

APRENDIENDO JUNTOS

Revista especializada para familias



La elección de un buen
Pre-escolar

Cyberbullying

Créalo,
tiene consecuencias
emocionales.

Ser padres ahora, ¡vaya tarea!

Recetas Saludables

Con amor son más divertidas

La Lactancia

es Indispensable!

Ysabel Crespo Bejarán
Editora

Frida P. de Villamil - Gisela G. de Oriach
Redacción

Carmen Bejarán
Correctora de Estilo

Paula Vivanco
Diseño y Diagramación

Lusverlyn Arias
Asesora

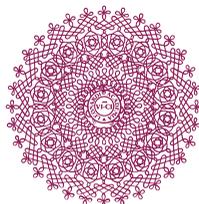
Carlos García
Fotografía Portada

Amanda Rosa / Lisa Jorge
Fotografías

Lic. Laura Acosta
Dra. Bielka Cabrera
Lic. Luz Marina Cortázar
Ysabel Crespo
Gisela G. de Oriach
Dra. Cristal Grullón
Equipo de Educación del Centro León
Dra. Delia Gutiérrez
Lic. Margarita Heinsen
Manuel Pablo Maza Miquel, S.J.
Frida P. de Villamil
Claudia Rivas
Familia Peña Reyes
Maternal Da Vinci
Colaboradores

Lic. Isaiás Medina
(Asociación Leonardo Da Vinci)
Arq. Amalia Moscoso
(APADAVI)
Lic. Irenarco Ardila
Lic. Ysabel Calderón
Lic. Yolanda Collado
Lic. Luz Marina Cortázar
Lic. Ingrid González de Rodríguez
Dra. Delia Gutiérrez
Dra. Raquelina Luna
Lic. Rosa Taveras
Lic. Rafael Emilio Yunén

Miembros del Consejo Editorial



Mensaje de la Editora



La revista “**Aprendiendo Juntos**” es un proyecto editorial especializado, sin fines de lucro, del Instituto de Desarrollo Integral Leonardo Da Vinci. Surge en el marco de su Trigésimo Aniversario como un aporte a la educación de las familias en la formación de los hijos en pleno siglo XXI.

Nuestro objetivo general es crear un instrumento que sirva de guía para ayudar a las familias de manera que la crianza en estos tiempos les resulte más efectiva y también orientarlas para que puedan fortalecer los valores en el entorno familiar. De ahí nace nuestro nombre y logo, el cual representa la unión entre padres e hijos. Esta es la clave para lograr un desempeño efectivo de los niños.

En esta primera edición abordamos temas como la importancia de los primeros años de vida de los niños. También tratamos asuntos relacionados con la nutrición, la importancia de la psicomotricidad y el cyberbullying, el cual cada día se hace sentir más por lo que debemos prestarle atención.

Agradecemos la disposición de todas las personas que colaboraron con nosotros en la preparación de esta primera edición de “**Aprendiendo Juntos**”. Especialmente a Doña Frida P. de Villamil y Gisela G. de Oriach quienes siempre han sido impulsoras en el área de la educación e idearon este proyecto educativo con el fin de orientar a las familias Dominicanas.

