

Órgano informativo  
Departamento de Formación Humana SMS





# UNA ESPERANZA

Quien vive para servir sirve a la vida



## MES DE LA CANCIÓN ESCOLAR Y DE LAS BELLAS ARTES

- 06 Día Internacional de la Infancia
- 12 Día del Encuentro entre dos culturas
- 16 Día Mundial de la Alimentación
- 21 Natalicio de Salomé Ureña
- 24 Día de las Naciones Unidas
- 28 Día de la Universidad y de la Escuela
- 31 Día del Ahorro Escolar

## Octubre: Respeto

*“Quien ha sabido preservar su decoro sabe lo que vale el ajeno, y lo respeta”*

*José Martí (1853-1895)*

*(Político, pensador, escritor, periodista, filósofo y poeta cubano)*

## CONTENIDO

Focus	01
Tu mundo y el mundo ajeno Cómo mostrar respeto - 4 métodos	02
Pensando en los padres a. ¿Quién merece respeto? Por: Claudia Cepeda b. El valor del RESPETO Por Rafael Cepeda C.	06
Valor del Mes: RESPETO	07
Escuela de Padres SMS Primera actividad 2017-2018	09
Día de la Paz - Celebración	10
Tecnología y Valores “La necesidad del respeto” Prof. Jacqueline Losada	12
Arte y Valores “Respeto a mí mismo a través del arte” Prof. Jacqueline Losada	13
Convivencia 12mo Grado “Al final del viaje comienza el camino”	16
Cuidamos la Tierra	17
Entre Nosotros	19

# Focus

El pasado mes y enfocados en la PAZ iniciamos el presente ciclo escolar con una esplendorosa carga de positiva energía producida por buenas noticias sobre nuevos enfoques, estreno de espacios renovados e implementación de excelentes sistemas y programas que nos llenaron de entusiasmo y optimismo. Tanto así, que este buen ánimo ha logrado mantenerse a pesar de que la naturaleza desbocada nos trajera la proximidad de dos violentos huracanes de lamentables consecuencias para una parte de nuestra población, así como tristes noticias sobre sus destructivos efectos en países vecinos y terremotos en naciones hermanas cuya gente amamos; además de la dolorosa tragedia local de violencia y feminicidios actualmente desorbitados. Veamos esto como una invitación a la reflexión en un intento de comprender y aceptar la dualidad de este plano de existencia donde todo tiene su par de opuesto: Amor y odio, paz y guerra, bondad y maldad, luz y sombra... Tenemos que encontrar nuestro lugar en este esquema cuya comprensión nos trasciende pero que, a pesar de ello, se nos mantiene el libre albedrío para elegir el lugar en que queremos servir... Es momento de aceptar y de agradecer cuanto se nos ha evitado ¡Hágase la voluntad de Dios!

En octubre el valor que enfocamos es nada más y nada menos que el RESPETO y, los caprichos de la naturaleza mencionados en el párrafo anterior nos llevan a pensar, además de en su importancia, en la imperiosa necesidad y conveniencia de cultivarlo. Es por eso que nos empeñamos en concienciar formalmente sobre la CIUDADANÍA DIGITAL y el CUIDADO DE LA TIERRA, sustentados por el RESPETO. En esta edición de Una Esperanza, la segunda de su año número 23 de vida, encontrarán diferentes enfoques sobre estas realidades. No se pierdan ninguna de sus páginas. Vean el detalle de su contenido al lado izquierdo de esta primera página.

Hasta el mes próximo SDQ (ygr).

# Tu mundo y el mundo ajeno

## *Por una convivencia armoniosa*

Fuente: <http://es.wikihow.com/mostrar-respeto> - (selecciones libres)

### Cómo mostrar respeto

4 métodos:

1. Respetarte a ti mismo
2. Respetar los esfuerzos de los demás
3. Respetar las opiniones
4. Respetar a tus “enemigos”

Mostrar respeto es primordial para mantener importantes relaciones personales. Aprender a respetar los esfuerzos, las habilidades, las opiniones y las excentricidades de los demás te ayudará a mantener una vida interpersonal feliz y satisfactoria. Respetarte a ti mismo puede ayudarte a seguir adelante con confianza para tener el hábito de respetar a las personas a tu alrededor y compartir con ellas.

#### 1. Respetarte a ti mismo

- 1 Ocúpate de ti mismo.** Trata de darte la misma consideración que les das a todas las personas de modo que te demuestres respeto. No cambies tus ideas y deseos a costa de las personas. Tú vales la pena.
  - Aprende cuándo pedir ayuda. Respetar tus habilidades y capacidades, pero aprende a reconocer cuándo estás fuera de tu elemento. No dificultes tu situación más de lo necesario.
  - Bríndate viajes y regalos bien merecidos de vez en cuando. Pasa tiempo con tus amigos y haz actividades divertidas en tu tiempo libre.
- 2 Evita los comportamientos autodestructivos.** Beber en exceso de manera regular o desaprobarte de manera habitual te derribará mental y físicamente. Trata de esforzarte activamente para crearte y rodearte de personas alentadoras, enriquecedoras y útiles.
  - ¿Tus amigos son del tipo de personas con las que te quieres rodear? ¿Te critican o tratan de reprimirte? Considera seguir adelante con tu vida y sin esas personas.
- 3 Mantente saludable.** Haz visitas regulares al doctor para asegurarte de que estás saludable y en forma. Ocúpate de los problemas de tu salud apenas surjan y no aplaces las malas noticias. No ir al doctor porque no te gusta no demuestra respeto por ti y tu bienestar.
  - Ejercítate con regularidad y come bien. Comienza a desarrollar rutinas fáciles, incluso caminar unos cuantos kilómetros o unas cuantas millas, o haz algunos estiramientos ligeros para ocuparte de tu cuerpo y mantenerlo. No comas comida chatarra y come diferentes alimentos nutritivos.
- 4 Defiéndete.** Consigue lo que quieres. No dejes que el miedo se entrometa en el camino de lograr lo que mejorará tu vida. Consigue algo positivo para ti. Comparte tu opinión. Haz lo que quieras, ya sea cambiar de trabajo, comenzar una banda o aprender a actuar a tus 40 años. Toma una decisión y cúmplela.
- 5 Ten aspiraciones.** Todos nos acostumbramos a las rutinas, muchas de las cuales creamos nosotros mismos. Desarrolla planes para ti y establece pasos específicos para llevarlos a cabo. Ingenia una trayectoria ascendente para ti para mantenerte avanzando en la vida y permanecer satisfecho. Demuéstrate respeto

