APRENDIENDO JUNTOS

Revista educativa para la familia

Adolescentes: Como entender su cerebro y ver los toros desde la barrera.

El valor de la Resiliencia

La paciencia es uno de los pilares de la crianza

AÑO 6 / NÚMERO 13 / MAYO 2022
REVISTA GRATUITA DE COLECCIÓN

Lisa Jorge
Editora

Frida P. de Villamil
Ana Isabel Esteva
Gisela G. de Oriach
Redacción

Ana Gómez
Correctora de Estilo

Lisa Jorge
Fotografía de Portada

@EstudioAndina
Diseño y Diagramación

Dra. Gabriela Berges B.
Puro C. Blanco
Elaine Féliz
Departamento de Orientación Instituto Leonardo Da Vinci
Colaboradores

Lic. Irenarco Ardila
Lic. Ysabel Calderón
Lic. Yolanda Collado
Lic. Carmen Rita Cordero de Castellanos
Lic. Luz Marina Cortázar
Lic. Ingrid González de Rodríguez
Dra. Delia Gutiérrez
Dra. Raquelina Luna
Lic. Rosa Taveras
Mariel Tejada
Rafael Emilio Yunén
Miembros del Consejo Editorial

Mensaje de la Editora

Nos complace presentar la Treceava Edición de nuestra revista Aprendiendo Juntos, cuyo objetivo sigue siendo crear un instrumento que sirva de guía para ayudar a las familias de tal manera que la crianza en estos tiempos les resulte más efectiva y también orientarlas para que puedan fortalecer los valores en el entorno familiar.

Cada artículo escrito ha sido con la intención que aprendamos juntos una mejor forma de ser padres, madres y personas comprometidas con aportar a nuestra nación individuos íntegros y con la capacidad de ser la mejor versión de ellos mismos.

Agradezco por todo el apoyo al Equipo Directivo del Instituto Leonardo Da Vinci, las familias, estudiantes, egresados y a cada persona que ha escrito un artículo para enriquecer esta entrega.

Los grandes retos requieren de realizar un esfuerzo mayor para alcanzar los objetivos.

Lisa Jorge
Editora

APRENDIENDOJUNTOS
Revista especializada para familias

EnfoqueAprende

- Retos de los padres de hoy 20

EducaciónAprende

- La paciencia es uno de los pilares de la crianza 5
- Como criar niños seguros y ayudarles a desarrollar su autoestima. 13
- La importancia de educar en la autonomía desde la infancia. 21

PsicologíaAprende

- El valor de la Resiliencia 8
- Adolescentes: Como entender su cerebro y ver los toros desde la barrera. 17
- Los límites y sus beneficios en el proceso de criar hijos emocionalmente estables. 26

NutriciónAprende

- Ortodoncia en niños 12

SaludAprende

- Recetas saludables 24

EntretenimientoAprende

- Conversando con Egresados 10
- Ocurrencias infantiles 23
- Conversando con la familia Alba Rivero 28

La virtud de cultivar la paciencia

La paciencia es uno de los pilares de la crianza y debemos aprender a cultivarla tanto en los adultos como en los niños. Y es que, es primordial trabajarla en nosotros mismos para después inspirar a nuestros hijos y cultivarla en ellos.

Para aprender un poco más sobre cómo afrontar situaciones estresantes que pueden provocar los niños y que, en ocasiones, nos hacen perder la paciencia, hemos hablado con Erika Proal, psicóloga clínica y doctora en psiquiatría y neurociencia cognitiva, conocida en las redes sociales como @mamaneurona. “Es muy importante predicar con el ejemplo, hacer un recuento de cómo nosotros reaccionamos en los momentos difíciles de la vida o cuando algo no nos sale como queremos; y tratar de modificar nuestra respuesta emocional a cómo nos gustaría que reaccionaran nuestros hijos ante una situación frustrante”, recomienda la experta.

La doctora Proal nos refiere que “la paciencia es tener tolerancia hacia las frustraciones, es decir, a no tener el placer inmediato. Por eso es importante ayudar a los hijos a tener una buena relación con el placer. Para eso hay tres enseñanzas a tener en cuenta: Practicar el negar (sin importar que el niño caiga en una explosión emocional), practicar el dosificar y poner en práctica el postergar. Estas tres prácticas les harán lidiar con no tener el placer siempre inmediatamente, lo que generará paciencia y tolerancia en sus vidas”.

A continuación, Erika comparte su decálogo de paciencia ideal para padres y explica cómo aprender a gestionarla:

1 Tus hijos hacen cosas de niños, no esperes que actúen como adultos

Cuando veamos un comportamiento en nuestro hijo que no nos gusta, lo primordial es: “Conectar con el pequeño y recordar la edad que tiene”, afirma la experta. Esto nos ayudará a empatizar, a darnos cuenta de que al fin y al cabo es solo un niño y está en fase de aprendizaje constante.

2 Ellos necesitan tu atención en todo momento

Es importante que los niños sientan que sus padres o cuidadores 'están ahí', cuando lo necesitan, incluso sin pedirlo. Si no se sienten apoyados, pueden recurrir a llamar la atención mediante un acto que implique un mal comportamiento.
En esos momentos, y tras haber empatizado con la edad del pequeño, los padres deben: "observar cuál está siendo la emoción por la cual está reaccionando de esa manera. Si, por ejemplo, es frustración o enojo, es necesario validarlo con palabras y acciones, conviene hacer que se sienta comprendido. Utilizando, por ejemplo, expresiones como: 'Te veo muy enojado y entiendo que te sientas así' o '¡tienes derecho a estar enojado!'. A continuación, es importante invalidar la acción, expresando algún tipo de frase de corrección, por ejemplo: 'Puedes estar enojado, pero en esta casa no se golpea'…", aconseja Erika.

3 Recuerda que la prisa le gana a la paciencia

Dedicar tiempo a nuestros hijos es fundamental para poder criarlos como adultos pacientes y empáticos.
A muchos nos devora la rutina del día a día, pero tenemos que sacar tiempo para nuestros hijos, sobre todo para inculcarles valores tan importantes como la paciencia: "Tener en mente que hoy mis hijos necesitan que yo sea su guía, y que cómo yo reaccione, como si fueran espejos, ellos lo reflejarán, porque aprenden así. Con buenos ejemplos es cómo se pueden resolver las cosas", nos dice la experta.

4 Respeta siempre a tus hijos, especialmente cuando te enfades con ellos.

Es fácil que nuestros hijos nos saquen de nuestras casillas con algún mal comportamiento, pero cuando esto pase: "Ante todo debemos recordar en qué etapa de desarrollo están tus hijos y aprender más sobre el desarrollo de su cerebro y emociones en esa etapa. Esto nos hará más empáticos con ellos cuando estén en una explosión emocional o haciendo algo que no nos gusta", sugiere Erika.

5 Cuando ellos abren su corazón y tú también, ambos pueden ser más flexibles

Nada mejor que padres e hijos conectados para llegar a un acuerdo válido para todos. Ante situaciones como las referidas, Erika nos dice que podemos: "Darles opciones a nuestros hijos de lo que sí pueden hacer cuando están enojados. Sugerirles, por ejemplo, que 'En lugar de pegar pueden apretar los puños o ir a respirar a otro lugar…'"

6 Dales siempre tu amor incondicional

Nuestro amor y atención es clave para poder entenderles. La experta aconseja debe tener en mente la frase “No me lo voy a tomar como personal”, porque en realidad no es personal: “Ellos están aprendiendo a manejar sus emociones”.

7 Reduce las exigencias, pídeles lo que es adecuado para su edad

Se trata de ponernos en su lugar de nuevo, y recordar que: “Cerebralmente no tienen las mismas habilidades que nosotros, y que estamos ahí para ayudarlos a regularse, a aprender de lo que están haciendo”, insiste la psicóloga.

