humigit-kumulang 3 hanggang 14 na araw, ngunit may ilang bihirang kasong umaabot sa 45 araw.

Nag-iiba-iba ang sintomas mula sa kawalan ng nararamdaman hanggang sa malubhang impeksiyon tulad ng lagnat, sakit ng ulo, kalituhan, hirap sa paghinga, at pinsala sa iba't ibang bahagi ng katawan.

Maaaring humantong sa malubhang komplikasyong neurological ang sakit, kabilang ang pamamaga ng utak na maaaring magdulot ng pagkamatay.

### PAGHAHANDA AT PAG-IINGAT

Ipinapayo ng WHO ang paghugas at pagbabalat ng prutas bago kainin, pag-iwas sa prutas na may kagat, at paggamit ng proteksiyon kapag humahawak ng may sakit na hayop.

Hinimok din nito ang maagap na pagpapatingin, pag-iwas sa malapitang kontak sa may sintomas, madalas na paghuhugas ng kamay, at mahigpit na kontrol sa mga sakahang may presensya ng virus.

Ayon kay Archival, patuloy na sinusubaybayan ng lungsod ang pinakahuling datos at susunod sa pambansang protokol upang matiyak ang maagap na pagtugon.

Binigyang-diin naman ng mga eksperto ang pagpapalakas ng disease surveillance systems, pagpapatupad ng preventive measures, at mabilis na contact tracing kung kinakailangan.

> **"We need to prepare for this. We need clear data to know what proper actions we will take in the future," dagdag ng alkalde.**

Mahalaga rin ang pagsunod sa health protocols at koordinasyon sa mga health at wildlife authorities upang maiwasan ang pagpasok at pagkalat ng virus.

### PINAGMULAN AT PAGKALAT

Unang naitala ang paglaganap ng Nipah virus sa Malaysia noong 1998 kung saan naapektuhan ang mga tagapangalaga ng baboy.

Lumawig ang kaso sa Singapore matapos mag-angkat ng mga baboy mula Malaysia, na nagpatunay sa kakayahan ng virus na kumalat sa pamamagitan ng animal trade.

Kamakailan, iniulat ang banta ng Nipah sa Cebu, ngunit wala pang kumpirmadong kaso sa lungsod o sa buong Pilipinas.

**Bantay Numero**

# 40-75%

ang **antas ng dami ng namamatay** sa Nipah virus, depende sa pagsiklab at kalidad ng health response.

Sanggunian | World Health Organization

**Bantay Numero**

Ang **Binaliw Landfill** sa **Cebu City** ay nagdulot ng

**36 FATALITIES at 18 INJURIES**

noong Enero 8, 2026, dahil sa waste landslide.

Sanggunian | Philippine News Reports

Daigdig

*Sa ilalim ng tatlong minuto,*

## Makabagong "Bone Glue" ng China, kayang gumamot sa nabaling buto

PIA CABRERA

**Isang makabagong inobasyon ang hakbang tungo sa kaunlaran ng orthopedic technology ang nilikhang bone healing glue ng isang research team mula sa China, Zhejiang Province. Layunin ng inobasyong ito ay ayusin ang nabaling buto sa loob lamang ng tatlong minuto.**

Ipinakilala ng grupo ang produktong tinawag na Bone-02, isang kagamitang medikal na idinisenyo upang pagdugtungin ang fractured bone nang hindi na nangangailangan ng metal plates, screws, o mahahabang operasyon na malayong malayo sa tradisyunal na pamamaraan. Layunin nitong mabawasan ang surgical trauma at komplikasyon sa mga pasyente.

Ayon sa mga mananaliksik, malawakan ang gamit ng produktong ito, kahit pa sa mga kondisyon na karaniwang hamon sa mga operasyon. Idinisenyo ito upang mabilis na kumapit at suportahan ang natural na proseso ng paghilom ng mga buto, na nagbibigay-daan sa mas mabilis at ligtas na proseso para sa mga pasyente.

Hango ang inobasyong ito sa natural na paraan ng pagkapit ng mga talaba sa bato sa ilalim ng dagat. Gamit ang biochemical properties nito, nakabuo ang pangkat ng isang medical glue na ligtas sa katawan at unti-unting natutunaw habang naghihilom ang buto.

Sa mahigit 150 na pasyenteng sumailalim sa paunang clinical trials, lumabas na ang Bone-02 ay epektibong lunas at ligtas na nahihilom ang bali sa buto. Ipinakita ng resulta ang malaking pinagkaiba ng oras o haba ng operasyon.

Bagama't positibo ang mga naunang resulta, kailangan pa ng mas malawak na pag-aaral upang matiyak ang pangmatagalang lunas nito. Dahil itinuturing itong Class III o ang kategoryang nagdudulot ng pinakamataas na panganib, kinakailangan ng mahigpit na ebalwasyon ng National Medical Products Administration bago ito payagang ibenta sa merkado.

Bukod sa teknikal na aspeto, mahalaga ring isaalang-alang ang ethical evaluation sa proyektong ito. Layunin nitong makuha ang buong tiwala ng medical community at ng publiko bago tuluyang ipatupad ang malawakang paggamit nito.

Sa kasalukuyan, nakikita ang Bone-02 bilang posibleng landmark innovation sa modernong orthopedics. Kung mapapatunayan ang tunay na potensyal nito, posibleng mabago ang pamantayan sa paggamot sa mga bone fractures — mula sa metal-based na mga operasyon tungo sa mas ligtas at epektibong pamamaraan.

Malaki ang kaibahan nito sa tradisyonal na orthopedic surgery na kadalasan ay gumagamit ng metal implants upang pagdugtungin ang buto na nagiging dahilan upang madagdagan ang gastos at hirap ng rehabilitation. Maaari rin itong magbigay ng mas komportableng karanasan sa mga pasyente dahil nababawasan ang pangangailangan sa ikalawang operasyon para tanggalin ang implant, na karaniwang isinasagawa sa ilang kaso.

## SAKUNA SA BASURA

JAZMIN BALTAZAR &JULIA BUAGAS

**Madumi. Mabaho. Nakakasulasok.**

Sa isang bansang palaging sinusubok ng kalamidad, isang bagong banta ang dumating—hindi ulan o lindol, kundi mula sa bundok ng basura na gumiba at nagwasak sa isang tahimik na barangay sa Cebu.

