

BOLETÍN 114

Tiempo Ordinario: “Es un tiempo para crecer en la caridad, la paciencia y la humildad, virtudes que se nutren en la cotidianidad”.

SEMESTRE 2 /Viernes 13 de setiembre del 2024

EDITORIAL

La resiliencia no te convierte en alguien inmune al dolor
Psicóloga Estrella Sandiga - Área de Psicología

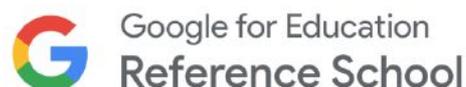
En algún momento de nuestras vidas, enfrentamos experiencias que nos obligan a replantear nuestro camino. Esos momentos difíciles nos invitan a mirar hacia adentro, a buscar en nosotros mismos los recursos necesarios para enfrentar la adversidad. Puede ser un fracaso académico, conflictos con amigos o familiares, o desafíos que, por ser nuevos, parecen más grandes de lo que podemos manejar. Es ahí donde descubrimos que la resiliencia es nuestra mejor aliada. Pero, ¿qué es la resiliencia? Es la capacidad de enfrentar los problemas, adaptarnos a los cambios y, sobre todo, seguir adelante.

Hay situaciones de vida que nos van a golpear fuerte, nos vamos a sentir como si estuviéramos en el fondo de un pozo del cual no podremos salir. Sin embargo, ser resiliente no significa ignorar el dolor o fingir que todo está bien. Al contrario, se trata de aceptar nuestras emociones, de abrazar nuestro dolor, reconocer que estamos pasando por un mal momento que nos pone en un estado de vulnerabilidad, y poco a poco ir escalando para llegar a la salida. La resiliencia es aprender de las experiencias difíciles, crecer a partir de ellas y descubrir que somos más fuertes de lo que pensábamos.

No nacemos siendo resilientes, lo aprendemos. Y eso es lo más valioso, podemos entrenar nuestra mente y nuestro corazón para superar los desafíos. Desarrollar resiliencia implica reconocer que necesitamos ayuda y saber cómo pedirla cuando es necesario, rodearnos de personas que nos apoyen de manera genuina, que respeten nuestro dolor y nuestros tiempos, sin presiones ni juicios. También requiere cuidar de nuestra salud mental y física, y, sobre todo, **ser pacientes y amables con nosotros mismos**. No siempre lo haremos perfecto, y está bien. Caer no es el problema, el verdadero desafío está en encontrar el valor para levantarnos.

Recuerda, cada vez que superas una dificultad, te haces más fuerte y la experiencia de lo vivido te permite tener más recursos para enfrentar futuras situaciones adversas. **La resiliencia no te convierte en alguien inmune al dolor**, pero sí te da las herramientas para sobrellevarlo y seguir adelante. A lo largo de la vida, llegarán muchas pruebas, pero también descubrirás que dentro de ti tienes la capacidad de salir adelante, una y otra vez.

Porque ser resiliente es, al final, ser valiente y que nadie te haga pensar lo contrario.



REUNIONES IB (MYP)

Lunes 9 al viernes 27 de setiembre

- Proyecto Piloto MYP

Profesores de diversas áreas desarrollarán sus sesiones de aprendizaje utilizando la metodología MYP- IB, desde esta semana hasta fines de setiembre. Las secciones de este proyecto serán IIA, IIE, IIIA , IIIB, IIIC, IIID, IIIE y IVA.

PROGRAMA DE ECOLOGÍA INTEGRAL Y CUIDADO DE LA CASA COMÚN

Los invitamos a ver el siguiente [video](#) en el cual los estudiantes nos invitan a reciclar adecuadamente las botellas de plástico.

FESTIVAL SM

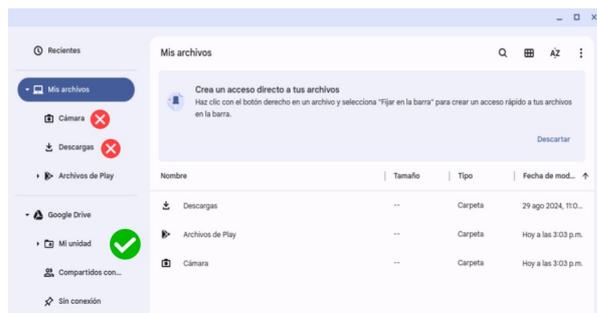
Los esperamos este sábado en el [Festival SM](#)

CHROMEBOOK

Muchos estudiantes guardan gran cantidad de información de manera local en sus chromebooks. Es importante que sepan que esta información se puede borrar en cualquier momento y que solo se mantiene la información que tengan en su Google Drive.

Recuerda que debes guardar o trasladar hacia "Mi unidad" en Google Drive todos los archivos que deseas mantener de "Cámara" o "Descargas".

Los archivos de "Cámara" o "Descargas" pueden ser eliminados en cualquier momento.



PROGRENTIS

Durante los próximos días de clases, sólo se desarrollarán las actividades de Progrentis en un pabellón por día

- Viernes 13 de set: Sólo Media Baja
- Martes 17 de set: Sólo Media Alta

SEMANA VOCACIONAL

Presentamos las [actividades de la Semana Vocacional](#), los invitamos a estar atento a las actividades de cada día. Todos los días tendremos grandes actividades.

Viernes 13: Presentación y exposición Chaminade y la gracia de la vocación (TOE). Los trabajos se entregan al responsable de la Pastoral Vocacional o lo pueden dejar en la Oficina Pastoral.

11:30 a.m. El profesor de la 4ta hora se asegura que las mochilas queden listas.

11:35-11:50 a.m. Receso- Almuerzo

11:50 Inicio del traslado para la Gymkana con el profesor de la 5ta hora.

14:30 Retorno al aula, con el profesor de la última hora.

QUINTO MISTERIO GOZOSO

Jesús es perdido y hallado en el Templo

Cuando Jesús se pierde, María lo busca sin descanso durante tres días.

Te pedimos Señor, por los estudiantes que abandonan sus carreras, ya sea, perdidos por la crisis vocacional o económica, y por los que aun queriendo estudiar no pueden hacerlo.

También te pedimos por los que han sufrido injusticias y desaliento, especialmente por los que sufren las consecuencias de las pérdidas en la sociedad. Haz Señor, que todos vuelvan a hallar el camino de su desarrollo.

Rezamos ahora un Padrenuestro y diez Avemarías.