8 Aprende a manejar tus sentimientos negativos cuando estás con ellos, para evitar perder la paciencia.

Para que los padres no estallen y mantenga la ecuanimidad, Erika recomienda que usen “una técnica de relajación que les funcione e incluso pueden hacerla evidente frente a los niños, diciendo en voz alta: ‘¡Uf! Ya me estoy enojando, necesito respirar’, también pueden dar un paseo, apretar los puños o utilizar cualquier otra herramienta o técnica que les permita tranquilizarse”.

9 Dedícate tiempo a ti

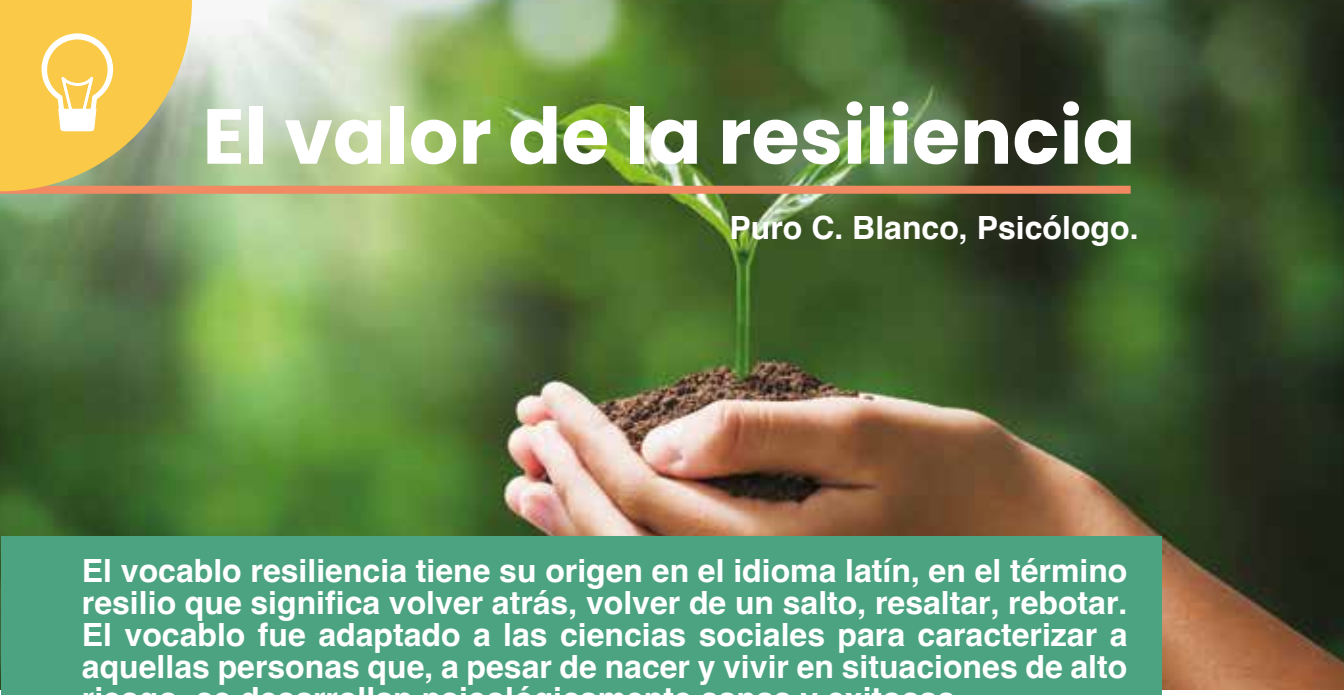
Recuerda, tal y como hemos dicho, que tus actitudes serán un espejo para tus hijos, así que dedica tiempo para ti, para realizar actividades “que permitan renovar tus

10 Respira tanto como lo necesites

Una respiración honda y sosegada, realizando inhalaciones y exhalaciones pausadas, te ayudará a equilibrar tus emociones en una situación en la que podrías perder la paciencia: “Una de las técnicas de relajación que más me gusta es la del Grounding, que sirve para reorientar a una persona en la realidad y ayudarla a permanecer en el presente. Piensa en la siguiente secuencia de números 3,2,1, que corresponden a 3 cosas que veas en ese momento, 2 cosas que puedas sentir en ese momento y 1 cosa que puedas oler. Ese sencillo ejercicio te sacará rápidamente del enganche para que, posteriormente, puedas reaccionar con mayor consciencia”, nos recomienda, finalmente, la psicóloga.

El valor de la resiliencia

Puro C. Blanco, Psicólogo.



El vocablo resiliencia tiene su origen en el idioma latín, en el término resilio que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar. El vocablo fue adaptado a las ciencias sociales para caracterizar a aquellas personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanas y exitosas.

La resiliencia es la habilidad de superar la adversidad, adaptarse, recuperarse y vivir una existencia significativa y productiva. Es afrontar de forma efectiva los eventos y circunstancias severamente estresantes que se acumulan en la vida.

Es la capacidad para hacer frente a las adversidades, superarlas o incluso ser transformados por ellas. Es crecerse ante las dificultades, es sacar fuerzas de donde parece no haberlas y aprender una lección positiva de una experiencia traumática. Es el arte de encarar el sufrimiento y dotarlo de sentido.

La resiliencia es saber sobreponerse a las penas y salir adelante, aunque hayamos tocado fondo, sin necesidad de ampararnos en los vicios y otros tipos de conductas erróneas que se suman a los problemas ya existentes.

La resiliencia no significa ignorar las dificultades, sino saber que podemos aceptarlas y manejarlas con fortaleza interior.

LAS CRISIS.

Las crisis son inevitables, están presentes en nuestra vida, en los grupos humanos y en las distintas épocas históricas. Pueden producir fuertes respuestas negativas, miedos, estrés, pánico, ansiedad… De ahí que sea necesario aprender habilidades emocionales para mantenerse saludables y afrontar los desafíos con respuestas equilibradas.

Las crisis pueden ocasionar un estado de inestabilidad y desorganización debido a la presión emocional que producen, traer aflicción, estrés crónico por el tiempo de restricción y provocar depresión y angustia.

SER RESILIENTE.

Para ser resiliente es importante saber que las actitudes y estrategias para afrontar las dificultades pueden ser enseñadas y entrenadas en la escuela y en el núcleo familiar.

FAMILIA Y RESILIENCIA.

La familia juega un papel significativo en la educación de la resiliencia, promoviendo una sana autoestima en los hijos. Ellos deben sentir que tienen una relación estable con al menos uno de los padres. Fomentar un clima emocionalmente positivo, orientador y regido por normas. Los padres deben ser modelos equilibrados que actúen con inteligencia emocional frente a los factores que inducen estrés, manejando de manera constructiva las dificultades, el enojo, la frustración y otros aspectos perturbadores. Cultivar el valor de la empatía para poner el oído en el corazón de sus hijos, mantener líneas de comunicación abiertas, manejar adecuadamente las situaciones de conflicto, conversar en familia sobre las circunstancias y situaciones difíciles y cómo enfrentarlas, no cediendo el liderazgo de la vida familiar a las frustraciones, evitando que las personas se aíslen en momentos de sufrimiento y sabiendo pedir ayuda si es necesario.

CONVERSANDO CON EGRESADOS

Ángel Sánchez
Edad: 32 años
Año de graduación y promoción: 2008 - Ti-Sek

¿Qué estás haciendo actualmente?
Actualmente soy Odontólogo especialista en Estética y Magister en Rehabilitación propietario de Zantier Odontología y arbor Academy dónde ejerzo mi práctica clínica y docente. Soy profesor de odontología estética para colegas que quieran perfeccionarse en esa área.

¿Tu vida escolar dejó alguna huella que nos quieras contar?
En el Da Vinci construí amistades que todavía guardo y que probablemente sostendré de por vida.

¿Cómo describirías al Da Vinci desde tu punto de vista de egresado?
En retrospectiva podria decir que la educación del Da vinci es bastante integral desde la parte académica y formación humana. Tanto el programa académico, actividades extra curriculares y hasta las excursiones para conocer a nuestro país nos dejan con una maleta de experiencia aptas para enfrentar el mundo despues del colegio.