Sa ilalim ng malamlam na sinag ng araw sa Cebu, isang dambuhalang tambak ng basura ang walang pasintabing gumuho sa isang barangay. Hindi lamang dumi at basura ang nakita sa Binaliw Landfill, kundi mga buhay na nawala, mga pamilyang nagluluksa, at ang komunidad na sobra-sobra ang naging pinsala.

Ayon sa mga eksperto, hindi lamang ulan ang sanhi. Ang tambak-tambak na basura, kakulangan sa waste management at pagguho ng lupa ay sanib-puwersang lumikha ng panganib. Ang mga estero, gilid ng kalsada at bakanteng lote ay tila naging bombang nakabinbin, handang sumabog sa unang matinding pag-ulan.

Dahil dito, hinihikayat ng Philippine Alliance for Recycling and Materials Sustainability (PARMS) na muling gamitin o gawing kapaki-pakinabang ang mga hindi nabubulok na basura.

Hindi makikita sa dami ng itinapon na basura ang pagbabago, kundi sa malasakit, disiplina, at pananagutan ng bawat isa. Kaya't bago pa lumala ang kalagayan ng ating bansa, panahon na upang kumpunihin ang bitak sa ating sistema, upang ang ating bansa ay muling huminga at magkaroon muli ng pag-asa.

## Luntiang Lakas ng Likas na Lunas

CYREE PAMPLONA

**Mula sa sinaunang seremonya ng tsaa sa Japan hanggang sa makabagong kapihan sa United States at mga lungsod ng European Union, ang matcha ay naging higit pa sa inumin. Noong 2026, ang tinatawag na matcha craze ay ganap nang nakapaloob sa industriya ng inuming pampalusog at pangkalusugan.**

Ang luntiang pulbos na minsang bahagi lamang ng ritwal ay isa na ngayong sagisag ng makabagong pamumuhay na pinagtatagpo ang tradisyon at agham.

**LUNTIANG EKONOMIYA**

Patuloy ang paglawak ng pandaigdigang pamilihan ng matcha. Noong 2024 hanggang 2025, tinatayang umabot sa humigit-kumulang $4.18 bilyon ang halaga nito at inaasahang tataas sa $5.40 bilyon sa 2026.

Pagsapit ng 2033, maaari itong pumalo sa $10.8 bilyon. Ang taunang paglago ay nasa 7.5% hanggang 7.9% at maaaring umabot sa 12.1% sa susunod na mga taon.

Nangunguna ang rehiyong Asia Pacific na may 57% bahagi ng merkado, subalit mabilis din ang paglawak nito sa Europa at Amerika. Malaki ang ambag ng Classic grade na may halos 56% bahagi ng kabuuang bentahan dahil ito ang karaniwang gamit sa latte at smoothie na abot-kaya at de-kalidad.

**AGHAM SA TSAA**

Hindi lamang anyo ang dahilan ng kasikatan nito. Taglay ng matcha ang L-Theanine, isang asidong amino na tumutulong sa pagpapakalma ng isipan nang hindi nagdudulot ng antok.

Kapag pinagsama sa caffeine, nagbubunga ito ng pakiramdam na kalmado ngunit malinaw ang pag-iisip. Dahil dinudurog ang buong dahon ng tsaa, buo ring nakukuha ang sustansiya nito. Mataas ito sa catechins tulad ng EGCG at mayaman sa chlorophyll, na iniuugnay sa paglilinis ng katawan at panlaban sa mga mapaminsalang molekula.

**LUNTIANG HINAHARAP**

Sa panahon ng social media, naging sagisag ang matingkad na berdeng kulay nito ng tinatawag na estetika ng kalusugan. Noong 2026, tumaas nang higit 100% bawat taon ang pagbanggit dito sa internet.

Pinatanyag din ito ng mga modernong kapihan tulad ng Blank Street Coffee. Lumalawak pa ang gamit nito sa mga timplang may kolahen at halamang pampalakas, maging sa mga produktong pampaganda. Tunay na ang matcha ay luntiang lakas ng likas na lunas.

Dibuho Zoe Arde |

**Bantay Numero**

Natuklasan sa pag-aaral na ang **matcha** ay may hanggang

**137x MAS MATAAS**

**na EGCG (antioxidant)** kumpara sa regular na green tea infusion. Dahil dito, mas mataas ang potensyal nitong antioxidant activity kada tasa.

Sanggunian | Journal of Chromatography A

***LABAN SA SAKUNA.*** *Matatag na hinaharap ng mga Pilipino ang mga pagsubok ng sakuna sa bansa. Larawan mula sa* ***East Asia Forum***

Bansa

## AI-Integrated 'PlanSmart' platform ng DOST para sa disaster response, ilulunsad ngayong 2026

AKI HERNANDEZ

**Inihayag ng Department of Science and Technology (DOST) na ilulunsad ngayong 2026 ang "PlanSmart Ready to Respond," isang Artificial Intelligence (AI)-enabled at web-based platform na layong palakasin ang disaster preparedness at response sa Pilipinas.**

Ayon kay DOST Secretary Renato Solidum Jr., layunin ng inisyatibo na mabigyan ang mga lokal na pamahalaan ng agarang, siyentipiko, at data-driven na impormasyon hinggil sa mga umiiral na panganib gaya ng bagyo at iba pang kalamidad.

Mabubuo ang sistema sa ilalim ng PlanSmart Ready to Rebuild application na tumutulong sa mga Local Government Units (LGUs) sa paglikha ng Rehabilitation and Recovery Plans.

**PINALAKAS NA INTEGRASYON**

Gagamit ang platform ng mga pro-forma template at hazard simulations sa ilalim ng GeoRiskPH Integrated Platform upang suportahan ang mas sistematikong pagpaplano.

Mapapabilis din ng AI ang pagproseso ng malalaking datos mula sa hazard at socioeconomic databases na mahalaga sa disaster assessment.

Inaasahang makapagbibigay ang sistema ng rekomendasyon sa pinakamabilis at episyenteng paraan ng pagtugon sa sakuna.

Ipinaliwanag ni Solidum na hindi na kailangang manu-manong magsaliksik ang mga planner hinggil sa hazard profiles at socioeconomic conditions dahil awtomatiko itong ipoproseso ng platform.

Binigyang-diin din niya na layunin ng programa na hindi lamang "makapagsalba ng buhay kundi pati kabuhayan," lalo't malaki ang epekto ng mga kalamidad sa lokal na ekonomiya.