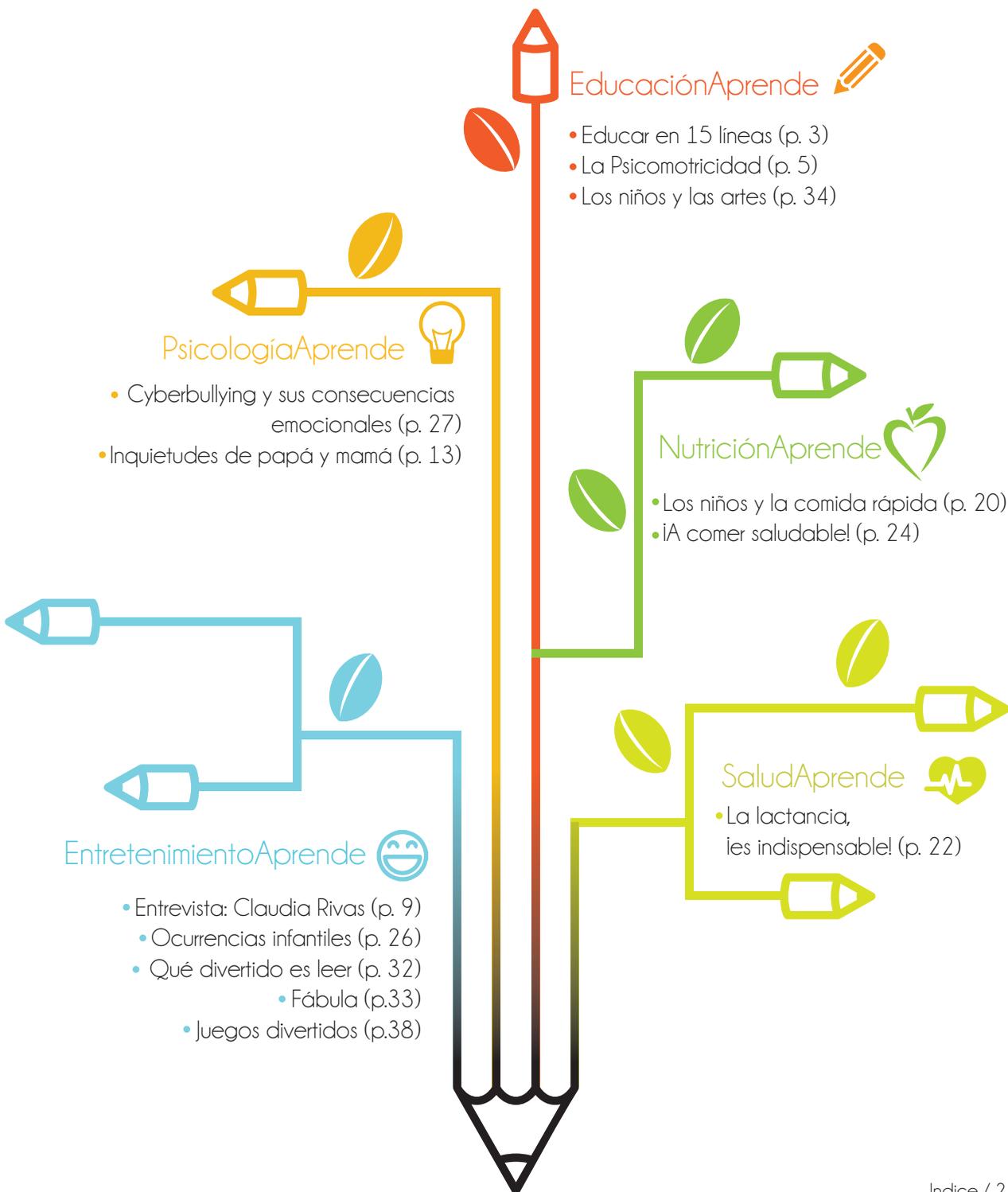
Esperamos que disfruten de esta nueva revista.
Hasta la próxima edición,

Ysabel Crespo
Editora



Enfoque Aprende

- Elementos y factores a tomar en cuenta a la hora de escoger un Pre-escolar (p. 16)

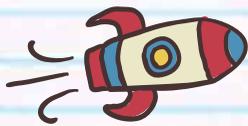


'La mejor manera de enseñar valores a tus hijos es con el ejemplo'





Educación en 15 líneas



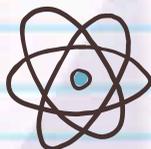
Manuel Pablo Maza Miguel, S.J.
mmaza@pucmm.edu.do

Hoy en día y siempre, la educación nos debe preparar y disponer a ser constructores de nuestra felicidad y la de los demás.

Ante los graves desafíos del mundo actual mencionados por el Papa Francisco en su Encíclica *el Gozo del Evangelio* (Nos. 52 a 75), sería un error limitarnos a formar mujeres y hombres competentes en su profesión. Necesitamos con urgencia hombres y mujeres creativos, capaces de construir nuevas formas de convivencia ciudadana en la que todos puedan participar original y responsablemente.

El reto de los jóvenes no es aprender a situarse bien y sacarse ventaja a la sociedad actual, sino transformarla en una sociedad más justa, más humana y próspera. Quien trabaje en educación, siempre padecerá la tentación de entregarse a los muchachos los mismos mapas que nos sirvieron hace años. ¡Pero esos mapas ya no sirven! El mundo ha cambiado.