¿Qué estás haciendo actualmente?
Dirijo una institución sin fines de lucro llamada Acción Callejera, Fundación Educativa, INC.

¿Tu vida escolar dejó alguna huella que nos quieras contar?
Sí, tomé materias importantes dentro del bachillerato, sobre todo de programación, que me sirvió para desarrollar habilidades en la vida profesional que hasta la actualidad han funcionado. Además de compartir con compañeros que impactaron mi vida de una manera positiva.

¿Cómo describirías al Da Vinci desde tu punto de vista de egresado?
Una institución seria, respetada, con excelente formación académica para sus inscritos. Una muestra de ello es que tengo mi hija inscrita en la institución educativa y para mí es un honor que siga aprendiendo en el alma máter donde hice mis años escolares. Me siento muy orgullosa de haber pertenecido al Da Vinci.

Carolina Mercedes Elivo Herrera
Edad: 38 años
Año de graduación y promoción: 2002 - Zen

Carla Mercedes Peralta De León
Edad. 30 años
Año de graduación y promoción: 2010 - Last Shot

¿Qué estás haciendo actualmente?
Actualmente Laboro en Swedish Match Dominicana en la posición de Superintendente de Recursos Humanos y también soy profesora por asignatura del Departamento de Psicología en PUCMM.

¿Tu vida escolar dejo alguna huella que nos quieras contar?
Por supuesto que sí, durante mis 16 años en el colegio, todos los días me recibían con una sonrisa y un cálido saludo, por lo que aprendí que un simple gesto te puede cambiar el ánimo del día. Asimismo, conocí seres humanos maravillosos, de los cuales aprendí y me ayudaron a formarme.
De igual manera, obtuve las herramientas para aprender a: escuchar, ayudar, compartir mis ideas y siempre dar lo mejor de mí. Así mismo, aprendí a tener la capacidad de nunca decir "No puedo" sin previamente internarlo, pero sobre sobre todo a reconocer mis errores, para poder ser un mejor ser humano.
Además, y no menos importante aquí hice mi red de apoyo de la vida, esos amigos que se convirtieron en mis hermanos y que sin importar las circunstancias aún continúan estando ahí incondicionalmente.

Como describirías al Da Vinci desde tu punto de vista de egresado?
El Da Vinci es una institución que te brinda seguridad e inspira confianza en sí mismo para salir explorar el mundo. Te enseña que todos somos iguales y no debemos de tener distinción ni prejuicios. Cultivan valores en cada estudiante e incentivan al crecimiento constante de forma individual y grupal. Lo más importante es que aprendes a asumir retos pero sobre todo a soñar en grande y creer en ti.

Reyni Manuel Calderon Cots
Edad. 24 años
Año de graduación y promoción 2018 - Cass

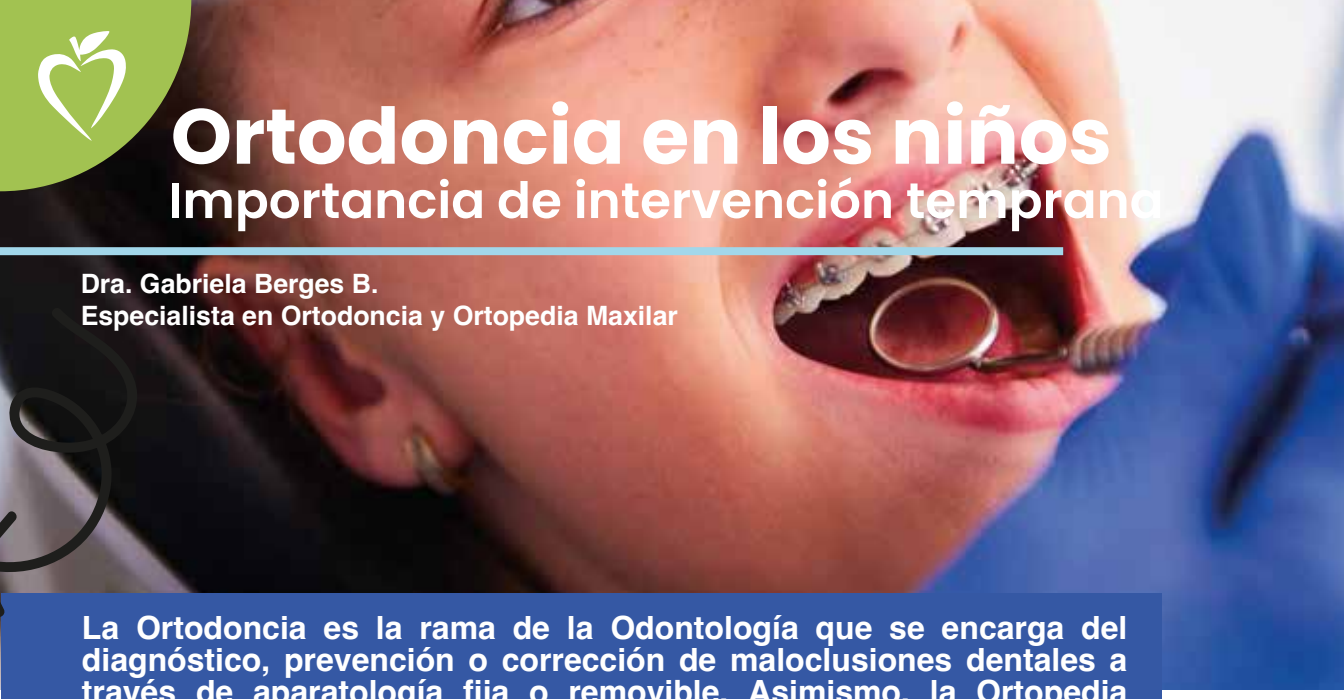
¿Qué estás haciendo actualmente?
Actualmente estoy ejerciendo mi carrera como ingeniero industrial en el área de operaciones.

¿Tu vida escolar dejo alguna huella que nos quieras contar?
Realmente considero que han sido las amistades valiosas, disciplina y los valores humanos por los que se rigen.

¿Cómo describirías al Da Vinci desde tu punto de vista de egresado?
Para mi el colegio siempre ha inculcado en el estudiante el pensamiento crítico, conducta y ética. Además de saber adentrar a la persona a actividades amenas y extracurriculares.

Ortodoncia en los niños
Importancia de intervención temprana

Dra. Gabriela Berges B.
Especialista en Ortodoncia y Ortopedia Maxilar

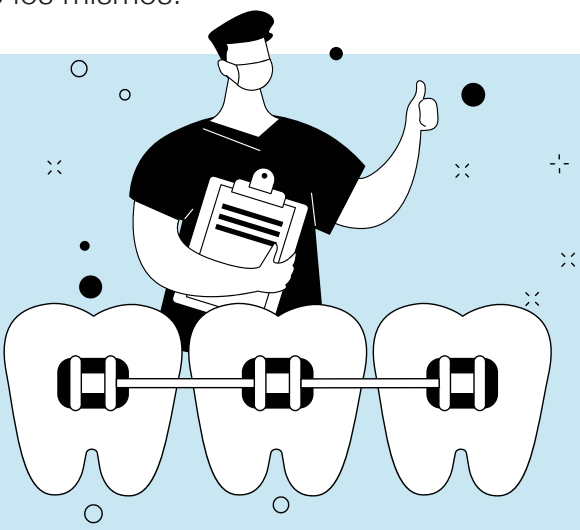


La Ortodoncia es la rama de la Odontología que se encarga del diagnóstico, prevención o corrección de maloclusiones dentales a través de aparatología fija o removible. Asimismo, la Ortopedia Maxilofacial se encarga de corregir maloclusiones a nivel esqueletal.