al ser lo mejor que puedes ser.

- Considera hacer un plan de 5 años para llegar adonde quieres. Si eres estudiante, ¿cuáles son tus planes universitarios? ¿Cuáles son tus planes para después de la universidad? ¿Cómo lograrás de manera realista esos objetivos?
- Si estás en el mundo laboral, ¿eres feliz en tu trabajo? ¿Haces lo que amas? ¿Qué se necesita para que te paguen por tu pasión? ¿Cuánto tiempo se necesitará para hacer que eso suceda? ¿Es posible? Responde con honestidad a estas preguntas y desarrolla específicamente un plan para conseguir el éxito.

## 2. Respetar los esfuerzos de los demás

- 1 Demuestra gratitud.** Agradece de manera regular a las personas por su ayuda y apoyo. Es importante recordar a todos los que nos han ayudado en nuestro camino. Demuestra respeto al expresarles tu agradecimiento. Demuéstralo regularmente significará mucho para esas personas incluso si no hay una ocasión obvia para hacerlo. Envía cartas, haz llamadas, envía correos electrónicos y mensajes de texto a aquellos con los que has perdido comunicación. Expresarte no tiene que tomarte más que algunos minutos. Recuerda agradecerles a tus: padres, hermanos, compañeros de trabajo, compañeros de clase, amigos, profesores, vecinos.
- 2 Elogia los logros de los demás.** Dirige la atención hacia el éxito de alguien y celebra su habilidad y logros. Aprende a reconocer cuándo alguien se esfuerza más y logra algo, y elógielo por eso con sinceridad. Llévelo a un lado y hazlo en privado de modo que tu elogio sea genuino.
  - En lugar de tener la reacción de preguntarte porqué eso no te sucedió a ti, trata de decir que es excelente que haya sucedido. Tener una actitud positiva concentrará la atención en la persona a quien le ha sucedido algo bueno y difundirá la buena voluntad.
  - Esfuérzate más para elogiar el esfuerzo, la actitud o los atributos positivos de alguien que respetas si parece que tiene un momento difícil o parece tener menos puntos que elogiarle en comparación con otros.
- 3 Sé sincero.** Si bien es cierto que es importante agradecer y elogiar, la mayoría no suele respetar la adulación. Sé genuino en tu agradecimiento y en demostrar que respetas sus esfuerzos. Exprésate desde el corazón.
  - Incluso una frase sencilla como “Siempre es bueno verte” puede significar mucho y demostrar mucho respeto. No tienes que decir una frase complicada.
- 4 Haz lo que dices que harás.** Cumple un evento o unos planes que hayas hecho con alguien si te comprometes a hacerlos. Ser responsable demuestra respeto por el tiempo de los demás y demuestra que haces un esfuerzo especial para ponerte a su disposición. Respetar los esfuerzos de los demás llegando a tiempo, estando preparado y siendo entusiasta.
  - Siempre llega preparado al trabajo, la escuela o la práctica deportiva. Ten tus materiales en orden y termina los trabajos necesarios con anticipación. Demostrarás respeto por las personas al no desperdiciar su tiempo.
  - Quizá te parezca que decirle “no” a alguien es irrespetuoso, pero así también aprenderás a ser consistente y realista con tus habilidades. Recuerda que es difícil respetar la debilidad.
- 5 Ofrece tu ayuda.** Ayuda a las personas cuando parece que lo necesitan, en especial si no se requiere que lo hagas. Ofrécete voluntariamente a ayudar a un amigo a que siga con su vida o quédate hasta tarde para ayudar a limpiar después de los eventos escolares. Ve más allá de lo normal. Incluso ayudar a tu hermano menor con su tarea o ayudar a tu papá a limpiar el jardín sin que te lo pida demuestra una gran cantidad de respeto.

- Dale el aliento que pueden necesitar tus amigos o vecinos si se sienten tristes o pasan por una situación difícil. Aprender a decir “Tú puedes” puede crear una diferencia en el mundo de alguien que puede estar pasando por dificultades

**6 Respetar las habilidades de los demás.** Ofrecer mucha ayuda puede ser irrespetuoso algunas veces. Es inteligente dar un paso atrás y dejar que las personas se prueben a sí mismas y se ocupen de las situaciones o los problemas manejables por su cuenta.

- Trata de reconocer cuándo alguien puede hacer algo por su cuenta y ocúpate de lo tuyo para demostrarle el respeto que se merece. Hay una gran diferencia entre ofrecerse a ayudar emocionalmente a alguien cuando pasa por una mala ruptura amorosa e insistir ayudar a alguien para prepararle el cereal.

### 3. Respetar las opiniones

**1 Sé un buen oyente.** Practica el escuchar activamente para demostrarles a los demás que respetas sus opiniones e ideas. Mira y permanece callado cuando alguien hable y pasa un tiempo pensando activamente en lo que dice.