**MAS MALAWAK NA APLIKASYON**

Bukod sa disaster response, plano ring gamitin ang AI sa pagtukoy ng ligtas na lokasyon ng mga komunidad at sa pagmamapa ng settlement conditions katuwang ang Department of Human Settlements and Urban Development.

Kinilala naman ng Office of Civil Defense ang Baguio City bilang halimbawa ng paggamit ng teknolohiya sa pamamahala.

Kasalukuyang tinatalakay sa lungsod ang panukalang ordinansa na mag-iintegrate ng AI sa public consultations, feedback analysis, at consensus-building na may kasamang safeguards laban sa deepfakes at anomalya.

Bahagi ang mga hakbang na ito ng mas malawak na layunin ng pamahalaan na gamitin ang AI sa pagpapalakas ng disaster resilience, urban planning, at iba pang sektor tulad ng kalusugan at transportasyon.

TOMO XIII · BILANG I
DISYEMBRE 2025 – PEBRERO 2026
Ang Opisyal na Pahayagan sa Filipino ng Mataas na Paaralang Pang-Agham ng Las Piñas

**Bantay Numero**

**Grade A Latin American**
5 Golds (Samba, Cha-cha-cha, Rumba, Paso Doble, Jive)

**Grade A Modern Standard**
5 Golds (Waltz, Tango, Viennese Waltz, Foxtrot, Quickstep)

Rehiyon

# HIYAW NG SAYAW

## LPSci Dancesport, pasok sa dalawang disiplina ng NCR Palaro 2026

DEAN **BRAVO** & IAN **OROSA**

**Sa tirik ng araw, tumutok ang ilaw nito sa apat na manlalarong hindi lamang sumayaw, kundi nag-iwan din ng kasaysayan.**

Ginimbal nina Emmanoel Raquedan, Nina Nuñez, Sophia Silguera, at Earl Ignacio ang kompetisyon matapos nilang masukbit ang gintong medalya sa lahat ng kategorya sa nagdaang 2025 Division Athletic Meet - Dancesport Competition noong Nobyembre 19 sa Bamboo Court, Las Piñas City.

Nanaig ang tambalang Raquedan at Nuñez sa disiplinang Grade A Latin American nang manguna sa kategoryang Samba, Cha-cha-cha, Rumba, Paso Doble, at Jive upang mahakot ang limang gintong medalya.

Makapigil hiningang foxtrot, slow waltz, Viennese waltz, tango, at quick step routines naman ang bitbit ng magkasanggang sina Silguera at Ignacio, dahilan upang mawalis ang kategoryang Modern Standard.

Ipinamalas ng mga atleta sa bawat galaw ang bunga ng kanilang dedikasyon at determinasyon sa larangan na naging dahilan upang makatungtong sa susunod na yugto ng kompetisyon — ang Regional Meet.

Higit pa sa medalya at karangalan ang nakamtan ng mga atleta, nagmarka rin ito bilang ang kauna-unahang pagkakataon sa kasaysayan na ang mga kakatawan sa dalawang disiplina ay nagmula sa Las Piñas City National Science High School (LPSci).

Pinatunayan ng apat na manlalaro na ang LPSci ay hindi lamang tahanan ng akademikong kahusayan, kundi pati ng talento sa sining at palakasan.

Laking tuwa ng kanilang tagapayo na si Peter Bangug sa naipakita ng kanyang mga estudyante at sa akibat nitong resulta.

Inihayag ni Bangug na marami silang nilaan na oras, pagsumikap sa pag-eensayo, pagkakaroon ng mahabang pasensya, at determinasyon ng bawat atletang pangarap na lumaban sa loob ng dance floor ng Regional Athletic Meet.

"It takes a lot of time, it takes a lot of effort, and patience as well. Very important ang patience, and of course, determination of these athletes na in their dreams makapunta sa Regional Athletic Meet, " ika ni Bangug

Dagdag niya pa rito, sinabi niya rin na maraming nakompromiso sa kanilang pang-akademiko sapagkat kinakailangan nilang ilaan ang pokus sa paghahasa ng kanilang galing.

"Maraming na-compromise, especially in their academics, because they need to focus on their training," ani Bangug

Handang handa na silang ipakita na hindi lamang sila nanalo sa loob ng Las Piñas, kundi sa buong National Capital Region (NCR) at sa buong Pilipinas.

Sinabi ni Bangug na asahan na sila'y handa sa paparating na kompetisyon dahil ginagawa ng mga atleta ang kanilang lahat upang makuha ang panalo sa hinaharap.

"Expect that we are ready. We are doing our best, especially these athletes. They are prioritising this training," ayon kay Bangug

Abangan ang apat na manlalaro sa Regional Athletic Meet na magaganap sa Marso 2-7 upang makita ang bangis ng bawat mananayaw.

# DALAWANG GALAW, IISANG SAYAW

CHRIS **BACANI**

**Makapigil-hininga, pambihira, at natural ang galaw ng dalawang nagtatagisang mananayaw sa dance floor. Parang iisa ang bawat hakbang at ikot nila, halos telepatiko ang ugnayan at walang bahid ng pag-aalinlangan. Hindi maikakaila, ang kanilang pagsasama ay nagpasigaw sa buong bulwagan, kasabay ng napakainit na hiyawan ng mga manonood.**

Sa kabila ng kanilang galing, hindi biro ang pinagsamahan nilang ensayo at kompetisyon. Ngunit, sa tulong ng isa't isa, ang bawat galaw ay nabubuo nang may kumpiyansa.

Ganito mailalarawan ang dalawang mananayaw mula sa Mataas na Paaralang Pang-Agham ng Las Piñas (LPSci) na sina Emannoel Raquedan at Nina Nuñez matapos ang kanilang dominasyon sa nagdaang Division Meet 2025 kung saan nakamit nila ang ginto sa lahat ng kategorya ng disiplinang Latin America. Sa kabila nito, hindi lamang ito ang pinagkakaabalahan ng mga mananayaw.

### ALINLANGANG WAGAS

Bukod sa dancesport, si Nuñez ay isang ballerina sa Lisa Macuja School of Ballet (LMSB) at kamakailan ay nanalo ng Silver at Gold Award sa International Ballet Grand Prix 2025, samantalang si Emannoel naman ay may angking talino at talento sa pagsayaw sa kategoryang hip-hop at kasalukuyang Secretary ng LPSci Dance Troupe. Marami man ang nasa pagitan ng dalawa, walang kayang humadlang sa pagkakaisa nila.