Un tratamiento de Ortodoncia u Ortopedia Maxilar ayuda a mejorar de manera significativa la función masticatoria, la estética de la sonrisa y del perfil facial, la salud de nuestros dientes, y hasta la autoestima del paciente. Dicho esto, es importante realizar la consulta con un especialista en Ortodoncia certificado a edades tempranas, aprovechando las etapas de crecimiento y desarrollo de los niños. Por consiguiente, poder corregir deficiencias esqueletales en caso de presentarlas, redireccionando el crecimiento de los huesos maxilares durante la infancia.

La Sociedad Americana de Ortodoncistas recomienda que la primera consulta Ortodóntica se realice a más tardar a los 7 años de edad. De esta manera, es posible descartar, pronosticar o prevenir cualquier alteración dental o esqueletal. De hecho, está comprobado que un tratamiento ortodóntico temprano podría prevenir futuras complicaciones en un paciente. Además, es importante mencionar que existen mayores probabilidades de sufrir traumatismos dentales en los dientes anteriores durante la infancia debido a la protrusión de los mismos.

Por otro lado, un especialista en Ortodoncia está calificado para detectar hábitos nocivos que pueden perjudicar no solo el posicionamiento de nuestros dientes sino la forma y el desarrollo de los huesos maxilares; como por ejemplo hábitos de succión labial, succión digital, respiración bucal, deglución atípica, entre otras.



Niños seguros

Cómo criar niños seguros y ayudarles a desarrollar su autoestima

Por Sara Hormigo MADRID/09-03/2022 10:43 CET

La crianza positiva es parte de la educación emocional, la autonomía, la comprensión, el razonamiento... Todo ello no es posible si los padres no son los primeros en experimentar estos comportamientos, ya que son el principal referente para sus hijos. Aquí tienes algunos consejos para ayudarles a desarrollar su autoestima y construir la seguridad en ellos mismos.

Por Sara Hormigo MADRID/09-03/2022 10:43 CET

“ Enfrentarse a distintos retos y dificultades son algunas de las situaciones que nuestros hijos van a tener que vivir, para ir adquiriendo autoestima y construyendo la seguridad en sí mismos. Sin duda, no es una tarea nada fácil inculcar la seguridad en uno mismo, saber cuándo intervenir como padres, darles su espacio... Pero, ¿hasta qué punto? Y es que, en ocasiones, debido a la hiperseguridad de los progenitores, estos suelen anticiparse a cualquier problema que pueda surgir al niño y, en consecuencia, ponerles todo muy fácil.” Elisa Ramos, Psicóloga Infantil especializada en crianza (www.elisaramosgil.com)

La psicóloga infantil Elisa Ramos nos cuenta que, ante todo: “Para que los niños se sientan seguros es imprescindible que dejemos a un lado acciones muy dañinas como la sobreprotección, el control excesivo, transmisión de miedo, etc. Criar niños seguros es sinónimo de educar en la educación emocional, en la autonomía, en el razonamiento y la comprensión; esto significa que debemos ‘soltarlos’ hacia la vida y no tenerlos ‘agarrados’ a nuestro lado. Cuando digo esto, muchos padres y madres me suelen decir: ‘Es que si hago eso se caerá, se equivocará, romperá esto, etc.’, y siempre les digo lo mismo, eso es parte de su maduración”.

Los padres son siempre el mayor referente

Probablemente, ser padre sea uno de los retos más complicados de la vida, ya que el esfuerzo por su educación es siempre constante, y muy preocupante para muchos. Los padres siempre son el mayor referente para un hijo, hasta el punto de que, muchas veces, los progenitores pueden descubrir comportamientos propios a través de sus hijos, sin siquiera darse cuenta de que los tienen. ¡Así es de sorprendente la crianza! Y es por ello que la seguridad de los hijos, depende en gran medida de su educación y de cómo es la relación que mantienen con los padres durante la niñez y la adolescencia, dos de las etapas más importantes y con más desafíos de sus vidas. “Todo lo que le digamos y cómo nos relacionemos con ellos determinará, en gran parte, creencias que irán adquiriendo y que determinarán lo que hagan o piensen en su día a día”, comenta la experta.

La psicóloga afirma que a un niño que le dices constantemente: ‘No puedes, no puedes’ o ‘lo estás haciendo mal’, interiorizará ese mensaje y se sentirá que no es capaz de realizar determinadas cosas. Señala que: “Cuando llegue el momento de afrontar situaciones relacionadas se sentirá completamente inseguro e incapaz de afrontarlas. Si, desde que es muy pequeño, le transmites que es importante que tenga confianza, transmitirle la importancia de intentar las cosas, enseñarles herramientas para enfrentar dichas situaciones difíciles y que puede pedir ayuda cuando lo necesite, se irá sintiendo más capaz y seguro de afrontar aquello que se proponga. Por lo tanto, no dudéis de la posibilidad de inculcar seguridad a edades muy tempranas. Somos el agua que riega a nuestros hijos y parte de eso es alimentar su seguridad”.

Cómo educarles ante los fracasos

Generalmente tendemos a pensar que los errores son fracasos en la vida, y es entonces cuando los padres muchas veces nos equivocamos en transmitir estas creencias a nuestros hijos, en lugar de verlo desde otra perspectiva: “En vez de ver nuestros errores como una forma de aprender, y normalizar que nos vamos a equivocar en nuestra vida en numerosas ocasiones, lo vemos como un auténtico fracaso. De ahí, ese miedo e inseguridad que tienen muchos adultos a cometer errores. Transmitirles nuestro cariño, mostrarnos presentes para cuando nos necesiten y dejarles y motivarles a que tomen sus propias decisiones (siempre adaptadas a su edad) será determinante para que desarrollen una buena seguridad en sí mismos”, asegura la psicóloga.

Consejos para que tus hijos desarrollen su autoestima y seguridad

La psicóloga experta en crianza nos ha dado una serie de herramientas que pueden servir de mucha ayuda a los padres a la hora de intervenir en el desarrollo de sus hijos, tanto en cuanto a su seguridad como a su autoestima, ¡tome nota!

1. Ayuda a tus hijos a divertirse y a sentirse bien: destaca sus logros, programa actividades divertidas y ten siempre en cuenta sus preferencias y deseos.

2. Predica con el ejemplo: muéstrate de buen humor, transmite las cosas positivas y disfruta de tu tiempo libre con ellos.

3. Prepárale para situaciones difíciles: es importante preparar a los niños para situaciones estresantes que deberán enfrentar en sus vidas como: la vuelta al colegio, la muerte de un ser querido, etc. Hay una tendencia a intentar evitar que experimenten situaciones que le produzcan malestar y sufrimiento cuando, es imprescindible que les enseñemos a gestionarlas y afrontarlas poco a poco.

4. Promueve la armonía familiar: muéstrales en todo momento tu cariño, crea un buen clima familiar y construye una buena relación de pareja.

5. Potencia sus cualidades y aficiones: inscríbeles en alguna actividad que le guste, compartan juegos que quieran realizar y anímalos a que tengan experiencias nuevas y enriquecedoras.

6. Edúcalos con afecto y coherencia: establece límites razonables y exige su cumplimiento.

7. Evita ponerles etiquetas y emplear un lenguaje absolutista: frases como “eres malo”, “nunca lo haces bien” ... dañarán muchísimo su autoestima.

8. Enséñales a tolerar sus frustraciones y a conocer sus emociones.

9. Promueve su autonomía: intentando que piensen ellos mismos y que intenten resolver por sí solos sus problemas.

APRENDIENDOJUNTOS

Revista especializada para familias

Si tienes algo que decirnos, alguna inquietud, quieres participar como colaborador o patrocinador en Aprendiendo Juntos envíanos un correo a info@aprendiendojuntos.do

AprendiendoJuntosSTI

Adolescentes:
cómo entender su cerebro y ver los toros desde la barrera

El psicólogo Rafa Guerrero explica las razones por las cuales en esta etapa a los menores les llama tanto la atención «meterse en berenjenales».