Los mapas hacia una sociedad diferente los tienen que dibujar ellos y ellas. A nosotros los educadores nos toca enseñarles a mirar las mismas estrellas que orientan hacia la justicia, la seriedad y la solidaridad. Ésas siguen brillando por oscura que sea la noche.



Contamos con un mundo
de opciones para que te **montes**
con las **mejores Facilidades.**



Moca: 809-578-0162
Santiago: 809-581-0090
www.espaillatmotors.com

   @EspaillatMotors

Espaillat Motors
LA AGENCIA DEL PAÍS



La psicomotricidad: importancia para el buen desarrollo de los niños

Por: Lic. Laura Acosta

Psicóloga Infantil – Psicomotricista – Evaluadora Psicométrica

Especialista en Educación Inclusiva de niños y adolescentes con discapacidad

La psicomotricidad es una de las ciencias que se ocupa del desarrollo de la persona. Trabaja la relación entre el conocimiento, la emoción y el movimiento. Es decir, abarca todas las áreas que estructuran al ser humano: física, cognitiva, psíquica y social, tratando de enfocarse siempre en la concepción integral de cada individuo. Es una herramienta que posibilita la expresión y las relaciones con el mundo y los demás. También, es considerada como un apoyo psicológico a través del juego y del movimiento.

Para realizar esta práctica se debe tomar como base la educación vivenciada. Cuando se estimula al niño o niña para que se mueva con libertad se le está dando la posibilidad de **desarrollar** e integrar a su vida aspectos tan importantes como la expresión auténtica de su forma de ser, el establecimiento de relaciones y la comunicación con sus iguales. Esto se trabaja a partir de las necesidades de cada niño y niña en particular. Para lograrlo se deben elaborar estrategias que permitan sostenerlos, acompañarlos y orientarlos durante el proceso.

TIPS:

Actividades como: trepar, saltar, construir, derrumbar torres, crear personajes, esconderse, ser perseguido, deslizarse, desequilibrarse, permiten potencializar el desarrollo emocional de los niños y las niñas, y la prevención de dificultades.

Lo que se procura es responder a todas sus necesidades: **psicológicas, relacionales, motrices y cognitivas.**

En su programación se le debe dar un valor especial al desarrollo de la expresión a partir de la acción y del juego espontáneo.

Es recomendable realizar esta práctica en un espacio que proporcione seguridad y que esté estructurado de forma adecuada: "La sala de psicomotricidad". En este lugar se deben ofrecer las herramientas para que los niños y las niñas **desarrollen** sus habilidades motrices, vivan y superen sus miedos, experimenten el placer de sus conquistas, exploren su creatividad. Es importante recrear un ambiente en el que se sientan bien consigo mismos, se abran a la comunicación y a los demás, y obtengan su propia identidad, autoconfianza y autonomía.



3
años

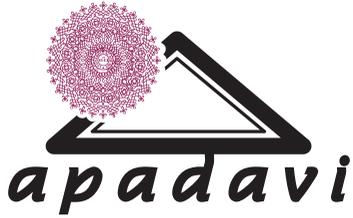
Formar un túnel con las sillas del comedor y hacer que gateen por debajo de ellas.

4
años

Lanzarse una pelota uno al otro sin que se caiga, el espacio entre ambos aumentará progresivamente.

5
años

Darse volantines sobre la cama, de preferencia, bajar el colchón a nivel del suelo. Colocar una soga extendida en el piso y que el niño dé saltos a cada lado alternando los pies.



"Todos los aprendizajes más importantes de la vida se hacen jugando en la primera etapa de vida (de 0 a 6 años). De aquí la importancia del juego en estas edades y el permitirles explorar en libertad."

Francesco Tonucci



 **CEPSA**
Tu mundo, más eficiente.



¿Y A TI QUÉ TE MUEVE?



Distribuye:
CASTALOSA, S. A.
Exportadores e Importadores
Santiago: 309.575.1942 • Santo Domingo: 309.237.1771
Para todo el país, sin cargo: 1.800.200.4000



Siempre cerca de tí

Nuestra experiencia y eficiencia en el servicio, nos ha colocado como una de las empresas distribuidoras de combustibles de mayor auge en el país.