- Con mucha frecuencia, esperamos hablar en vez de escuchar realmente las ideas de los demás. Trata de considerar el punto de vista de esa persona y siente empatía antes de responder. Demostrarás respeto a alguien al escucharle y permitirle que comente sobre lo que quiere hablar. Te podrías sorprender.

**2 Haz muchas preguntas.** Hazlo para demostrar respeto por las opiniones de las personas. Haz preguntas sugestivas y abiertas que demuestren que te interesa por completo sus ideas y que le escuchas con detenimiento. Hacer preguntas no quiere decir que trates de identificar los vacíos de la historia de esa persona ni que no le crees. Haz más preguntas cuando parezca que esa persona tiene más por comentar al respecto.

- En lugar de preguntarle por más detalles, pregúntale cómo se siente acerca de cierto tema. Si alguien te cuenta una historia, pregúntale cómo se sintió después de lo sucedido. Deja que te cuente incluso si crees que sabes cómo se sintió. Deja que se exprese.
- Aprende a difundir la abundancia. Si parece que alguien no habla mucho en una conversación grupal, hazle una pregunta específica para permitirle conversar. No tienes que llamar la atención a la situación diciendo: “Estás muy callado, Pedro”, pero puedes decir: “Pedro, ¿qué te pareció la final del Mundial?”.

**3 Aprende acerca de las perspectivas de los demás.** Aprender a sentir empatía por quienes tienen experiencias y perspectivas muy diferentes en comparación con las tuyas te ayudará a aprender a demostrar respeto. Enorgúllate de tus opiniones y perspectivas, pero no asumas que todas las personas sienten lo mismo y evita ponerlas en una situación incómoda. Modera tus actitudes y aprende la razón por la que las personas actúan de cierta forma antes de compartir tus opiniones de modo que puedas saber cómo responder.

- Si bien es cierto que puede parecer fácil hacer un comentario casual acerca de cuán tonto es el fútbol mientras estás en un grupo mixto, no puedes saber si el recientemente desaparecido abuelo de alguien era un réferi, quien amaba muchísimo ese deporte

**4 Piensa bien antes de meterte en una discusión inútil.** Algunas veces se demuestra respeto al hablar sin miedo y expresar la opinión como una manera de respetar la inteligencia de los demás. Por otra parte, algunas veces es mejor reservarse las opiniones y evitar discusiones innecesarias que perturban la paciencia. De esta forma, demuestras respeto.

- Trata de calmar tus argumentos la primera vez que menciones un tema. Expresa un mensaje de

una manera respetuosa y transmítelo si crees que el fútbol universitario es una zanja maliciosa y repugnante que recauda dinero. Di: “Me preocupa que mucho dinero se canalice para los atletas estudiantes a costa de otros temas más importantes. ¿Qué opinas?”. Demuestra respeto por la opinión de las personas al compartir la tuya y escuchar sus argumentos.

**5 Discrepa respetuosamente.** Cuando tengas un desacuerdo, hazlo calmadamente y trata la discusión con tacto. Respeta la perspectiva de los demás. No insultes su opinión o sus ideas incluso si discrepas con estos.

- Trata de reconocer los puntos en común antes de incluir tu desacuerdo. Elogia y brinda tu aporte a la conversación. Incluso una frase tan simple como “Ese es un buen punto. Sin embargo, creo que lo veo de manera diferente...” sirve para calmar un desacuerdo.
- Sé específico con tu crítica, evita el lenguaje simple u ofensivo, como “Te equivocas” o “Eso es una tontería”.

#### **4. Respetar a tus “enemigos”**

**1 No juzgues a las personas antes de conocerlas.** Dale el beneficio de la duda incluso si se trata de quienes tuviste una mala primera impresión. Todas las personas luchan una gran batalla. Asume que tienen buenas razones para ser como son, hacer lo que hacen y creer lo que creen.

**Decide que te agraden quienes no te caen bien.** Es muy fácil ingeniar razones para que te desagrade alguien, faltarle el respeto o descartarle. En lugar de ello, busca la chispa y la calidez de las personas. Decide que te agraden y será más fácil demostrarles respeto.

- Traduce las excentricidades de una persona en fortalezas para ayudarte a cambiar tu actitud. En lugar de pensar que alguien es contestón y egoísta, di que expresa realmente lo que piensa y que te gusta esa chispa.

**2 Si no puedes decir nada amable, pues ya sabes qué hacer.** Algunas veces, es mejor que te pongas una tapa en la boca. Aprende a distinguir entre las confrontaciones que tienen que suceder y las discusiones tontas. Mantente cuerdo y gánate el respeto de los demás aprendiendo a mantenerte callado. Mantén tu nivel.

**3 Preocúpate por lo tuyo.** No te incumbas en la vida de los demás ni tengas enemigos innecesarios. Normalmente, los curiosos hacen enemigos rápido porque no tienen nada que los mantengan ocupados. Mantente ocupado y mantén tu vida llena de actividades interesantes para que no tengas tiempo y energía para preocuparte por lo que hacen tus vecinos o por la forma en que tus compañeros de clases hacen su tarea.

- Aprende nuevos pasatiempos y pasa menos tiempo en Facebook. Acosar a las personas es una buena actividad para pasar el tiempo, pero puede producir resentimientos y celos en situaciones en las que no se necesitan.

**4 Comunícate.** Demostrar indiferencia a quienes no te agradan puede ser la manera más fácil de evitar las confrontaciones, pero también puede ser cruel y descortés, en especial en la escuela o el trabajo en donde a todos les gusta que se les incluya. No tienes que ser el mejor amigo de todos, pero respétalos al incluirlos.