El psicólogo Rafa Guerrero siempre habla de la importancia de la infancia como la primera oportunidad de desarrollo cerebral. Pero, en su último libro El cerebro infantil y adolescente hace énfasis también en la adolescencia como segunda oportunidad de desarrollo cerebral a todos los niveles. «No se trata solo de conexión neuronal, sino de que los adultos aprovechen ese momento para estar bien con ellos y hacer cosas que no han hecho cuando sus hijos eran más pequeños».

La adolescencia siempre se ve como una fase negativa, pero todos la hemos vivido. ¿Qué nos ocurre que olvidamos nuestra propia experiencia?

Efectivamente, creo que pensar en la etapa adolescente genera mucho miedo en los padres, y cuando esta etapa llega a sus hijos les genera mucha incomprensión. Una de las claves para relacionarnos con los adolescentes, sin embargo, es recordar que no se trata de falta de comprensión de ellos como individuos, sino que no entendemos sus cerebros.
Una es causa y otra es consecuencia: No los comprendemos porque no entendemos lo que está ocurriendo en sus cerebros; aunque sabemos que las conductas, los comportamientos, se originan en este órgano. Por tanto, si somos capaces de comprender lo que ocurre en el cerebro del adolescente, podemos interpretar mejor sus conductas, e incluso anticiparlas, lo cual nos permitiría ajustar nuestras expectativas. Esta es la clave para una buena relación con nuestros hijos adolescentes.

¿Cuándo comienza esta fase?

La preadolescencia inicia entre los 10 y 11 años y, aunque hay diferencias, los primeros cambios se pueden observar a estas edades. No es lo mismo en unas familias que en otras, ni en las chicas que los chicos. Las chicas que, regularmente, a estas edades, alcanzan mayor desarrollo cerebral, se muestran más maduras y tienen un funcionamiento ejecutivo más desarrollado y cohesionado que los chicos. De ahí que los problemas de conducta de las chicas en la adolescencia suelen ser menores que los de los chicos, lo que permite gestionarlos mejor, de forma menos disruptivas.

¿El problema "gordo" aparece a partir de los 12,13 años.. pero hay adolescencias que son una verdadera maravilla.

¿Qué es lo que debemos saber exactamente?

Una de las cosas más interesantes que debemos conocer los padres es que el cerebro del adolescente se está reorganizando internamente. Su sistema nervioso se está reestructurando y las capacidades superiores (neocórtex) se ven afectadas en ese proceso. ¿Eso qué quiere decir? Es como cuando una carretera está en construcción, mientras se aplica el pavimento tendremos que ir más lentos o bien desviarnos por caminos alternativos.

Por el contrario, las zonas bajas del cerebro, que son las más instintivas, emocionales y reactivas, son las menos afectadas y las que menos cambios van a sufrir en la etapa adolescente. De hecho, estarán al 100 por ciento.

¿Cuáles son las consecuencias de ese desequilibrio absoluto?

Estados de ánimos inestables e irritabilidad. Se ve muy afectada la zona del neocórtex, y en concreto la corteza prefrontal, encargada de la gestión de las emociones, del control de los impulsos, de la planificación de las tareas y de la concentración, siendo este último aspecto de gran preocupación para los padres. Al tener sus cerebros afectados, los adolescentes reaccionan mostrándose más irritables, impulsivos, emocionales y reactivos, y piensan menos en las consecuencias de sus actos.

La consecuencia directa de que la corteza prefrontal (esa que organiza la conducta, el comportamiento, la vida…) sea la que se está reorganizando, hace que la parte impulsiva de los adolescentes salga a flote, prevalezca al momento de relacionarse con los demás.

Por eso los adolescentes tienen poca capacidad de concentrarse, les cuesta mucho controlar sus impulsos, tomar conciencia de sus actos y medir sus consecuencias. Esta es también la razón por la que los padres nos quejamos de la impulsividad y cambios de humor frecuentes de nuestros hijos adolescentes. Sus actitudes y comportamientos inestables sin duda complican la convivencia, pero, con el conocimiento apropiado sobre los cambios que sufren sus cerebros, como padres podrán, primero, evaluar con equidad sus acciones y, en segundo lugar, podrán ajustar las expectativas de cara al futuro.

Hasta este momento, hemos resaltado lo contrario.

Cabe señalar que si los padres aprovechan la infancia de sus hijos, pueden hacer más placentero y fructífero su paso por la etapa de la adolescencia. Así que, si en su formación temprana se toman las precauciones debidas (de la misma manera que al construir un edificio se tiene la previsión de construir verticalmente, sin torcerse), lograrán que, cuando lleguen a la etapa de la adolescencia, todo sea más sencillo.

Es decir, si los padres tenemos una buena comunicación con nuestros hijos desde que son pequeños, les ponemos límites, les mostramos nuestro afecto, etcétera, dispondremos de una serie de vínculos y recursos emocionales que nos servirán de amortiguadores para la etapa adolescente y para la vida en general. Pero también es cierto que de forma innata hay personalidades más más tranquilas, reflexivas, comunicativas, y otras más nerviosas, inquietas e irascibles.

¿Qué les pasa a los adolescentes que rehúyen del contacto físico con sus padres, como si tuvieran la peste?

La etapa adolescente es una etapa de búsqueda de autonomía, de despegue, en la que, nos guste o no, los hijos tienden a separarse de sus progenitores, a separarse emocionalmente, aunque sigan viviendo bajo el mismo techo. No obstante, esa separación es necesaria, fundamental para su desarrollo como adultos. Van dejando detrás la burbuja de seguridad que como padres hemos ido creando.

Los adolescentes buscan, de manera intuitiva, valerse por sí mismos, saliendo a explorar el mundo que los rodea, tratando de entender su lugar en la sociedad. Por eso les llaman tanto la atención los estímulos novedosos que los empujan a salir de la zona de confort. Es sano y natural ese empujón. La autonomía que tenemos los adultos es gracias a los retos que enfrentamos en la etapa adolescente.

En la infancia desde la familia se estimula y se desarrolla mucho la protección, y cuando los hijos ya están preparados a muchos niveles, en la etapa adolescente, fomentamos su autonomía, los ponemos a prueba. El adolescente a veces se mete en dificultades porque necesita probar estímulos, experimentar diferentes emociones, conocer gente, culturas, idiomas… Es una fase de egocentrismo, de optimismo ilusorio. Creen que nada les va a pasar, y eso se debe a que la corteza prefrontal, que permite medir las consecuencias de sus actos, se está reorganizando. Les cuesta mucho pensar en el futuro.

¿Cómo deben prepararse las familias para cuidar adecuadamente a los adolescentes?

Por un lado, los padres tienen el reto de entender que no son tan necesarios como antes. Mientras que los hijos adolescentes deben lidiar con las incertidumbres del futuro, pues los padres protectores ahora son sus iguales, sus amigos.

¿Qué tienen que hacer los padres? Entender ese proceso de autonomía y ver los toros desde el margen. ¿Qué significa eso? Que los padres estarán para apoyar y ayudar a sus hijos adolescentes; pero, teniendo en cuenta que, en ocasiones, no serán su primera opción, ya que las condiciones y circunstancias han cambiado. De ahora en adelante, los padres deberán empezar a confiar plenamente en sus hijos, fomentando su autonomía a medida que empiezan a empoderarse.

No todos los adultos manejan bien este cambio de roles

Para la aceptación del crecimiento de los hijos, los padres tienen que hacer duelo, "enterrar" al niño y dar la bienvenida al adolescente. Deben aceptar que la adolescencia es una etapa de paso, y que sus hijos, que dejaron de ser niños, pronto también dejarán la adolescencia, para convertirse en adultos.

Como seres humanos, los padres debemos asimilar los cambios en nuestros hijos con naturalidad. Debemos acostumbrarnos al hecho de que, en su paso por la vida, deben cerrar etapas para dar bienvenida a la siguiente, hasta convertirse en las personas íntegras y ciudadanos de bien que anhelamos.