Sa kabila ng kani-kanilang aktibidad, natutunan nilang isabay ito sa mga pagsasanay na lalong nagpatibay sa relasyon ng dancesport couple na nagsimula noong sila'y junior high school pa lamang. Pawis at dugong binubuhos sa pag-eensayo na nasuklian ng kampeonato sa nakaraang Division Athletic Meet - Dancesport Competition 2025.

Nanatiling nag-eensayo ang kanilang tambalan para sa parating na NCR Meet 2026 upang ipaglaban ang kanilang puwesto sa Palarong Pambansa 2026.

# INIWANG KASANAYAN PARA SA KASAYSAYAN

XYRYLL **GILOS** & PRINCE **TAOTAO**

**Hindi biro ang gampanin ng isang atletang piniling yakapin ang tungkuling hindi pamilyar sa kanyang katawan—isang pagbabagong humahamon sa kanyang kakayahan bilang isang manlalaro. Ganito umiikot ang kwento ni Josh Ybañez, manlalaro ng Alas Pilipinas, na piniling talikuran ang kinagisnang papel sa loob ng court upang tugunan ang pangangailangan ng ating pambansang koponan.**

Ituloy sa **PAHINA 19**

***TODO HATAW.*** *Nakakamit ng gintong medalya sina (mula kaliwa) Sophia Silguera, Earl Ignacio, Emmanoel Raquedan at Nina Nuñez, mga atleta ng LPSci sa Standard at Latin Dancesports, matapos ang 2025 Cluster Meet.*

*Larawan nina **Majella Nouay & Riyanna Dacasin***

Daigdig

# ALON NG TALENTO

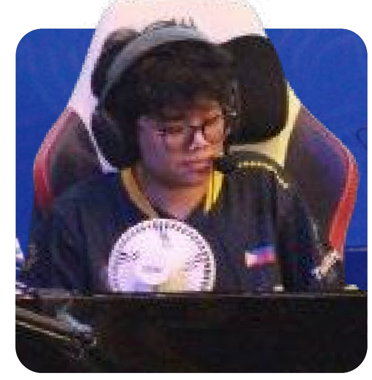
## Pascual, naglikom ng anim na medalya sa AOSI Swimming Championship 2026

JULIAN **FAJARDO**

**Namayagpag ang Las Piñero na si Caelyn Pascual nang magtabo ng kabuuang anim na medalya kontra sa iba't ibang panig ng Asya sa nagdaang 6th Asian Open Schools Invitational (AOSI) Long Course Swimming Championships 2026 mula Enero 29 hanggang Pebrero 1 sa Assumption College ng Bangkok, Thailand.**

Nakamit ni Pascual ang podyum sa kategoryang Mixed 4x50 Freestyle Relay, Women's 50m Backstroke, Women's 4x50m Medley, Women's 50m Butterfly, Women's 100m Backstroke, at sa Women's 50m Freestyle.

Ituloy sa **PAHINA 19**



***SIKLAB NG SIBOL.*** *Pinatunayan ni Alston "Sanji" Pabico (Yve) ng SIBOL MLBB Men ang kaniyang husay sa ika-33 na SEA Games .*

*Larawan mula sa **Tiebreaker Times***

Daigdig

# BIDA NG TORNEO

## Sanji, Sibol MLBB, nakamit ang ginto sa MLBB SEA Games 2025

ANDREW **ATREGENIO**

**Mula sa Barangay Talon Tres sa siyudad ng Las Piñas, ang dating ordinaryong manlalaro ng Mobile Legends: Bang Bang (MLBB) na may pangarap ay isa nang kampeon sa pandaigdigang kompetisyon.**

Ituloy sa **PAHINA 19**

Ang Opisyal na Pahayagan sa Filipino ng Mataas na Paaralang Pang-Agham ng Las Piñas
Tomo XIII · Bilang I
ang paham

SALINDIWA
CYREE PAMPLONA

## Lakas ng Isip, Lakas ng Laro

**Sa panahong milyon-milyon ang manonood, milyon-milyon ang premyo, at disiplina ang puhunan, panahon na para tanggapin ang isang katotohanan na ang esports ay hindi lamang laruan; isa itong tunay na isports.**

Naririnig pa rin hanggang ngayon ang luma at makitid na argumento: "Hindi naman totoong isports ang esports, laro lang 'yan." Ngunit sa panahon kung saan nagbabago ang anyo ng kompetisyon, malinaw na kailangang baguhin din ang pananaw. Ang esports ay hindi lamang libangan; ito ay lehitimong isports na nangangailangan ng disiplina, husay, at propesyonalismo.

Nagulat ako na may undergraduate program sa kolehiyo para rito, at kahit ito ay organisado, hindi pa rin ito gaanong kinikilala. Ayon kay Euri Baquir, 3rd year BS Esports student ng Lyceum of the Philippines University (LPU), ang esports ay hindi lang basta paglalaro. Ang kanilang kurso ay nakatuon sa backend ng industriya—esports management, teamwork, communication, marketing, at media.

Ibig sabihin, hinuhubog ang mga estudyante hindi lang bilang manlalaro, kundi bilang mga propesyonal na kayang magpatakbo ng buong esports ecosystem. May sarili pang Esports Arena ang LPU kung saan aktwal silang nagsasanay sa pag-oorganisa ng events at tournaments. Ito ay isang malinaw na indikasyon na seryoso at sistematiko ang larangang ito.

Kung kompetisyon ang batayan ng isports, pasado ang esports. May malinaw na mga patakaran, mataas na antas ng kasanayan, at mahigpit na pagsasanay. Tulad ng tradisyunal na atleta, ang mga esports player ay dumadaan sa mahahabang oras ng pagsasanay mula sa paghasa ng aim sa FPS games hanggang sa pag-aaral ng estratehiya, pagtutulungan, at mabilis na decision-making. May sponsors, may malaking audience, at may premyong milyon-milyon.