The logo for Metrogas Flash features a stylized green and orange wave above the word "metrogas" in a bold, lowercase, sans-serif font. Below "metrogas" is the word "Flash" in a smaller, bold, uppercase, sans-serif font.

Autopista Duarte Km. 12.5, Santiago, Rep. Dom.
Tel.: 809 226 0202 • Fax.: 809 276 3232
www.metrogas.com.do





¿Cómo organizas tu tiempo para lograr cumplir con todas tus tareas?

Con una agenda! Es imprescindible para mí anotar todo lo que tengo pendiente, (son tres vidas simultáneamente que llevo) y luego de realizar el "to do list", tacharlo, esa es la mejor parte!



Claudia Rivas
Madre en el siglo XXI

¿Cómo buscas el balance entre tu vida de madre, esposa, mujer y profesional?

Soy de las que considera que si tú no eres feliz, no puedes hacer feliz a los demás. Por el hecho de ser madre no debes de descuidarte como persona ni dejar de hacer lo que te gusta porque después esas frustraciones se las pasas a tus hijos.

Para mí es importante llevar un balance donde haya tiempo para tu pareja, para el trabajo, para Dios, para los amigos, para tus hijos y para tí como persona. Esto se logra respetando cada uno de estos aspectos y asumiéndolos como importantes.



¡Hay tiempo para todo!

¿Cómo te organizas y logras establecer prioridades para dedicarles tiempo de calidad a tus hijos?

Mis hijos son mi prioridad, siempre pienso en ellos al organizar mis días, trato de que siempre estén en actividad. Para mí es muy importante pasar tiempo de calidad con ellos, trato de dedicarles tiempo durante el día, jugar con ellos, hacemos títeres, armamos rompecabezas, pintamos y el favorito de ellos "atrapar el pirata". Antes de dormir es mi momento predilecto, leemos cuentos y rezamos!

Un mensaje:

Todas somos súper mamás y amamos nuestros hijos con locura! Estoy muy orgullosa de todas las mamás que me rodean, las mamás de los compañeritos de mis hijos, mis amigas y mis primas. En verdad, que estos niños son afortunados de tener madres que se dedican y preocupan tanto por ellos. A veces se nos olvida decirles "bravo" o "buen trabajo" a las madres.



CONFESIONES

Dar es: *Entregar sin esperar.*

Claudia en una palabra: *Mamá.*

Ser madre es: *Mi mayor bendición.*

La familia es: *El más importante proyecto*

El amor es: *Al principio algo que surge pero con el tiempo, algo que se construye. Capaz de cambiar y enriquecer cualquier situación.*

Dios es: *Mi sustento.*

Tus hijos son: *La responsabilidad que me da recompensas a diario.*



DRA. DESIRÉE HIERONIMUS
ANTIAGING CENTER

C/ República Del Libano # 7, segundo piso.
Jardines Metropolitanos. Tel.: (809) 276-1649



**Camping
Tours** 

EDUCACIÓN
AMBIENTAL

809.583.3121



@campingtoursrd



Inquietudes de papá y mamá

Cuando mi hijo quiere algo y le digo que no, tiende a hacer rabietas y se lanza al suelo a llorar, ¿cuál sería la mejor disciplina para cambiar esta situación?

Una Madre Desesperada

Estimada Madre Desesperada:

Los programas de Disciplina Positiva, Disciplina Asertiva o bien, su enfoque terapéutico, Programas para la Modificación de Conductas han demostrado ampliamente su eficacia para el manejo del comportamiento social, escolar, y académico.

La acción determinante del adulto que acompaña al menor es: no retribuir la conducta, eliminando, en la medida de lo posible, comentarios, gestos, oferta de lo que pide. Actuar indiferente al hecho, alejarse del lugar donde ocurre el episodio y acercarse cuando el comportamiento haya terminado.

Para complementar este procedimiento te recomiendo lo siguiente:

1.

Establecer espacios personalizados de juego, diálogo o actividad diaria con el niño; sugiero 20-30 minutos cada día.

2.

Implementar los masajes, y música de relajación con el objeto de favorecer la relajación tónico-muscular.

3.