LOS RETOS DE LA familia de hoy

Los retos de la familia de hoy...

busca romper la burbuja emocional que divide la experiencia familiar entre padres, madres, hijos e hijas, poniéndoles desde la psicoeducación, en el mismo escenario y mostrándoles que se necesitan unos a otros para poder construirse, sostenerse y crecer juntos.

Los retos de la familia de hoy...

tiene un enfoque dinámico que recoge contenidos y aprendizajes multidisciplinarios que aportan herramientas a los adultos para que recuerden lo que sintieron durante su etapa de crecimiento, para que entiendan lo que está enfrentando esta generación de niños, niñas y adolescentes de hoy, lo que implica criar a una generación de nativos digitales, lo que significa las diferencias generacionales en la crianza de hoy, las trabas y obstáculos personales que se interponen para el establecimiento de la autoridad sin autoritarismo, y los retos que están enfrentando nuestros hijos e hijas en un entorno inundado de estereotipos y mandatos de género, de modelos de éxito, de apariencia, etc. que vulnera la apreciación que tienen de sí mismos y afecta su autoestima.

Los retos de la familia de hoy...

limpia los lentes con los que nos vemos y nos permite entender cuál es el rol que necesitamos cumplir para poder prevenir lo que tanto miedo nos provoca, acompañar a construir alas fuertes que les permita a nuestros hijos e hijas pautar y planificar su vuelo, entender que nuestro trabajo tiene un límite de tiempo y que nos corresponde cumplir nuestro rol de manera efectiva sin distraernos en lo que esté pasando afuera (música, redes sociales, internet), entendiendo que cuando mantenemos la conexión emocional y la cercanía afectiva con nuestros hijos e hijas, lo que afuera pierde fuerza y nuestra voz será su guía.

El mayor reto que enfrentamos hoy...

es comprender que como padres no sabemos todo, y que aun lo que sabes necesita de revisión exhaustiva para evitar el error de enseñar desde nuestro mundo y percepción, y no desde la realidad en la que viven nuestros hijos e hijas. Esto significa que ellos también pueden aportar a su desarrollo, pues nadie mejor que ellos para dialogar de sus necesidades y expectativas. ¿Significa esto que les cedemos todo el poder de decir?, de ninguna manera, al contrario, estamos, con esta acción, poniendo en práctica la democracia esencial para una sana educación, donde la comunicación deja de ser línea para convertirse en una bidireccional.

Niños Autónomos

La importancia de educar en la autonomía desde la infancia

Por Abigail Kay, Head of Infants de TEMS

The English Montessori School, explica en este artículo la importancia de inculcarles el valor de la autonomía a los niños para mejorar su autoestima y limitar su dependencia de los adultos

Educar es acompañar a los niños mientras se hacen independientes. Por ello, enseñar autonomía desde los primeros años de vida tiene una relevancia fundamental en su desarrollo presente y futuro, ayudándoles a potenciar la seguridad en sí mismos y en sus capacidades. La autonomía es un concepto de la Filosofía, Pedagogía y Psicología que manifiesta la capacidad de las personas para realizar tareas de manera independiente, sin influencia de presiones, y de adquirir las competencias necesarias para poder desarrollar opiniones y gustos propios. Esta aptitud, sin embargo, no es innata en las personas, sino que requiere de un trabajo constante y paulatino para adquirirla.

Durante los primeros años de vida, los niños son completamente heterónomos, dependientes; es decir, necesitan de la ayuda activa de un adulto para ejecutar las distintas tareas que se les presentan en su día a día.

Por ello, es muy importante prestar atención al desarrollo de la autonomía desde una edad temprana edad, inculcando en los niños unos principios y un modo de actuar completamente independiente. En esta enseñanza, los centros educativos, junto con las familias, desempeñan un papel crucial a través del establecimiento de rutinas que se trabajan diariamente desde la etapa infantil.

En una primera etapa de instrucción en la autonomía, la enseñanza se basa en prácticas relacionadas con ámbitos cotidianos como la alimentación, la higiene y la vestimenta. Mediante estos hábitos, los niños aprenden a ejecutar por sí mismos tareas que les permitirán estimular su crecimiento personal convirtiéndolos en protagonistas de su propio proceso de aprendizaje. Asimismo, esta adquisición de destrezas desde una temprana edad les ayudará a desarrollar diversos aspectos claves para su futuro, como la autoestima, el pensamiento crítico y la seguridad. En el lado opuesto, aquellos niños que poseen pocos o ningún hábito de autonomía generalmente presentan mayores dificultades de aprendizaje y problemas para relacionarse con los demás.

En este proceso, los padres y maestros se convierten en guías y observadores, proporcionando a los niños las herramientas necesarias para superar los retos que se les presentan y mantener un nivel adecuado de independencia. A medida que los niños van adquiriendo autonomía en determinadas tareas, es esencial ir transformándolas en actividades más complejas que supongan un incremento de la dificultad. Una vez los nuevos retos hayan sido superados de manera autónoma, quedarán integradas las nociones más importantes en el crecimiento de los niños

Este logro de la autonomía es uno de los pilares más importantes sobre los que se sustenta la pedagogía Montessori. Este método no solamente consiste en poner a disposición de los alumnos un material personalizado y adaptado a sus necesidades, sino que también busca darles la libertad de decidir por sí mismos. A través de actividades prácticas, trabajos por proyectos y experiencias reales de la vida cotidiana, se busca preparar a los niños para el futuro. Cada una de estas tareas está destinada a un proceso específico de aprendizaje que se está desarrollando en la etapa de crecimiento en la que se encuentra el alumno. Cuando un niño es autónomo, no necesita de la ayuda de un adulto para realizar todas sus tareas ya que puede asumir responsabilidades y tomar sus propias decisiones.

En la actualidad, esta independencia es imprescindible: las empresas demandan personas completamente autónomas que sean capaces de desenvolverse sin necesidad de depender de un supervisor, de tomar decisiones por sí mismos; en definitiva, de individuos formados para asumir las consecuencias de sus actos, por lo que es muy importante comenzar desde pequeños a inculcarles el valor de la autonomía.

OCURRENCIAS INFANTILES

1. Si tus juguetes pudiesen hablar, ¿qué cosa crees que dirían?
2. Si del cielo lloviera comida, ¿qué comida te gustaría que fuera?
3. Si pudieras ir al espacio, ¿A dónde irías?
4. Si te encontraras una lámpara mágica que conceda deseos, ¿qué deseo pedirías?
5. Qué es lo más sorprendente que has aprendido en la escuela?

JOSSIE LISSYBELL GÓMEZ - 6 AÑOS

1. Qué bonito es el mundo del juguete.
2. La comida de mi escuela que es muy deliciosa.
3. A la luna, porque me gusta mucho la noche y puedo ver las estrellas.
4. Volar
5. Es tener amigos y que son amables.

ARMADO ACOSTA - 7 AÑOS

1. Que increíble es el mundo.
2. Salmon, me encanta.
3. Marte, me gustaría estudiar sobre el planeta rojo ya que marte es rojo.
4. Jugar baseball siempre.
5. Los valores, la amabilidad, humildad y honestidad.

CESAR ROJAS – 7 AÑOS

1. Estoy muy feliz de despertar y cobrar vida.
2. Pizza
3. A la luna, para investigar los cráteres.
4. Poder volar
5. A conllevarme con los amigos y a prestar.

DANIELA TIÓ – 8 AÑOS

1. Te quiero
2. Jugo de limón
3. A júpiter, porque me gusta.
4. Dos deseos:
   - •Averiguar que hay al final del arcoíris.
   - •Poder saber si los unicornios salen de los arcoíris.
5. A plantar semillas en el prescolar.

VALENTINA VENTURA – 6 AÑOS

1. Valentina, quiero una dona.
2. Pizza de peperoni y coca cola.
3. La luna
4. Muchas donas
5. El día del árbol, aprender sobre el árbol.