Hindi man pisikal ang banggaan, mabigat naman ang hamon sa mentalidad. Stress, pressure, mental fatigue, eye strain, wrist pain—lahat ito ay bahagi ng buhay ng esports athlete. Tulad ng sabi ni Baquir, hindi sapat ang "naglalaro lang." Ang tunay na atleta ay natututo sa bawat pagkatalo at mas tumitibay sa bawat panalo, hindi lang bilang gamer, kundi bilang tao.

Kung gusto ninyong makita ang katotohanan, payo niya na manood ng professional matches. Doon makikita ang antas ng husay at disiplina. Dahil sa huli, ang esports ay isports at nararapat itong kilalanin bilang ganoon.

mula sa PAHINA 17

## Pascual, naglikom ng anim na medalya sa AOSI Swimming Championship 2026

Sinimulan ni Pascual ang kanyang bakbakan sa isang panalo sa unang araw matapos niyang makuha ang oras na 29.86 segundo upang makamit ang unang gantimpala sa Women's 50m Backstroke.

Sinundan naman ito ng isa pang ginto sa Mixed 4x50 Freestyle Relay dala ng kanilang oras na 1:23.38 sa pagtutulungan nina Jet Berueda (25.57), Pascual (25.57), Riannah Chantelle (28.98), at Matthew Lopez (28.83) na nagpakita ng kahusayan ng bawat miyembro ng National Academy of Sports (NAS).

Kumana muli ng medalya ang NAS sa ikatlong araw matapos magkuwintas ng pilak sa4x50 Medley Women Silver kasama sina Mischka Lachika (35.94), Gwen Mayo (32.27), Chantelle (34.28), Pascual (29.37) na nagresulta sa oras na 2:11.86.

Sinamahan pa ito ni Pascual ng dalawang tanso sa kategoryang Women's 50m Butterfly kung saan nasungkit niya ang oras na 32.63 at sa Women's 100m Backstroke nagtapos sa oras na 1:17.93.

Winakasan naman ni Pascual ang kaniyang paglaban sa kompetisyon sa ikaapat na araw nito matapos ang Women's 50m Freestyle sa oras na 29.86 na naging tulay sa kaniyang pagkapanalo ng tansong medalya.

Ipinakita ni Pascual at ng mga kumakatawan sa NAS ang husay ng Las Piñero at ng bawat Pilipinong manlalaro sa harap ng iba't ibang bansa sa Asya.

### Bantay Numero

Koleksyon ng mga medalya ng **LPSci** sa nagdaang **Las Piñas City Cluster Meet 2025**

| | |
|---|---|
| **BASKETBALL** | 2 SILVER<br>MYTHICAL 5 - ESCOBIDO<br>MYTHICAL 3 - OLIVEROS |
| **BADMINTON** | 2 GOLD<br>2 SILVER<br>1 BRONZE |
| **VOLLEYBALL** | 1 BRONZE |
| **DANCESPORTS** | **Latin American**<br>5 GOLD<br>**Standard**<br>5 GOLD |
| **CHESS** | 1 GOLD<br>1 SILVER<br>1 BRONZE |
| **TABLE TENNIS** | 1 GOLD |

### Dapat Alam Mo

Nangunguna ang Pilipinas sa **gaming reach among internet users** noong 2025.

Mabilis na lumago ang merkado, na may

**12.9%**

compound annual growth rate.

Sanggunian | Statistica

Lipunan

# BANGON NG DRAGON

## LPSci, wagi kontra TDC sa Basketball Cluster Meet 2025

DEAN **BRAVO**

*DAGUNDONG NG DRAGON. Umabante ang LPSCI Dragons sa Basketball Cluster Meet Championship 2025 matapos talunin ang TDC noong Oktubre 8. Mga larawan ni* ***Darla Guerrero***

**Nanaig ang Las Piñas City National Science High School (LPSci) Dragons laban sa Las Piñas City National Senior High School - Talon Dos Campus (TDC), 60-57, upang umabanse sa championship game ng Cluster Meet 2025 ng pampalakasang basketbol sa Las Piñas North National High School (LP-North) noong Miyerkules.**

Itinala ng mga Dragons ang kanilang unang panalo makalipas ang walong taon na paghahabol na makapasok sa championship game.

Namayani si Justine Escobido matapos kumana ng 27 puntos, 6 rebounds, at 7 assists upang maakay ang Dragons patungo sa tagumpay.

Sinundan naman ito nina Justin Pastor, Joel Jalimao, at Gianni Dangca na nagrehistro ng kabuuang 18 puntos para makalusot sa gitgitang laban.

Lumikom ng 14 rebounds, 2 assists, 2 steals, at 2 blocks si Crismond Olegario na bumuhay sa mga possessions ng Dragons na naging bentahe nila.

Kumawala kaagad sina Escobido na nagtala ng 11 puntos at Dangca na tumikada ng dalawang tres na nagresulta sa 9-point lead sa unang kwarter, 22-13.

Nanatili ang kanilang bentahe patungo sa ikalawang kwarter, 30-28, mula sa mga puntos sa fast breaks ng koponan sa kabila ng paghahabol ng TDC sa kanilang pagkadehado.

Dikit pa rin ang naging laban matapos ang palitan ng pag-iskor ng dalawang koponan sa ikatlong kwarter, 45-43, na nagtapos sa buzzer-beating layup.

Winakasan na ng Dragons ang bakbakan sa huling kwarter, 60-57, nang makamit nina Jalimao at Escobido ang mahahalagang free throws upang maselyuhan ang dikit na sagupaan.

Laking tuwa ni Dragons Head Coach Joel Ferrer sa naipakita ng kanyang mga manlalaro sa loob ng laban sapagkat malaki ang naging pagbabago ng mga manlalaro at dedikasyon sa pag-eensayo.

Dagdag pa niya, si Jalimao ang sikretong itinago ng Dragons na naging daan sa kanilang pagkapanalo.

"Alam mo ang sikreto sa aming panalo? Si Jalimao," dagdag ni Ferrer.

Maraming salik ang nagbuhat sa pinaghirapang panalo ng mga Dragons na karamihan sa mga tao ay hindi napapansin.

Napigilan din ng mga plays dala ni Gabriel Bonoan at depensa ni Jalimao ang opensa ng TDC upang makamit ang inaasam na panalo.

Nakamit din ng Dragons ang panalo sa 3x3 basketball na binubuo nina Marius Samiley, Kiev Oliveros, Ray Samson, at Karl Glory, kung saan kanilang ginapi muli ang TDC.