Hablar, conversar, dialogar acerca de todo, de lo tuyo y de lo de él. Enseñarle al niño que tú también puedes tener momentos de buen o mal humor y que no solo le ocurre a él.

4.

Las actividades artísticas y deportivas favorecen también la organización psicoafectiva.

Por: Dra. Delia Gutiérrez / Doctora en Psicopedagogía, Educadora / Concentración en Orientación.

La tecnología forma parte de esta nueva generación de niños, ¿a partir de qué edad se recomienda el uso de las tabletas en los niños y por qué?

Una Madre Cibernética

Estimada Madre Cibernética:

Cada día tenemos nuevas tecnologías que obligan a los seres humanos a desarrollar las destrezas para su manejo. Como no podemos aislarnos de los progresos tecnológicos es muy importante tener el control del uso adecuado.

La Organización Mundial de la Salud recomienda que los niños menores de 3 años no deben tener acceso a dichas tecnologías porque su cerebro está en formación y esto puede alterar

su desarrollo. En esta etapa deben adquirir las destrezas de socialización y las tabletas, celulares, etc, no les permiten dicho aprendizaje.

A partir de los tres años pueden utilizarlos para aprender canciones, ver videos, siempre y cuando los padres estén junto a ellos teniendo el control absoluto. No deben dejar a sus hijos solos con el uso de internet, por la seguridad del niño y su familia. Los niños más grandes pueden usarlos pero no más de una hora.

Por: Lic. Luz Marina Cortázar Uribe
Psicóloga Clínica Terapeuta Familiar
de Pareja MA.

Tengo un hijo de 3 años y medio pero no ha desarrollado un lenguaje claro, ¿a qué se debe?

Una Madre Preocupada

Estimada Madre Preocupada:

La adquisición y uso del lenguaje depende de las habilidades psicolingüísticas, de comunicación, receptivas y expresivas. Es difícil determinar su causa porque son múltiples las razones por las cuales tu hijo no ha desarrollado un lenguaje claro, como por ejemplo deficiencias sensoriales, trastornos neurológicos, discapacidades cognitivas o lingüísticas, o falta de estímulos adecuados. Te recomiendo lo siguiente:

- Realizar ejercicios y juegos, divertidos y amenos, de movimientos de la boca y la lengua, de imitación de gestos y muecas.
- Evitar en todo momento realizar expresiones faciales o comentarios peyorativos referentes a su expresión o lenguaje. Utilizar el método de devolver la oración construida correctamente.
- El lenguaje está estrechamente vinculado con la relación y la comunicación con los demás.
- Utilizar siempre un lenguaje afectivo que incentive a responder y a aprender a organizar las ideas propias. El lenguaje y el habla se aprenden del medio cultural y lingüístico que rodea al niño.
- Preguntar a tu pediatra si considera que tu hijo pudiera tener algún problema, y consultar a un fonoaudiólogo si fuere necesario.

Por: Dra. Delia Gutiérrez / Doctora en Psicopedagogía, Educadora / Concentración en Orientación.



APRENDIENDO JUNTOS

Si tienes algo que decirnos, alguna inquietud, quieres participar como colaborador y/o patrocinador en **Aprendiendo Juntos** envíanos un correo a

info@aprendiendojuntos.do

RESIDENCIAL

JOEL ARTURO V

**SEPRE CON
RD\$25,000**



Piscina | Portón Eléctrico | Proyecto Cerrado
Área social con gazebo | Parqueo para visitas

Caraterísticas Apartamentos

- Sala
- Comedor
- Cocina
- 3 habitaciones
- 2 baños
- Parqueo
- Área de lavado



DESDE RD\$1,850,000



INMOBILIARIA JC

C/ República del Líbano, Galerías Alicia,
3^{er} Nivel, Jardines Metropolitanos, Sgo, R.D.
Tels.: 809-241-4854 | Cel.: 809-820-7972
Teléfono en **USA 917-503-4374**
ventasinmobiliariajc@gmail.com

www.inmobiliariajc.com.do



Elementos y factores a tomar en cuenta a la hora de escoger un

Pre-escolar

Por: Lic. Margarita Heinsen Guerra, M.A
Presidenta Didactica Srl

Seleccionar el centro educativo para nuestros hijos provoca muchas veces ansiedad y preocupación en nosotros los padres. Lo primero que debemos saber es que no todos los centros educativos son para todos los niños ni para todas las familias. El que funciona para unos, no necesariamente es el ideal para otros. En este proceso es importante identificar el programa educativo que responda a las necesidades e intereses reales de nuestro hijo o hija. Se han establecido criterios para determinar si un centro de nivel inicial es de calidad. A continuación algunos de ellos:



1.