- Ten como objetivo tener un intento amigable con quienes no te agradan. Puedes decirles “¿Cómo estás?” y demostrarás al menos que te esfuerzas. Es posible que cambies de parecer con respecto a ellos.



*Pensando en los padres*  
***Creciendo juntos***  
*familia y colegio, una visión*



Autora: **Claudia Cepeda**



Por: **Rafael Cepeda Caraballo**

Estamos viviendo un tiempo caracterizado por la extralimitación, todo está permitido, todo se vale, pero ¿Cuáles son los valores que deben orientar mi vida y la de nuestros hijos? Quien solo vive según el principio del propio provecho o trata de autorrealizarse sin respetar a los demás, no encuentra la verdadera felicidad.

Los valores que podemos enseñar a nuestros hijos son un tesoro en medio de tantos cambios que ocurren en nuestro mundo. Debemos enseñar a nuestros hijos a respetar a los demás, a tomarlos en consideración, a tratar bien al otro y a respetarlo tal y como es, es ponerse de su parte sin fijarse en lo superficial y aparente.

No solo es enseñar a respetar a los superiores, es justamente enseñarlos a respetar a la persona que por su apariencia pareciera no ser merecedora de respeto; el mendigo, el necesitado, el que empaca la compra en el supermercado, los parqueadores, los meseros, los que sirven en la casa, en fin, el respeto va más allá de los que aparentemente merece respeto.

En éste semestre en la universidad uno de mis alumnos es no vidente, cuanto he aprendido y disfrutado de este joven de 21 años que perdió la visión a los 7 años y aun así en cada clase lo veo contento, participando en todo momento a pesar de sus limitaciones, estudiando para ser abogado, así mismo debo mencionar a otro de mis alumnos que está siempre ayudándolo, tomándolo en consideración, apoyándolo, ese es justamente el respeto. Mi respeto para ese joven que toma en cuenta al otro, que lo apoya, sin esperar ningún reconocimiento.

1

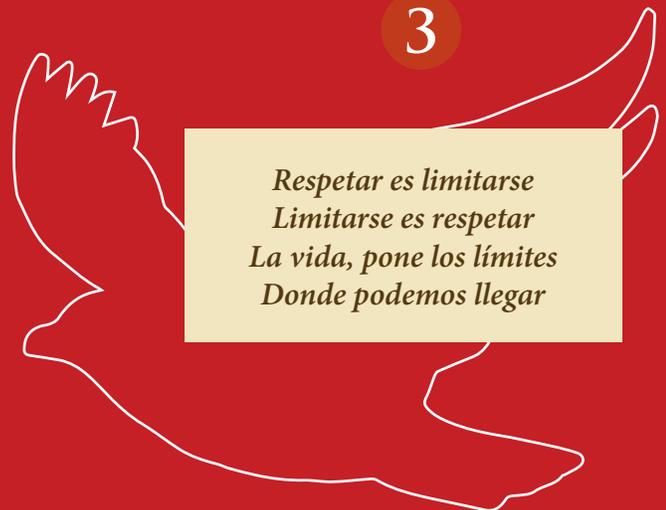
*El respeto es un valor  
 Imprescindible en la paz  
 Y en la relación humana  
 No debe faltar jamás*

2

*El respeto identifica  
 La formación personal  
 Y demuestra por sus hechos  
 En quien podemos confiar*

3

*Respetar es limitarse  
 Limitarse es respetar  
 La vida, pone los límites  
 Donde podemos llegar*



# VALOR DEL MES: RESPECTO

## IMPORTANCIA DEL RESPETO

Fuente: <https://www.importancia.org/respeto.php>

Por qué el respeto es importante es una simple y al mismo tiempo muy significativa pregunta. Antes de profundizar sobre ello es necesario aclarar qué es: **el respeto es un valor fundamental que nos hace tener consideración, aprecio y reconocimiento hacia alguien o incluso algo, tomando en cuenta sus intereses, limitaciones, miedos, condición y sentimientos.**

Saber respetar a los demás es esencial, pues representa valorar y tolerar las diferencias y comprender que ellas nos hacen crecer. Entendemos por respeto al acto mediante el cual una persona tiene consideración por otra y actúa teniendo en cuenta sus intereses, capacidades, preferencias, miedos o sentimientos. El respeto es una de las acciones más importantes y primarias que los seres humanos pueden tener entre sí porque el mismo significa siempre valorar lo que al otro lo hace diferente a uno y tolerar esas diferencias en pos de vivir mejor en comunidad. El respeto puede aplicarse a diferentes grupos de la sociedad y variar en términos de sus características dependiendo de ello: el respeto por los niños y por la infancia supone su protección, el respeto por la libertad de expresión supone su defensa, el respeto por los ancianos supone su atención constante, etc.

## EL RESPETO A NOSOTROS MISMOS

La consideración a los demás, empieza por nosotros mismos. El valor del auto respeto puede ser algo que muchas veces damos por sentado, aunque no siempre lo ponemos en práctica. Cultivar un sentido de respeto hacia sí mismo comienza con reconocerse como un ser único y es necesario para desarrollar nuestro potencial y construir relaciones sanas. Alguien que tiene auto respeto y se trata con amor, será más tolerante con los demás. Aceptarnos como somos quiere decir reconocer nuestras fortalezas, pero también nuestras debilidades, entendiendo que son parte de nosotros y nos ayudan a crecer. Debemos ver los errores que cometemos con amor y de manera responsable, evitando la autocrítica, si es muy dura, se puede distorsionar al grado de convertirse en conductas autodestructivas.