Ipinakita nilang apat na hindi lamang malakas ang Dragons sa 5x5, kundi pati na rin sa kabilang dako kung saan iba ang estratehiya, galaw ng bola, at layunin na dapat makamit ng bawat manlalaro.

Sa kabila ng bawat salik na nakaaapekto sa koponan bawat taon, patuloy pa rin ang paglaban para sa kanilang pangarap at pag-eensayo sa kanilang kakayahan na nagresulta sa tagumpay na magmamarka sa kasaysayan ng paaralan.

Dibuho | **Anne Tan**

Editoryal

# PAGWAKAS SA PANDARAYANG PATAKARAN

# Iniwang Kasanayan para sa Kasaysayan

mula sa PAHINA 17

Iniwan ng UAAP two-time MVP na si Ybañez ang dating posisyon bilang sentro ng opensa ng Unibersidad ng Santo Tomas (UST), upang buong tapang na yakapin ang responsibilidad bilang gulugod ng depensa ng Alas Pilipinas, tinanggap ang hamon ng posisyong hindi nasusukat sa puntos kundi sa lakas ng loob at puso—ang libero.

Ipinamalas niya ang hindi matatawarang determinasyon at sakripisyo, inialay ang kanyang sarili upang maging pundasyon sa kanilang depensa.

Hindi naging madali ang paglalakbay na ito para sa atleta. Ngunit, itinuring n'ya itong oportunidad upang maipakita niya sa lahat ang mga bagay na kaya niya pang gawin. Bunga ng kanyang determinasyon at talento, napabilang siya sa talaan ng mga pinakamahusay na libero bitbit ang karangalan ng ating bansa.

Maaaring hindi man lumitaw ang pangalan ni Ybañez sa ibabaw ng mga score sheets, hindi pa rin matutumbasan ang markang naiwan niya sa loob ng court. Sa bawat dig, pagsalo, at pagpapanatili ng depensa, nakamit ng Alas Pilipinas ang kanilang makasaysayang unang panalo laban sa isang mas mataas na ranggong international team at dito rin nagtapos si Ybañez bilang ikalimang best receiver sa World Championship, patunay na kayang makipagsabayan ng mga Pilipino sa ibang bansa.

**SALO NG SPIKER.** *Buong buo ang depensa ni Josh Ybanez, ang outside hitter ng UST Golden Spikers at libero ng Alas Pilipinas sa ika-33 na SEA Games*

*Larawan mula sa **Inquirer Sports***

mula sa PAHINA 17

## Sanji, Sibol MLBB, nakamit ang ginto sa MLBB SEA Games 2025

Nasungkit ni Alston "Sanji" Pabico at Sibol MLBB ang gintong medalya matapos nilang lampasuhin ang Malaysia sa Southeast Asian (SEA) Games Men's MLBB 2025 na ginanap noong Disyembre 19 sa Sala Phra Kieo, Thailand.

Pinangunahan ni Sanji ang koponan bilang mid laner ng Pilipinas nang magpakita ng matatag na pamumuno laban sa Malaysian representatives na nagsilbing susi sa tagumpay ng bansa sa torneo.

Winalis ng koponan ang lahat ng kanilang nakatapat sa unang bahagi ng kompetisyon upang mamayagpag at makapasok sa Grand Finals.

Nagtapos ang serye sa isang dominanteng 4-0 sweep pabor sa Pilipinas, na nagpakita ng kanilang lakas at kontrol sa buong laban.

Mula sa pagpili ng mga taktikang gagamitin hanggang sa panghuling parte ng laro, malinaw ang kanilang paghahanda at kumpiyansa sa international stage.

Sa bawat laro, ipinamalas ng Sibol MLBB ang malinis na execution, disiplina, at mahusay na team coordination—lalo na si Sanji.

Sa pamamagitan ng sipag at determinasyon, pinili niyang subukan ang professional scene hanggang sa tuluyang makilala ang kanyang talento.

Ngayon, si Sanji ay isang manlalarong ipinagmamalaki hindi lamang ng mga Las Piñero kundi ng buong bansa.

Ipinakita ng kaniyang tagumpay kung paano nagiging oportunidad ang e-sports para sa mga kabataang Pilipinong nangangarap.

Patunay ang kwento ng tagumpay ni Sanji na ang gintong panalong ito ay bunga ng walang sawang pag-eensayo, dedikasyon, at pangarap na lumaban sa pandaigdigang entablado.

### Estadistika

Ang **LPSci Red Dragons** ang nagwaging
**1ST RUNNER-UP**
sa nagdaang **Basketball Cluster Meet 2025**

Pinarangalan bilang bahagi ng
**MYTHICAL 5**
si **Justine Escobido** matapos kumamada ng **27 puntos, 6 rebounds, at 7 assists.**

Sa kabilang banda, nakapasok din sa
**MYTHICAL 3**
si **Kiev Oliveros** na nagtala ng **14 rebounds, 2 assists, 2 steals, 2 blocks.**

EMYR GOLEZ

# Dalawang Mundong ginagalawan

Dibuho | **Anne Tan**

**Tuwing nababanggit ang salitang guro ay paniguradong nakakabit na rito ang mga katagang pisara, aklat, lalong-lalo na ang mga mahahabang aralin. Dahil dito, inilalaan nila ang kanilang oras maghapon sa pagbibigay ng kaalaman sa mga kabataan, kung kaya't tiyak na mas pipiliin na lamang nilang magpahinga sa kani-kanilang mga tahanan.**

Ngunit may isang grupo ng mga guro sa Las Piñas City National Science High School na pagkatapos gampanan ang responsibilidad sa paaralan ay tinatahak naman ang mundong malayo sa kanilang larangan — ang esports .

Hindi kailanman itinuring ng mga gurong ito ang paglalaro bilang isang sagabal o pampalipas-oras lamang, bagkus para sa kanila, natutulungan din nitong maibsan ang pagod sa mahabang araw ng pagtuturo. Higit pa rito, may mga katangiang nahahasa ang esports na mahalaga rin sa loob ng silid-aralan.

Nagsimula ang karera ng kanilang koponan noong inalok sila ng Division of Las Piñas na lumahok sa isang Mobile Legends: Bang Bang tournament. Dahil sa kanilang pagkahumaling sa larangang ito ay hindi na sila nagdalawang-isip na kunin ang pagkakataon. Bagama't hindi sila pinalad sa kanilang unang pagsalang ay hindi pa rin sila huminto sa kanilang paglalakbay.

