

BOLETÍN 163

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

SEMESTRE 2 / Miércoles 4 de diciembre del 2024

EDITORIAL

El Poder de AGRADECER lo que Tienes
Psicóloga Alicia Agreda

En diciembre celebramos el nacimiento de Jesús y mientras nos preparamos para el gran día, es cuando más tiempo compartes con tus seres queridos. Tener familia, amigos y personas que te quieren es un motivo para ser agradecidos y tomar estas bendiciones que la vida te ofrece.

Ser agradecidos como también la gratitud permite transformar tu vida y nuestras relaciones con los demás. La gratitud es la acción de reconocer y apreciar lo que tenemos en la vida. Es un sentimiento de agradecimiento hacia las personas, experiencias y hasta situaciones de nuestro día a día que nos hace sentir bien.

¿Qué pasa cuando somos agradecidos?

- Mejora tu estado de ánimo: Si agradeces, te sentirás feliz y contento porque reconoces lo positivo que tiene tu vida a pesar de los momentos difíciles, siempre hay algo por el cual agradecer.
- Nuestras relaciones se vuelven más fuertes: Si agradeces a tu familia y amigos por todo su amor y tiempo, el vínculo con ellos será más fuerte y tanto ellos como tú se sentirán valorados.
- Se incrementa tu bienestar físico y emocional: Ser agradecido hace que sientas menos estrés, ansiedad y hasta te permite dormir mejor. Así también, miramos la vida desde una mirada positiva.
- Mente positiva: Nos enfocamos más en lo que tenemos que en lo que nos falta, eso hace que te quejes menos. Además, pensar en positivo, atrae cosas buenas.

¿Cómo practicar la gratitud?

- Lista de gratitud: Cada día escribe o piensa en dos cosas por las que estás agradecido. Por ejemplo: el hecho de haber tenido un día tranquilo.
- Di “gracias” más seguido: Decir gracias es reconocer el apoyo que te dio una persona como también el agradecer el tiempo que esa persona te dedicó a ti.
- Reflexiona sobre lo que tienes: Piensa en lo que tienes para aprender a valorarlos más. Ejemplo: familia, amigos, tus talentos, tus logros, etc.
- Haz actos de bondad: No hay mejor forma de agradecer que devolviendo el favor. Si alguien te ayudó, te escuchó, estuvo para ti, sé también así con esa persona. No sólo quedas bien con la persona sino que te sientes bien contigo mismo.

Ser agradecido te convierte en una persona más humilde porque no todo depende de nosotros, a veces necesitamos el apoyo de los demás.

Anímate a ser una persona agradecida, practicarlos de manera diaria y verás que tu vida va a cambiar de muchas maneras. Te ayuda a lidiar y superar los momentos difíciles. Deja que la gratitud sea parte de tu vida y ¿Por qué no empezar hoy? Agradece lo que pasa en tu día a día, reflexiona y verás cómo cambia el curso de tu vida.



Google for Education
Reference School

We prepare for

Cambridge

English Qualifications™

ENTREGA DE CERTIFICADOS DE CAMBRIDGE

¡Nuestros estudiantes brillan en inglés! El 11 de diciembre a las 8:00 a.m., reconoceremos el esfuerzo y dedicación de nuestros alumnos de 5to y 6to grado que obtuvieron sus certificados Cambridge. ¡Un gran paso en su aprendizaje del idioma!



FÚTBOL MENORES

Felicitaciones al equipo de fútbol menores, mañana jueves jugamos la gran final vs el Colegio Claretiano Vamos SM.

CIERRE DE AÑO

Jueves 04:

8:00 Cierre Ingreso comentarios de tutores (5to a Vto.)
15:30 Consejo Promoción V

VISITA EIC

Este viernes 6 los estudiantes de Vto. año visitarán EIC.

DEVOLUCIÓN DE MATERIAL DIDÁCTICO

La devolución de los libros del Plan Lector se realizará durante el horario de clases desde el lunes 2 hasta el viernes 6 de diciembre.

En caso se devuelva un libro con otro código, este será asignado como devuelto a quien le corresponda. Apreciamos no quitar el forro, ni las etiquetas de los textos.

Miércoles 4 de diciembre

8:25	ID IIE
9:10	IIID 5B
10:05	IA
10:50	IIA 6A
11:50	IIIE IIB
14:00	IID
14:40	IIIA

Jueves 5 de diciembre

8:25	5E
9:10	IIIB
10:05	6E 5C
11:50	6D
13:15	IE
14:00	5A

Viernes 6 de diciembre

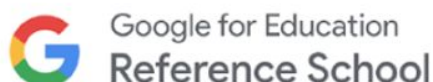
9:10	6C IB
10:05	IIC
12:30	6B
14:00	5D
14:40	IIIC

Martes 10 de diciembre

8:25	IVA
12:30	IVD
14:40	IVB

Miércoles 11 de diciembre

8:25	IVC
14:00	IVE



CONCURSO ORATORIA

Se invita hoy miércoles 4 de diciembre a las 8.30 a.m. a toda la comunidad educativa que tenga disponibilidad horaria a la gran final del Concurso de Oratoria 2024, donde se hará una muestra del dominio de la expresión verbal en relación a diversos temas de actualidad.

Estas temáticas abordan problemáticas del Perú y del mundo, y no solo darán a conocer el tema sino que además plantearán alternativas de solución. La final de esta actividad ha sido un proceso de evaluación con todos los alumnos de la promoción, donde como cierre de año pasan por un proceso de evaluación de las tres competencias : comprensión, redacción finalizando con la expresión oral o discurso.

Es importante recalcar que en esta final habrá un jurado calificador de primer nivel. Tenemos a Pablo Cateriano Llosa quien es magíster en Comunicación Corporativa por Northeastern University. Abogado por la Universidad de Lima. Tiene un diplomado en el Programa Estratégico Comercial de la Escuela de Posgrado de la UPC. Es profesor del curso Imagen Corporativa y Reputación en la Facultad de Comunicación de la Universidad de Lima. También contamos con la presencia de Daniel Macera Poli, Gerente de Comunicación Corporativa de Credicorp, empresa matriz del BCP, Yape, Joinnus, Pacífico Seguros, entre otras. Con más de 10 años de experiencia en el sector de las comunicaciones, ha laborado para importantes empresas como Backus, Scotiabank, Métrica y el diario El Comercio, en donde fue coordinador de la sección de Economía. También contaremos con la presencia de Jaime León Correa, Director Ejecutivo de la Red Educativa Marianista del Perú. Doctor en Administración Educativa, Licenciado en educación con más de 25 años de experiencia, de los cuales 18 años dedicado a la Gestión Educativa a través de la Dirección de Formación y Dirección general del Colegio San José Obrero Marianista.

Asistirán los estudiantes de Vto. año acompañados por el profesor de la hora quien es el responsable del traslado y acompañamiento.



Google for Education
Reference School

We prepare for

Cambridge

English Qualifications™