## LA BASE DE LA CONVIVENCIA SOCIAL

No es posible hablar de respeto sin hablar de los demás. Para tener una sana convivencia es necesario establecer límites de lo que podemos y no podemos hacer y dónde comienzan los derechos de los demás. El respeto es una forma de reconocimiento y de aprecio a las cualidades de otros, primero que nada, por su valor como personas y segundo, por su conocimiento, y experiencia. Ejercer este valor permite que la sociedad viva en paz, en una sana convivencia con base en normas e instituciones. Asimismo, podemos referirnos a uno de los derechos que todos los seres humanos tienen: a ser valorados, queridos, cuidados, asistidos en situaciones de dificultad y protegidos. El respeto supone que todos debemos tolerar nuestras diferencias, nuestras posibles limitaciones o complicaciones, aquello que nos hace únicos e irremplazables. La importancia del respeto por el otro tendrá que ver entonces con la posibilidad de construir una mejor sociedad en la que la violencia, la agresión, la discriminación o el abuso no existan. Así, es importante por ejemplo respetar las leyes viales para evitar daños a

uno mismo o a terceros, es importante respetar las leyes contra delitos o crímenes, es importante respetar el cuidado del medio ambiente de modo que todos podamos tener una mejor calidad de vida, es importante respetar las leyes comerciales, civiles, internacionales, etc., que componen los diversos códigos de conducta de modo tal que todas las sociedades se desarrollen al máximo potencial posible.

## **VALORAR EL ENTORNO EN EL QUE VIVIMOS**

Por último, pero no menos importante, está la consideración hacia la naturaleza y el reconocimiento de las necesidades de la misma. No solo se trata de admirarla, si no de emprender acciones para mejorarla y no hacerle más daño. Reconozcamos que nuestras acciones tienen un impacto a corto y largo plazo, en todo lo que nos rodea.

## **PREDICAR CON EL EJEMPLO**

El respeto debe ser inculcado desde la más tierna infancia y sin duda, la mejor manera de hacerlo es a través del ejemplo. Si nuestros hijos ven que tratamos a los demás de manera digna, será más fácil inspirarlos a comportarse así. En el hogar padres e hijos necesitan tener libertad de expresar sus pensamientos sin sentirse juzgados. Está bien estar en desacuerdo, pero no debe permitirse degradar a quien piensa de manera distinta a la nuestra. Los niños construyen su sentido de auto respeto por medio de su interacción con los otros. Saber que sus opiniones son tomadas en cuenta y verse a sí mismos de manera positiva les permitirá tratar a quienes los rodean de manera adecuada.

## **VIVAMOS BAJO LA REGLA DE ORO**

***“Trata a los demás como quieras ser tratado”***. No puedes exigir ser escuchado, si no eres capaz de escuchar. No puedes demandar un trato justo si tú no estás dispuesto a darlo. Recuerda que en la manera de dar está el recibir. El mundo vive actualmente una situación muy difícil, debido a la escasa tolerancia que tenemos de nuestras diferencias y culturas, las mismas que están extinguiéndose poco a poco porque no hemos sido capaces de comprender que nuestra vida y el respeto hacia ella valen más que cualquier cosa material. La verdadera riqueza de nuestra sociedad está en realidad en la diversidad de culturas y en esa mezcla perfecta entre razas, géneros e ideologías.



# Escuela de Padres SMS

## Primera Actividad 2017-2018



Facilitador: Lic. Raúl Baz, presentado por el Sr. Agustín Fernández, Conductor del Equipo Guía de la Escuela de Padres SMS

Iniciando sus actividades para el presente año escolar, la Escuela de Padres regaló el pasado 26 de septiembre a la gran familia SMS esta interesantísima charla con temas de su interés y además, de absoluta actualidad. Espléndidamente conducida por el Lic. Raúl Baz, reconocido abogado, comunicólogo, mercadólogo y periodista digital, ejecutivo de la firma Engage Burson-Marsteller, despertó el entusiasmo de los asistentes que salieron altamente complacidos de la misma llevando útiles herramientas sobre el uso inteligente de la tecnología. Este valioso instrumento debe ser cuidado y atendido con esmero para ponerle en verdad a nuestro servicio en lugar de esclavizarnos y ponernos en peligro. Se conversó ampliamente sobre la importancia de la huella digital que dejamos en las redes sociales y de los riesgos a los que nos expone su utilización indiscriminada, atentando además contra la comunicación familiar y afectando la relación con amistades y relacionados. Una noche interesante y sumamente productiva



# DÍA DE LA PAZ

## Celebración

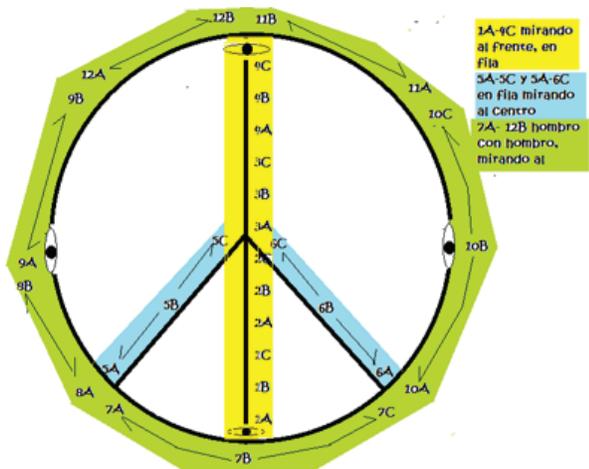


Después de posponerla varias veces en atención a los días de intensa lluvia y suspensión de clases, pudimos celebrar finalmente el miércoles 27 de septiembre el “Día de la Paz”, recordado mundialmente el 21 de septiembre.

