

EDITORIAL

Introspección y Crecimiento Personal
Prof. Belén Chambergo- Área de Psicología

En la agitada travesía de la pubertad y adolescencia, donde los cambios son constantes y las emociones a menudo nos toman por sorpresa; la introspección emerge como una herramienta invaluable para el desarrollo personal.

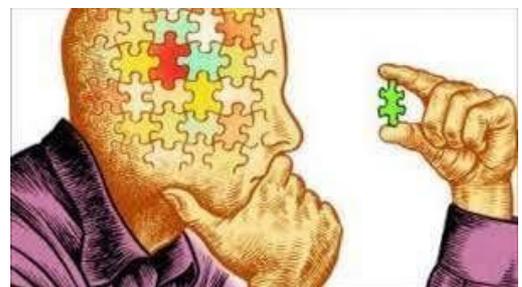
La introspección, o mirar hacia adentro; nos permite explorar las profundidades de nuestras emociones, pensamientos y experiencias convirtiéndose en un faro que guía nuestro crecimiento emocional. Practicarla, nos permite entender mejor quiénes somos, qué nos motiva y cómo interactuamos con el mundo que nos rodea; brindándonos la oportunidad de reflexionar sobre nuestras acciones, evaluar nuestras fortalezas y debilidades, cultivando una mayor empatía hacia nosotros mismos y hacia los demás.

En un mundo cada vez más frenético y lleno de distracciones, la introspección se convierte en un oasis de calma y claridad mental. Nos invita a desconectar del ruido externo y conectar con nuestro mundo interior, proporcionando un espacio seguro para explorar nuestras emociones más profundas y encontrar el equilibrio emocional.

Puedes iniciar esta práctica tomándote unos minutos antes de dormir para responder las preguntas:

- ¿Con qué emoción acabo el día? ¿Qué me generó esta emoción?
- ¿Cuál fue mi mayor logro el día de hoy y cómo me sentí al respecto?
- ¿Qué situación desafiante enfrenté hoy y cómo lo resolví? ¿Hay algo adicional que podría mejorar el resultado que obtuve?
- ¿Qué puedo hacer mañana para mejorar mi día o cuidar mejor de mi bienestar?

Los aliento a que dediquen tiempo a la introspección en su vida diaria y que cada reflexión sea un paso más hacia la autenticidad, comprensión y crecimiento personal.



STAFF LABARUM

Se invita a los estudiantes de V año interesados en formar parte del Staff para elaborar el Labarum de su promoción a una breve reunión hoy a la 1:15 p.m en el aula de VC. Se les agradece puntualidad.

REUNIÓN

El día de hoy los profesores que forman parte de las Brigadas tienen una capacitación.

POLO UNIFORME

Recordemos desde el lunes se usará el polo celeste de piqué con el nombre y la inicial del apellido.

El polo gris será solo los días que tienen clase de Educación Física.

ILUMINACIÓN HANGAR

Desde el viernes pasado se están realizando trabajos de iluminación en el Hangar por lo que se les solicita evitar transitar por la zona.

PASEOS AL REGATAS

Esta semana se continuarán con los paseos al Club Regatas- Sede Deportiva

- Miércoles 17: IV de Secundaria

MISAS CATEQUÉTICAS

Esta semana seguimos con las Misas Catequéticas por salón:

- Jueves 18 8:25 a.m. ID 10:05 a.m. IE

REUNIONES CON LA DIRECCIÓN DE FORMACIÓN

Las Directivas de Aula tendrán reunión con la Dirección de Formación en el Auditorio. Se les agradece llegar a tiempo.

Viernes 19 de abril

- 8:25 a.m. a 8:45 a.m. III y IV de Secundaria
- 8:45 a.m. a 9:05 a.m. V de Secundaria

CONVOCATORIA DE AJEDREZ

El jueves 18 de abril se va a realizar la convocatoria para todos los interesados en ser parte de la pre selección de Ajedrez. Esta será a la hora del recreo largo para 5to-6to/I-II/III-IV-V respectivamente. El Profesor Manuel Palacios estará esperándolos en la zona de la oficina de deportes en el coliseo.

PROYECTO DIGITAL DEL CENTRO

La profesora Lea Sulmont estará visitando el colegio este jueves 18 de abril para trabajar el Proyecto Digital del centro, en algunos casos entrará a las clases Démosle las facilidades del caso.

HOUSES

El próximo jueves a las 2:30 p.m. será la Inauguración de las Houses. Ese día podremos venir con el polo de la House y nos dirigiremos al Coliseo con el profesor de la hora.

Las actividades para ese día serán:

1. Oración
2. Palabras de Inauguración
3. Actividad Deportiva
4. Regreso a las aulas

La ubicación será:

<https://drive.google.com/file/d/1ePR8fqRA6oeyNsAiCsAZGPwfqarctCjx/view?usp=sharing>

Algunas recomendaciones a tener en cuenta:

- Ubica la salida de emergencia más cercana a la zona.
- Durante la actividad evita ir al baño.
- Anima a los miembros de tu House

SNACK DAY III

¿Estás listo para un evento delicioso y significativo? Se invita a los estudiantes de III de secundaria en nuestro Snack Day, donde podrás disfrutar de un delicioso refrigerio mientras contribuyes a una gran causa. Todos los ingresos de este evento serán donados a las misiones, brindando así un apoyo esencial a quienes lo necesitan. ¡No te lo pierdas!



ENCUENTRO CON JESÚS

Fecha: Viernes 19 de abril

Grupo: 1

Horario	Aula	Horario	Aula
09:10-9:55	5°B	12:20-13:05	5°E
10:05-10:50	5°C	13:05-13:50	5°A
10:50-11:35	5°D		



Google for Education
Reference School

CERTIFIED

ISO 9001:2015
ISO 21001:2018