ALESSANDRO TORRES – 6 AÑOS

1. Mamá
2. Huevos, pizza y sprite
3. Saturno
4. Ser una hormiga
5. Saber del planeta tierra

¡A COMER SALUDABLE!

Creando animales con comida

Tortilla Pollito

Divertida tortilla con forma de pollito
La tortilla admite cientos de variantes y te permite introducir en la dieta de tu hijo ciertos alimentos sanos que, de otra forma, te resulta imposible que los prueben. Puedes coger algunas ideas, por ejemplo, de nuestro especial recetas de tortillas. Con un poco de pepino, pimiento rojo y aceitunas negras puedes crear un simpático y adorable pollito; muy nutritivo, por cierto. También puedes usar una loncha de bacon ligeramente tostada a modo de rama de árbol, justo abajo del polluelo.

Sandwich osito

Por este saludable bocata asoma un simpático oso elaborado con salchicha, queso y unas gotas de ketchup o salsa de tomate. Puedes agarrar las orejas con palillos y pegar el hocico del oso con un poco de queso crema o salsa espesa. ¿El relleno? Usa los ingredientes que te apetezcan. Personalmente adoro estos sandwiches de atún y queso crema y estos vegetales de pollo, pero puedes emplear cualquier tipo de relleno.

Crepes divertidos

Los panqueques, así como los crepes, no siempre son recetas hipercalóricas repletas de dulce y azúcar; de hecho, existen opciones increíblemente nutritivas y saludables que resultan ideales para los peques. Con un poco de imaginación podrás hacer una presentación de lo más divertida y alegre. La fruta es una gran aliada en este tipo de decoraciones. Puedes usar un cortapastas para darle forma al pancake y después decorarlo al gusto. Animales, barcos, caras divertidas… Prueba a hacer variopintas figuras, ¡a los niños les encantarán!

Puedes usar cualquier fruta para crear animales divertidos. Prueba rodajas de banano y fresa, alínealos y crea una serpiente.

Serpiente de Frutas

Los Límites y sus beneficios
para criar hijos emocionalmente estables

Por: Departamentos de Orientación

Establecer límites saludables en las relaciones con nuestros hijos es fundamental para criarlos en un ambiente de estabilidad emocional. Hablar de estabilidad emocional es hablar de gestionar de forma asertiva nuestras emociones y las de los demás. Respetando la regla de oro: escucho, pienso, valido y actúo.

Hablar de límites es trazar pautas y normas que sirvan de modelo conductual, dadas las infinitas posibilidades que tienen nuestros hijos para comportarse en diferentes contextos. Somos responsables de definir, a través del diálogo familiar, qué conductas son aceptables para nosotros y cuáles son las reglas que nos ayudarán a lograrlas.

Los límites deben generarse:

Desde la amabilidad sin imposiciones incoherentes

Desde la reflexión continua

Con la intencionalidad de solucionar o corregir situaciones adversas o negativas

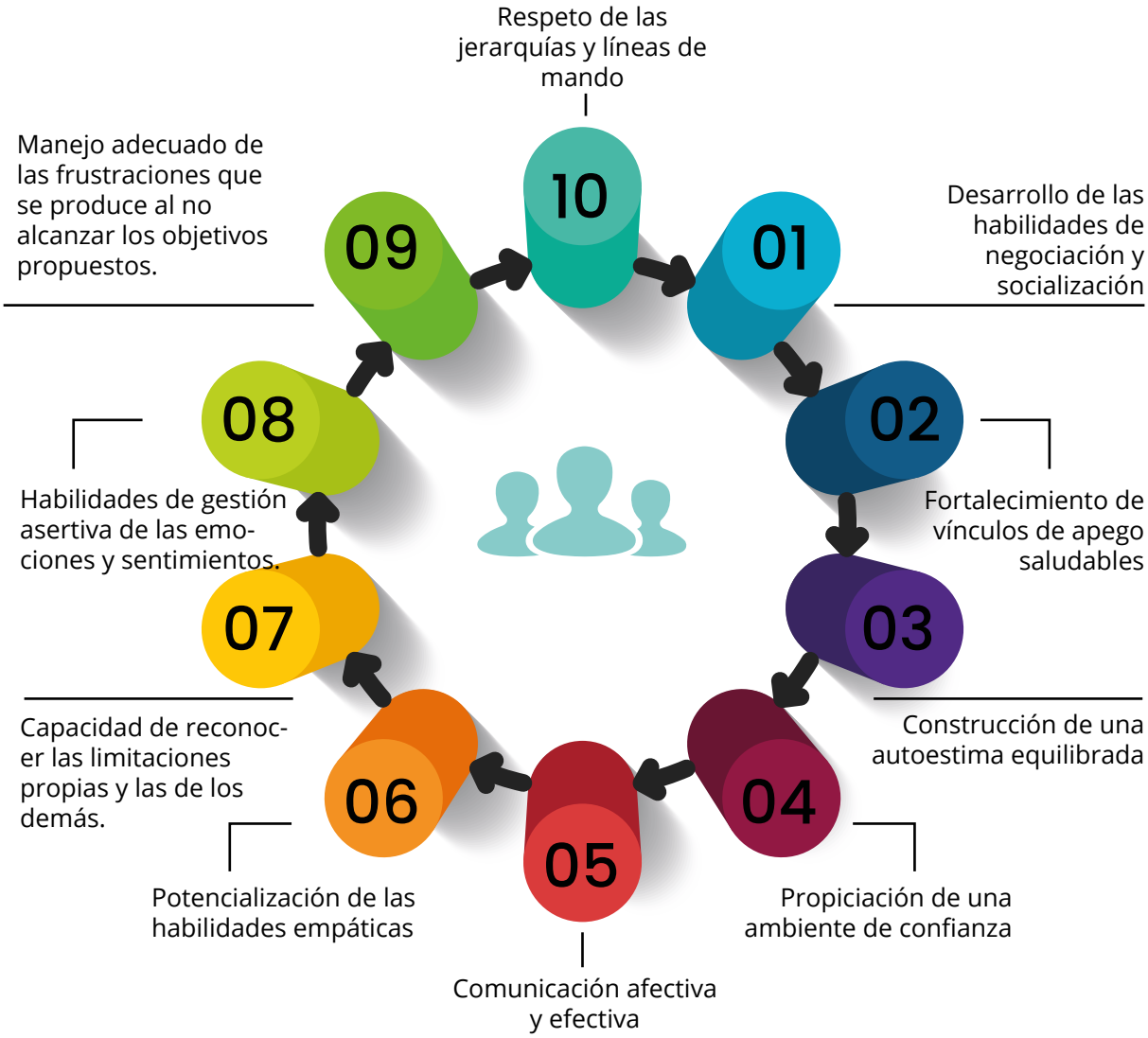
Desde el amor y el cuidado por los miembros de la familia

Desde la desaprobación de la conducta no del niño

Desde la firmeza con alternativas

Los límites son las bases sobre las que fundamentamos nuestro accionar al momento de gestionar de forma positiva nuestra necesidad intrínseca de expresar emociones.

Son múltiples los beneficios que podemos obtener cuando las reglas del juego están claramente establecidas en nuestros hogares; dentro estos beneficios se encuentran:



Nuestra misión como padres es propiciar un ambiente de equilibro y estabilidad familiar. Por tanto, cualquier cambio que deseemos generar en nuestra familia se recomienda hacerlo de forma consciente, respetando la etapa de desarrollo de nuestros hijos y recordando que los hábitos requieren constancia y dedicación.

Coversando con... Familia Alba Rivero

Por Lisa Jorge

¿Cómo es la dinámica familiar para educar a 4 niños en diferentes edades?

Como familia con cuatro niños en diferentes edades su formación en todas las áreas de su vida es un reto diario. Nos preocupamos porque cada uno de ellos reciba las herramientas necesarias para su desarrollo integral en cada una de las etapas en que se encuentran. Es imposible negar que en estos tiempos es súper desafiante por todas las responsabilidades que como familia debemos afrontar, sin embargo, es un trayecto caóticamente hermoso, donde siempre procuramos que cada uno de ellos lleve estructurada sus responsabilidades, involucrándolos en la solución y gestión del logro de sus objetivos, pero siempre con el apoyo de papá y mamá.