Trabajando con estudiantes de Primaria, la Prof. Lucy Báez nos presentó como es su costumbre un cuidado y hermoso espectáculo durante el Acto a la Bandera en el cual se destacaron de manera especial las niñas Vivian Mawson, 4A y Anabella Baquero, 5A, culminando con la formación en la cancha deportiva del símbolo de la paz compuesto por estudiantes, personal y visitantes.

Agradecemos a la Prof. Jackie Losada el diseño y organización de esta acción, así como la participación de los profesores Tatjana Sremac, al piano y Marcos González, a la guitarra. Nuestro reconocimiento a las profesoras de Primer Grado por su apoyo.

**Un valioso trabajo en equipo ¡Felicitaciones para todos!**



# TECNOLOGÍA Y VALORES



## LA NECESIDAD DEL RESPETO

Sección a cargo del Departamento de Tecnología  
Prof. Jacqueline Losada

*“El respeto es una calle de dos vías, si lo quieres recibir, lo tienes que dar”.*

*R.G. Risch*

Las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), o sea, la unión de los computadores y las comunicaciones, desataron una explosión sin precedentes de formas de comunicarse al comienzo de los años '90. A partir de ahí, la Internet pasó, de ser un instrumento especializado de la comunidad científica, a ser una red de fácil uso que modificó las pautas de interacción social.

El uso de las TIC tiene sus ventajas y desventajas, y una de ellas es el respeto o irrespeto que muchas personas tienen en relación a como las utilizan. Por ejemplo:

- Un celular sonando en un cine o en una obra de teatro, y lo peor, que se responda!
- El estar en una reunión o en una charla, o tomando un café con otras personas, y que porque el teléfono suena “da derecho” a interrumpir la conversación, para contestar.
- Otro más “sutil”, pero igual de irrespetuoso, cuando también en una reunión, uno de los participantes se desentiende de la reunión, y lee o contesta mails desde su celular como si nada.
- También cuando estamos en una clase, y un alumno decide atender el teléfono, o sin descaro escribir en él, o sea, que se la pasen contestando mensajes de texto o mails, sin culpa.

***¿Qué une a todos los ejemplos?  
El respeto, o en realidad, la falta de respeto.***

Debes tener miles de ejemplos más que observas día a día entre los jóvenes, los adultos y hasta las personas mayores.

Te propongo entonces priorizar el respeto sobre cualquier tecnología, con actos muy simples:

- Si estoy en una reunión, apago el celular y no contesto los correos ni las conversaciones del chat.
- Si me siento a tomar un café con un amigo, y suena el teléfono, no contesto o si tengo que hacerlo, SIEMPRE pido permiso a la otra persona para atender.
- Y en las clases, cines, teatros, iglesia, etc., apagarlo SIEMPRE.

¿Es mucho pedir?

***¡Bienvenida la tecnología!  
Siempre que sea respetuosa y priorice las buenas costumbres.***

# RESPETO A MÍ MISMO A TRAVÉS DEL ARTE

## AUTORA: JACQUELINE LOSADA

**Cuando estás contento con ser simplemente tú mismo y no te comparas o compites, todo el mundo te respetará.**

*Lao Tzu.*

El respeto indica la actitud de reverencia, de consideración por la valía de una persona o cosa. Así, se respeta un lugar sagrado, un lugar de abolengo histórico, una obra de arte, etc. Se respeta una persona por su edad, por su rango, por el hecho de ser persona. Ahora bien, respetar no quiere decir realizar un simple gesto externo que indique que se está respetando al otro. El acto de respetar debe brotar de dentro, de saber por qué se realiza, de por qué se respeta y esto es preciso dejarlo bien claro al momento de inculcar este valor...”

El autorretrato es un género pictórico y también fotográfico que ha permitido a los artistas hablar de sí mismos. Los autorretratos muestran la apariencia de una persona, pero también expresan sus emociones, sus ideas, y sus gustos. En algunos casos se muestran felices y en otros tristes o angustiados. A veces los artistas se muestran a sí mismos con sus mascotas, objetos, ropa favorita. Son muchas las formas que los artistas utilizan para contar quienes son.

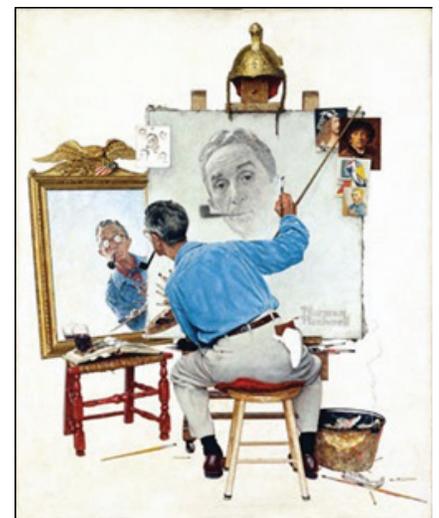
La observación guiada de las obras de arte permite reconocer diferentes aspectos de la personalidad, los gustos, los deseos y las inquietudes de cada uno de sus creadores. Hemos escogido estos tres autorretratos, cada uno de un artista diferente, en una época distinta y con estilos completamente diversos.



1- Alberto Durero.  
Autorretrato, 1498.



2-Frida Kahlo.  
Autorretrato con monos, 1943



3- Norman Rockwell.  
Triple autorretrato. 1960

Hagamos un ejercicio de observación de cada uno, fijándonos en las diferencias y similitudes de los mismos.