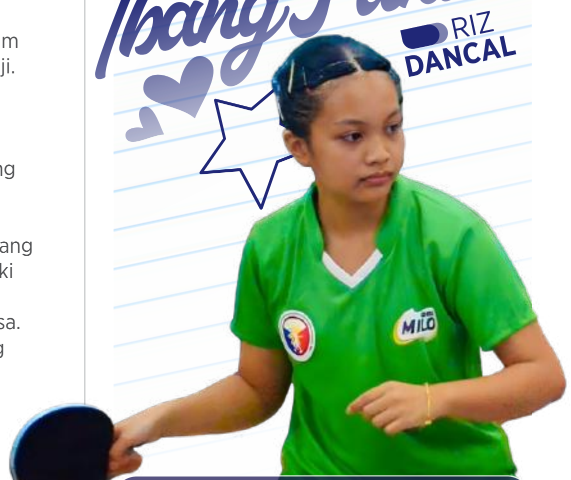
Sa katunayan, muling nakipagsapalaran ang mga guro sa Aguilar's Cup sa parehong laro noong nakaraang Disyembre at mapalad na naiuwi ang ikaapat na karangalan — patunay ng kanilang determinasyon at pagsisikap.

Aminado ang mga guro na hindi naging madali ang kanilang paghahanda. Bukod sa mahinang internet at problema sa loob ng laro ay kailangan din nilang balansehin ang oras sa pagsasanay at pagtuturo. Sa kabila ng mga ito, hindi nila kailanman hinayaang mamatay ang apoy ng kanilang mga puso sa esports.

Malayo man sa kanilang propesyon ang dimensyon ng esports ay pinatunayan nilang maaari pa ring balansehin ang hilig at trabaho kung nanaisin. Ipinapaalala ng kwentong ito na ang paglalaro ay hindi paglayo sa responsibilidad kundi paraan upang muling bumangon at magpatuloy.

# Bida sa Ibang Pahina

RIZ DANCAL



***MAGKAIBANG MUNDO.** Ipinakita ni Alicia Velasco ng LPSci ang kaniyang kakayahan sa Table Tennis sa Division Meet 2025 sa kabila ng pagsubok na kasama ng paglipat ng paaralan.*

*Larawan ni **Zoe Arde***

**Tuwing nakakakita tayo ng hindi pamilyar na mukha, ay madalas tayong magtaka sa kaniyang personalidad at sa mga bagay na kaya niyang gawin. Maaaring magdala ang pakiramdam na ito ng pangamba o hindi kaya pagkagalak. Ngunit, kahit bago man ang mga ito sa ating paningin, ang respeto ay dapat pa rin paigtingin. Kagaya na lamang ng kwento ng isang atletang kahit na bagong salta ay nagbigay naman ng karangalang habambuhay magmamarka.**

Si Alicia Velasco ay isang mag-aaral at manlalaro ng table tennis na kasalukuyang nasa ika-10 na baitang mula sa Manila Science High School (MaSci) na lumipat sa Las Piñas City National Science High School (LPSci). Agad siyang napili upang irepresenta ang kaniyang paaralan sa nagdaang Cluster Meet na naiuwi ang unang gantimpala at nakamit naman ang ikalawang puwesto sa Division Meet.

### PAGSASAKRIPISYO SA PAGBABAGO

Hindi naging madali ang kanyang paglipat sa panibagong pahina. Subalit, sa kanyang pagtuklas sa mga karakter na makakatulong sa kanya, nabasag ang kandado ng kanyang lakas.

Hindi lamang gawa ng isang mahika ang lakas na ipinakita ni Velasco. Malaking bahagi sa kaniyang katayuan ngayon ang dedikasyon, pagod, buhos ng ensayo, at pagsasakripisyo na inialay nya sa larangang ito.

Mula sa bawat patak ng pawis, sigaw sa paglaban ng kaba, unti-unting nabuo ni Velasco ang kumpiyansa. Pinatunayan na kahit ang bagong apak ay may ibubuga na likas na lakas.

### RESULTA NG TALA

Sa kabila nang ipinakita ni Velasco ay hindi niya maitatangging kinulang siya sa pagkamit ng kampeon sa Division Meet. Ngunit hindi ito dahilan para kay Velasco na sumuko.

Pangako ni Velasco na mas lalo niyang ipagpapatuloy ang pag-eensayo at nais niya pang pagbutihan upang makamit ang mas matataas na sports meet sa larangan ng table tennis. Gusto niyang patunayan na ang lakas na baon niya ay tutupad sa bawat pangarap niya.

**Sa mundo ng palakasan, malaking bagay ang pagkakapantay-pantay ng mga manlalaro sa loob ng court. Sa sandaling mabigyan ng kahit kaunting kalamangan ang isang atleta o koponan, maaari nang mahulaan kung paano tatakbo ang magiging resulta ng kompetisyon. Dahil dito, hindi maitatanggi na mahalagang maging patas ang pamantayang ipinatutupad upang masigurong tunay na husay ng mga manlalaro ang mananaig. Mula sa maliliit na kompetisyon hanggang sa pinakamalaking paligsahan ng kani-kanilang larangan. Gayunpaman, taliwas ito sa naranasan ng ilang bansa—kabilang ang Pilipinas—partikular na sa mga alituntuning ipinatupad ng Thailand noong Southeast Asian (SEA) Games 2025, na ayon sa marami ay malinaw na pumabor sa host nation.**

Matatandaan na ang SEA Games ay isang host-driven sports event na ginaganap kada dalawang taon. Ito ay nangangahulugan na ang host country ang nangangasiwa sa buong patimpalak — mula sa pagpili ng mga isport na isasama, elihibidad ng mga manlalaro, bilang ng mga event na maaaring salihan ng isang atleta, at napakarami pang iba na nagiging dahilan upang mabago-bago ang patakaran sa bawat edisyon ng SEA Games na kadalasa'y nagbubukas ng puwang para sa hindi patas na kalamangan.