¿Cómo ha sido el proceso para el cumplimiento de las asignaciones escolares?

Es una aventura nueva cada día, pero sumamente gratificante, ya que cuando vemos realizado en ellos el logro de sus objetivos nuestro corazón se reboza de felicidad. La elaboración de sus asignaciones nos lleva atrás como padres cuando nosotros realizábamos nuestras tareas y al mismo tiempo nos llena de emoción el aporte de sus ideas para lograr que la asignación cumpla con todos los detalles de la encomienda. Con cuatro niños y trabajos formales ambos padres, es retador el cumplimiento en los tiempos establecidos, no obstante, nos convertimos en un equipo multidisciplinario que solo tiene un objetivo: “que ellos comprendan la responsabilidad de la entrega a tiempo con la mejor calidad de cualquier tarea asignada”.

¿Cuál ha sido la estrategia que más resultado les ha dado para mantener la armonía en el hogar?

No tenemos una estrategia única establecida, cada miembro de la familia tiene una personalidad distinta y en consecuencia debemos responder a cada uno de ellos de forma diferente. Sin embargo, podemos indicar algunos puntos que nos han sido esenciales para lograr un ambiente de armonía en nuestra familia:

A Inculcar en ellos que debemos colocar a Dios y sus normas como nuestra principal guía y orientación frente a cualquier situación que se nos presente. Como dice el refrán: "Instruye al niño en su camino y nunca se apartara de él".

B Tener una comunicación asertiva con los niños, donde ellos expresen sus situaciones y como familia plantemos soluciones.

C Educar con respeto y estableciendo límites, con respecto en el sentido de que, debemos respetarnos nosotros mismo y a nuestro entorno, sabiendo que para reclamar algo o lograr algún objetivo propuesto no debemos lacerar a los demás. Límites, en primer lugar, para nosotros, que delimiten nuestros propósitos sin afectar nuestro entorno, en segundo lugar, hacia los terceros, a fin de evitar que actitudes negativas externas nos afecten.

D Enfocarnos en desarrollar las áreas donde ellos destacan sus habilidades con la finalidad de incentivar las áreas que son de su interés, desarrollando con ello sus habilidades al máximo y reforzando su autoestima.

E Trabajar con los hermanos tareas en conjunto para que desde esta etapa entienda que deben trabajar en equipo y que como familia deben darse soporte.

F Siempre enfocar sus objetivos en su fortalecimiento como persona y su felicidad.

G Hacerlos entender que existe tiempo para todo, que solo debemos darle el orden correcto, siempre debemos cumplir con nuestras responsabilidades y luego realizar las tareas de ocio que deseamos.

¿Cuál ha sido el mayor reto que han enfrentado como familia?

Nuestro mayor reto como familia lo enfrentamos en pandemia, tras el inicio del año escolar agosto 2020-junio 2021, Federico nuestro hijo menor estaba recién nacido, y Gabriela, Gabriel y Lucas iniciaban un año escolar completamente virtual, estando dos de ellos en nivel inicial que dependían completamente del apoyo de un adulto para poder recibir el material docente, más nuestros compromisos laborales como familia y sin

la posibilidad de contratar ayuda porque aun existían las restricciones por la pandemia y el temor del contacto físico con otra persona que te contagiarán, mirando atrás nos encontrábamos en el ojo de un huracán.

Fueron momentos muy difíciles, algunos días frustrantes, porque debíamos elegir entre el tiempo del cuidado del recién nacido, impartir las clases virtuales o sacrificar la educación de los más pequeños para cumplir con nuestras obligaciones laborales, que de igual forma, eran fundamentales para el sustento de la familia.

No obstante, el señor Jesús nos dio las herramientas para esquivar todas las dificultades y que ellos reforzaran cualquier debilidad ocasionada por las dificultades de la pandemia y volver a normalidad. Sin lugar a dudas, el gran premio es para los niños que nos premian con sus habilidades, dando lo mejor de sí en todo momento, somos padres afortunados de tenernos.

¿Podrían narrarnos una anécdota graciosa que les haya ocurrido en esta tarea de ser padres responsables en tiempos complicados?

En una familia con 4 niños las anécdotas son muchas, pero podemos hacer dos muy jocosas:

Al llegar el nuevo bebe todo fue una aventura nueva vez, realmente no imaginábamos tener un nuevo integrante pequeñito. Con apenas tres (3) meses de nacido Federico, unos amigos cercanos nos invitan a su casa de campo a pasar un pasadía con piscina y hacer camping. Todos se podrán imaginar la cantidad de bultos que tuvimos que preparamos para salir acampar con 4 niños, parecía una mudanza por 30 días a otra ciudad. Cuando llegamos al lugar, desmontamos todo, ¡sorpresa! Se había quedado el bulto del bebe con su leche y todas sus pertenencias. Después de colocar todos esos bultos dejamos el más importante el del "BEBE", tuvimos que enviar a alguien a recoger el bulto a la casa y que lo llevara al lugar donde nos encontrábamos. Moraleja: a) ya los padres estaban viejitos para el cuarto hijo b) mientras más sencillo el equipaje más se disfruta.

Como ya saben tenemos cuatro hijos: Lucas de 14 años, Gabriel de 6 años, Gabriela de 5 años y Federico de 1 año y 10 meses. Cumplen años Gabriela el 12 de abril, Lucas el 26 de abril, Federico el 31 de Agosto y Gabriel el 9 de septiembre, Gabriel todos los años pide cambiar su cumpleaños para abril porque septiembre está muy lejos y las fiestas de cumpleaños de sus hermanos no puede estar tan separada de su fiesta. Todos los años con mucha risa tenemos que explicarle que la fecha del cumpleaños no es posible cambiarla y el intenta toda clase de negociaciones para que el cumpleaños pueda celebrarse antes. Todo lo anterior se olvida el día de la fiesta de cumpleaños en septiembre.

EN EL MARCO DE LA CELEBRACION DE LOS 100 AÑOS DE FUNDACIÓN DE CAMP WOODSTOCK, YMCA, Y DEL OCTAVO AÑO DE TRABAJO COLABORATIVO DE DICHA INSTITUCION CON EL INSTITUTO DE DESARROLLO INTEGRAL LEONARDO DA VINCI DE SANTIAGO, SE ORGANIZÓ UN COMPARTIR PARA AGRADECER, DESDE EL DA VINCI A CAMP WOODSTOCK POR LAS BECAS A SUS ESTUDIANTES Y POR LA OPORTUNIDAD DE REALIZAR TRABAJO COMUNITARIO ENTRE JOVENES DE AMBAS INSTITUCIONES EN DISTINTAS COMUNIDADES DE NUESTRO PAÍS.

ASÍ MISMO LA YMCA RECONOCIÓ A LAS PERSONAS QUE SIRVIERON DE VÍNCULO PARA LOGRAR ESTA ACTIVIDAD QUE BUSCA FORJAR CONCIENCIA SOCIAL ENTRE LOS JÓVENES, ASÍ COMO TAMBIÉN AGRADECER A TODOS LOS COLABORADORES QUE HAN COMPARTIDO CON ELLOS LA RESPONSABILIDAD DE LA ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE TRABAJO COMUNITARIO.

LAS MISMAS SE HAN REALIZADO EN CONSTANZA, PUNTA RUCIA, FUSIMAÑA, LA YUCA-SANTO DOMINGO Y LA TORRE-LA VEGA.

100 YEARS

OF TRANSFORMING LIVES

809-734-1535

info@leonardo-da-vinci.edu.do

Carretera Don Pedro Km 1, Esq. Calle El Guano,
Santiago de los Caballeros, República Dominicana.

www.leonardo-da-vinci.edu.do