- Observa detenidamente en silencio la primera obra. Fíjate en las ropas y la actitud corporal del artista. ¿Qué te dice del artista? ¿Es una persona rica o pobre? ¿Te inspira respeto este personaje? ¿Por qué?
- Ahora observa la segunda figura, el autorretrato de Frida. Trata de mirar de forma separada la figura de Frida, y el fondo ¿qué pintó en el fondo? Además de a sí misma, ella pintó cuatro monos, ¿por qué los habrá pintado? Mira atentamente a los monitos ¿están cerca de ella o lejos, les tendrá miedo o le gustarán?
- Mira ahora la tercera figura: ¿Por qué crees que el autor llamó a esta obra triple autorretrato? ¿Cuántos retratos hay en el cuadro? ¿Reconoces alguno? ¿Qué quiso contar Norman al colocarlos allí? Observa la posición en que está sentado, las herramientas y materiales de trabajo: ¿Qué herramientas, materiales, instrumentos y ayudas utiliza? Qué saben de este hombre a partir de su autorretrato. Hay muchas pistas, tenlas todas en cuenta.

Conozcamos ahora un poco de cada uno de esos artistas y sus obras:

**Alberto Durero (Albrecht Dürer)**, nació en Núremberg en 1471 y falleció en la misma ciudad en 1528. Durero es el artista más famoso del Renacimiento alemán. En este autorretrato, él quiere mostrar al mundo que el oficio de ser artista no era nada despreciable, y que merecía destacarse entre otras profesiones. Por esto, se representa como un hombre de la nobleza, vigoroso y joven, altivo y quizás un poco orgulloso. Está vestido elegantemente, muy escotado, con el cabello y la barba muy cuidados. Se muestra con elegancia con la idea de valorar su profesión de pintor. Un acercamiento a este nos revela que está pintado con extremo detallismo y maestría, como si hubiera sido pintado cabello por cabello. La ventana al fondo es un elemento que estaba de moda en Venecia en aquellos tiempos, muestra un paisaje. <https://www.albrecht-durer.org/>

**Frida Kahlo** nació en Coyoacán, México, en 1907 y falleció en la misma ciudad en 1954. Frida Pintó a lo largo de su carrera artística más de 200 autorretratos que hablan de su vida. Sus cuadros nos cuentan acerca de sus sufrimientos, sus pensamientos, sus ideas políticas y también nos muestran las cosas que le gustaban; por ejemplo las plantas y flores tropicales que hay en su tierra, México, y también sus mascotas. En este caso, algunos expertos piensan que los monos (que Frida tenía en el jardín de su casa) pueden representar también a sus alumnos, ya que la fecha en que pintó este cuadro coincide con el año en que comenzó a trabajar como profesora de dibujo y pintura en la Universidad. Otros piensan que representa a todos los hijos que le hubiera gustado tener y no pudo a causa de un accidente que sufrió cuando era joven. <https://www.fridakahlo.org/>

**Norman Percevel Rockwell** nació en Nueva York, en 1894 y murió en Stockbridge en 1978. Es un ilustrador, fotógrafo y pintor norteamericano célebre por sus imágenes llenas de ironía y humor. Su infancia fue feliz, viajando y pasando los veranos en Nueva Jersey junto con su

familia. Desde pequeño dio muestras de un gran talento para el dibujo, comenzando con unos acorazados que gustaron mucho a los niños de su localidad. Alrededor de 1908 descubre que su verdadera vocación es, definitivamente, la ilustración, y por ello comienza a asistir a las clases de arte de la Chase School en Manhattan. A los quince años, abandona definitivamente los estudios para ir a la National Academy School, donde hacía copias de vaciados en yeso, costumbre propia de muchos artistas del siglo XIX, a modo de aprendizaje. En 1910, Rockwell se trasladó a la Art Students League, donde aprendió anatomía e ilustración, perfeccionando sus conocimientos previos. Sin embargo su carrera se verá para siempre immortalizada por su empleo como ilustrador oficial del Saturday Evening Post, una revista de actualidad y sociedad, cuya primera portada data de 1916. Norman Rockwell trabajó para esta revista hasta 1963. Sus portadas, anuncios, ilustraciones y demás publicidades han sido repetidos e imitados hasta la saciedad, símbolo del típico ilustrador virtuoso norteamericano. Realizó publicidades para McDonald's, Coca-cola, marcas de cereales, chicles y neumáticos. <https://www.nrm.org/>

### ***¡Los tres artistas merecen nuestro respeto, por lo que hicieron y por su legado!***

Ahora imagina que harás tu autorretrato, pregúntate: ¿Cómo me ven los demás, y cómo me gustaría que me vieran?

Crema una lista de los elementos que van a formar parte de tu autorretrato. En la lista puedes poner: ¿Qué cosas te enojan? ¿Qué situaciones te ponen contento? ¿Qué colores hablan de ti y de tus estados de ánimo? ¿Qué objetos o actividades te gustan más? ¿Cuál elegiría para poner en tu autorretrato? ¿En qué lugares te sientes más cómodo? ¿Cuál sería el paisaje de fondo de tu autorretrato?

Puedes dibujarte a ti mismo para contar quien eres, qué te gusta y qué no. Para hacerlo puedes:

- Hacer un autorretrato dibujado, utilizando un espejo.
- Hacer un collage tomando de revistas partes de figuras y otros elementos.
- Combinar el collage con el uso de marcadores o crayones.
- Incluir un globo de historieta o una leyenda para completar la información que deseas incluir.
- Al finalizar puedes escribirle un título. Si quieres, puedes mostrarlo a tus compañeros o guardarlo para ti, para ver en el futuro como eras, que sentías, que cosas te gustaban...

### ***¡Cuando pasen los años quizás te sorprenda lo parecido o diferente que eras!***

# CONVIVENCIA 12mo Grado

## “Al final del viaje comienza el camino”

Finalmente los días 29 y 30 de septiembre y después de varias posposiciones debidas a las amenazas de huracanes recibidas durante este mes, pudimos celebrar en Rancho Baiguete en Jarabacoa esta convivencia diseñada especialmente para el 12mo grado por PASOS – Programa Adolescentes y Sociedad Orientación y Crecimiento, a cargo del Prof. Marcos González Camejo y su equipo de colaboradores.