Malinaw na isa sa mga bansang pinakanaapektuhan sa taong ito ay ang Pilipinas. Isa na rito ang pagbabawal sa mga naturalized player sa 5-on-5 basketball na naging dahilan upang hindi makalaro ang Gilas Pilipinas star player na si Justin Brownlee. Dagdag pa rito, ang paglilimita sa mga gymnast sa iisang event lamang ay isang lantarang paraan upang pigilan ang dominasyon ng isang Olympic Gold Medalist na tulad ni Carlos Yulo. Sa halip na maipamalas ng mga manlalaro ang kanilang kakayahan ay tila naging hadlang pa ito para maipakita ang potensyal nila at ng ating bansa.

Kung hindi na ito bago, bakit tila naging manhid na tayo sa patakarang may pinapanigan? Noong SEA Games 2023 kung saan Cambodia ang host country, nagkaroon din ng mga patakarang pabor sa kanila. Sa pamamagitan ng pagdaragdag ng mga tradisyonal na isport na pamilyar sa kanila, nagkaroon ng malinaw na kalamangan ang host country—na nagbunsod upang pumuwesto sila sa ika-apat sa medal tally noong taong iyon.

Sa ganitong sitwasyon, naipapakita na ang ganitong konsepto ay nagagamit hindi lamang bilang karapatan kundi bilang estratehiyang panlamang. Malinaw sa nakararami na tradisyon na ito ng palaro ngunit hindi natin dapat hayaang alisin nito ang diwa ng patas na kompetisyon.

Mas lalo itong nagiging hindi makatarungan dahil ang pinakadirektang naaapektuhan ay ang mga manlalaro — mga atletang nagsasakripisyo at naghahanda upang magbigay karangalan sa bansa.

> **"Nagmimistulang larangan na lamang ng limitasyon ang dapat na entablado para sa talento at dedikasyon. Hindi lamang tropeyo at medalya ang naipagkakait sa ganitong sistema kung 'di pati na rin ang oportunidad para sa mga atleta.**

Sa huli, ang usaping ito ay tungkol sa integridad ng palarong ito. Kung patuloy na pahihintulutan ang ganitong pamamaraan ay palagi na lamang may madedehado. Marapat lamang na suriing mabuti ang isyu na ito at tiyaking ang lahat ng atleta ay may pantay na karapatan ano man ang pinanggalingan. Dahil kung ang mga patakaran ay idinisenyo upang pumabor sa iilan, mawawalan ng katuturan ang esensya ng palakasan.

ANG PAHAM
Papel ng Katotohanan. Tinta ng Katapatan.

isports
TOMO XIII • BILANG I •
DISYEMBRE 2025 – PEBRERO 2026
Ang Opisyal na Pahayagan sa Filipino ng Mataas na Paaralang Pang-Agham ng Las Piñas · Dibisyon ng Las Piñas · Rehiyon NCR

MGA NILALAMAN

17 isports balita
LPSci Dancesport, pasok sa NCR Palaro 2026

17 isports lathalain
Dalawang Galaw, Iisang Sayaw

18 isports editoryal
Pagwakas sa Pandarayang Patakaran

# Himig ng Lamig

DEAN BRAVO

**Ibang isla. Ibang kultura. Iba't-ibang taong makasasalamuha.**

Mula sa siyudad ng Las Piñas, may isang bituin na sumisibol at gumagawa ng pangalan sa mundo ng ice skating. Isang prinsesang naghahari sa bawat sulok ng kanyang yelong kaharian.

Nagpasiklab ang isa sa mga estudyante ng Las Piñas City National Science High School (LPSci) na si Julia Plata matapos ang kanyang dominasyon sa nagdaang Skate Bangkok 2025 dala ng kanyang anim na ginto at isang pilak na medalya upang wakasan ang taon sa panalo. Niyanig niya ang buong rink kung saan maraming mga mata ang humuhusga sa bawat kumpas, bawat hakbang, at bawat talon.

**KISLAP NA PATUTUNGUHAN**

Karaniwang humila ng atensyon ng isang bata ang mga makukulay na laruang makikita sa iba't ibang tindahan sa loob ng mall ngunit hindi ito ang pumukaw sa damdamin ni Plata. Sa pinapasyalan na mall sa Qatar, iisa lamang ang pumukaw sa damdamin niya—ang kumikinang na ice rink sa kanyang harap at ang mga palabas dito tuwing Pasko.

Dahil dito, sinabi niya sa kanyang nanay na gusto niya ring maging katulad ng mga tao sa loob ng rink. Dala ng pagtutulak ng kanyang tiya at nanay na simulan ang pagsampa sa ice rink, nagsimula na rin ang tuloy-tuloy na tagumpay sa ilalim ng kanyang pangalan.

**LAGUTOK NG TANGLUYAN**

Katangi-tangi ang bawat pahina ng istorya ni Plata. Sa kanyang libro, hindi uso ang salitang "talo". Hindi rin uso sa kanya ang manalo sa isang kategorya lamang. Bawat kabanata, tila rinig ang kalatong ng bawat salita sa dami ng panalong nakalista.

Matapos ang pandemya, tuloy-tuloy ang kanyang pagkawagi sa loob ng ice rink. Sa nakaraang Skate Philippines Summer Championships 2023 na ginanap sa Mall of Asia, sa apat na kategorya siya nagkuwintas ng gintong medalya. 'Di nagtatapos dito ang kanyang dominasyon.

Sinubok ang kanyang galing sa pandaigdigang entablado nang siya ay lumaban sa Skate Bangkok noong 2025—bagong bansa, bagong paligid. Walang pagbabago sa kanyang galaw, sa litik ng puso, at dinaig pa niya ang huling gantimpala nang magtabo siya ng anim na gintong medalya rito.

**GININTUANG ORAS**

Bilang student-athlete, nagiging hamon sa kanya ang paghahalo ng pag-eensayo sa ice skating at mga gawaing pampaaralan. Dahil dito, natutunan niyang mabisang hatiin ang kaniyang oras upang hindi matambakan ng mga gawaing pampaaralan sa pamamagitan ng pagtatapos sa mga gawain tuwing siya'y libre.

Matututunan natin kay Plata na ang lahat sa buhay ay pinaghihirapan. Walang panalo ang nakakamit sa panandaliang pagkakataon. Ang lahat nang pinaghihirapan ay may kaakibat na gantimpalang masarap sa pakiramdam. Ika nga nila—kung gusto, may paraan. Kung ayaw, may dahilan.

Isa si Plata sa
**130**
figure skaters **mula sa Pilipinas** na sumali sa nagdaang Philippine National Figure Skating Championships 2025.