En una encantadora atmósfera y, a Dios las gracias disfrutando de buen clima, los jóvenes gozaron la experiencia de compartir y comunicarse sanamente, cumpliéndose de esta manera sus objetivos de valorar la importancia de la comunicación y la integración tanto grupal como familiar en esta etapa de desprendimiento e independencia; explorando y aquilatando además, la relevancia y peso de la espiritualidad, de cara a un cambio radical de vida, mediante la visualización de sus proyectos de vida a largo plazo en función de realización personal y valores.



# PROGRAMA CUIDAMOS LA TIERRA

Todos podemos y debemos hacer algo para cuidar la madre Tierra. Es bien sabido que en los últimos años las actividades de la humanidad han aumentado considerablemente la temperatura del planeta y, tal como estamos viendo por estos días, eso trae como consecuencia tsunamis, fuertes huracanes, e inundaciones severas con posteriores hambrunas, pérdida de hogares, enfermedades infecciosas y miles de personas malpasando. No pierdas un instante y ponte en acción, estamos a tiempo de detener el desastre ecológico preservando la vida en nuestro hogar: la Tierra, sólo tenemos una ¡CUIDÉMOSLA!

**Únete a nuestro programa**

*e insíbete en la electiva para aumentar tu interés y conocimientos sobre la importancia de este tema.*



**Reduce  
Reutiliza  
Recicla**

## ACCIONES PARA CUIDAR NUESTRO PLANETA

### **1** Ahorra agua

Mantén cerrado el grifo mientras no necesites el agua y siempre que puedas reutilízala. Si vas a regar tus plantas hazlo muy de mañana o por las tardes para que no se evapore tan rápido el agua.

### **2** Usa menos el automóvil

Usa el transporte público, bicicleta, camina o comparte tu coche con los vecinos cuando tengas que usarlo.

### **3** Ahorra energía eléctrica

En casa puedes tomar las siguientes acciones:

- Cambiar tu calentador de gas por uno solar.
- Apagar las luces que no utilices y desconectar los aparatos eléctricos.
- Cambiar las bombillas regulares por las de bajo consumo.
- El refrigerador es el aparato que más energía consume en tu casa, para mantener su consumo al mínimo procura mantenerlo en entre 3 y 5 grados, el congelador en entre -17 y -15 grados, abrirlo lo menos posible y mantenerlo lejos de las fuentes de calor (como la estufa).

#### **4 Disminuye tus desperdicios**

De preferencia no utilices artículos desechables, ni recipientes de aluminio o de plástico. Consume sólo lo que necesitas y agota la vida útil de las cosas. Recuerda que productos como las botellas de plástico pueden tardar entre 100 y 500 años en degradarse completamente.

#### **5 Recicla**

El programa 3R - Reducir, Reutilizar y Reciclar, es la clave de un mejor medio ambiente. Separa los desperdicios, no todo es basura, recicla el papel y compra productos reciclados. Si los desperdicios no reciben un manejo adecuado son fuente de contaminación de suelos, agua y aire.

#### **6 Compra sabiamente.**

Elige productos elaborados localmente, pues así se reduce el consumo de combustibles empleados para su transporte. También procura comparar en mercados, allí se venden frutas y verduras orgánicas. De ser posible, compra ropa hecha de algodón orgánico y no de materiales derivados del petróleo, que son más contaminantes. Lleva contigo una bolsa de tela para que no utilices bolsas de plástico cuando hagas compras.

#### **7 Aprovecha la energía solar**

El sol es inigualable como fuente de luz natural, pero también puedes usar su energía para dar electricidad a los aparatos o herramientas de tu casa como tu teléfono inteligente o la tableta. Hay muchos más aparatos eléctricos de los que te imaginas que pueden cargarse con energía solar.

#### **8 Usa menos detergentes industriales**

Hay productos naturales que dan los mismos resultados cuando de limpiar se trata. Por ejemplo:

- El vinagre es un desinfectante suave que corta la grasa, limpia el vidrio, desodoriza y remueve los depósitos de calcio, manchas y acumulación de cera.
- El carbonato de sodio también corta la grasa, quita manchas, desinfecta y suaviza el agua. (No lo uses en aluminio)
- También puedes limpiar con jabón puro que se biodegrada de manera segura y no es tóxico.

#### **9 Cuida los pulmones de la Tierra**

Cuida los bosques no provocando incendios, tirando basura o maltratando a los árboles. Recuerda que ellos nos proporcionan el oxígeno que necesitamos para vivir. Apoya las campañas de manejo forestal sustentable.

#### **10 Cuidado con lo que tiras al drenaje y en las calles**

No tires basura en las calles, no sólo contamina, también tapa las coladeras y provoca inundaciones, tampoco tires el aceite que no sirva por las cañerías ni baterías, ya que genera materiales tóxicos que son dañinos para la salud y contaminan el agua, haciéndola imposible de tratar.

# Entre **NOSOTROS**

Departamento de Formación Humana  
Octubre 2017

20/21

11mo Grado – Convivencia PASOS - Liderazgo el secreto del éxito  
Lugar: Campo Aventura, en Comatillo, Carretera de Bayaguana, Sierra de Agua

20

3er Grado - Convivencia Creciendo en armonía  
Lugar: Escuela de Evangelización San Juan Pablo II



**Reduce  
Reutiliza  
Recicla**

## **VIERNES VERDES**

Recuerda los “viernes verdes”  
Trae periódicos, papeles y botellas plásticas  
Promociona estos días entre familiares, amigos y vecinos

### **¡La tierra cuenta contigo!**