Un ambiente y un espacio seguros y apropiados, pero no sólo desde el punto de vista físico, sino también en el aspecto socio-emocional.



3.

Perfil del director y equipo de educadores: La formación y actitud del director y de los educadores es fundamental para el logro del desarrollo y del aprendizaje esperados.

2.

La filosofía: Es importante que nos identifiquemos con la misión, visión y con los valores del centro educativo. Los mismos deben evidenciarse en todo momento y en toda actividad.



4.

Cantidad de niños por aula: Es importante que sea adecuada y que cumpla con los estándares establecidos.

5.

Interacciones positivas y buen trato: Las interacciones con adultos son muy importantes en esta etapa por lo que el niño debe ser bien recibido y tratado con respeto y cariño, tomando en cuenta sus derechos y características.



6.

Un programa de disciplina con pautas claras sobre el manejo de conductas y del comportamiento, así como de situaciones que se presenten.

7.

Un programa educativo apropiado para niños pequeños se enfoca en el desarrollo de todo su potencial, ofreciendo oportunidades y experiencias significativas, retando sin forzar ni frustrar, pero sí respetando el ritmo de cada uno y apoyando sus logros en un ambiente de aceptación.



8.



Planta física:

El ambiente de un centro educativo es mucho más que el espacio físico, el mobiliario y los recursos. Es muy importante contar con una buena iluminación, unas aulas espaciosas, unas instalaciones sanitarias apropiadas para las edades de los niños, con espacio exterior que permita el juego libre y el contacto con la naturaleza, así como con recursos y materiales que permitan las experiencias directas y concretas. Pero hay otros componentes del ambiente que no necesariamente son tangibles y que deben ser tomados en cuenta por su importancia.

Para explicar mejor estos otros aspectos del ambiente, planteamos unas preguntas:

1.

¿Qué se respira y qué se siente al llegar al centro educativo?

2.

¿Cómo se siente el niño y qué hace en este lugar?

Es muy importante que el niño y su familia sientan que son bienvenidos, que son valorados como miembros importantes del centro. Esto se evidencia en el saludo de todos los que laboran en el lugar, en las sonrisas, en el tipo de interacciones y relaciones que se dan cada día. Se pueden ver murales con informaciones para padres, fotos de los niños en las aulas, así como sus nombres y producciones. En fin, el espacio invita a quedarse, a participar, a colaborar.

El orden y la limpieza son otros aspectos fundamentales que deben ser tomados en cuenta al momento de pensar en un ambiente apropiado para niños pequeños. Los juguetes y el mobiliario deben estar en buenas condiciones. Se debe verificar que no representen un riesgo para la salud y el bienestar de los niños. Un ambiente ordenado facilita el buen desenvolvimiento de las actividades. Los niños deben participar en el cuidado y en la organización de su espacio.

Las rutinas y procedimientos son fundamentales.

Es necesario contar con un horario apropiado que le dé seguridad al niño, permitiéndole saber lo que van a hacer y prepararse antes de cada actividad o momento. Los procedimientos se implementan y se evidencia que todos cumplen con lo esperado.

Lo que hacen los niños en el centro refleja lo que están aprendiendo y desarrollando. En esta etapa esperamos ver niños explorando, jugando y descubriendo junto a los demás con límites apropiados. Un ambiente rígido, en silencio y donde no se responde a la curiosidad y a las necesidades y características propias de esta etapa, no es el mejor.

Al visitar un centro, escuchemos nuestra voz interior que nos dice si verdaderamente es un lugar donde nuestros hijos serán felices y donde podrán desarrollarse y aprender. Determinemos si el programa responde a nuestras expectativas y si comparte nuestros valores. Observemos el comportamiento de todos, así como los mensajes que se envían a través de la disposición del espacio, su condición y la información disponible.



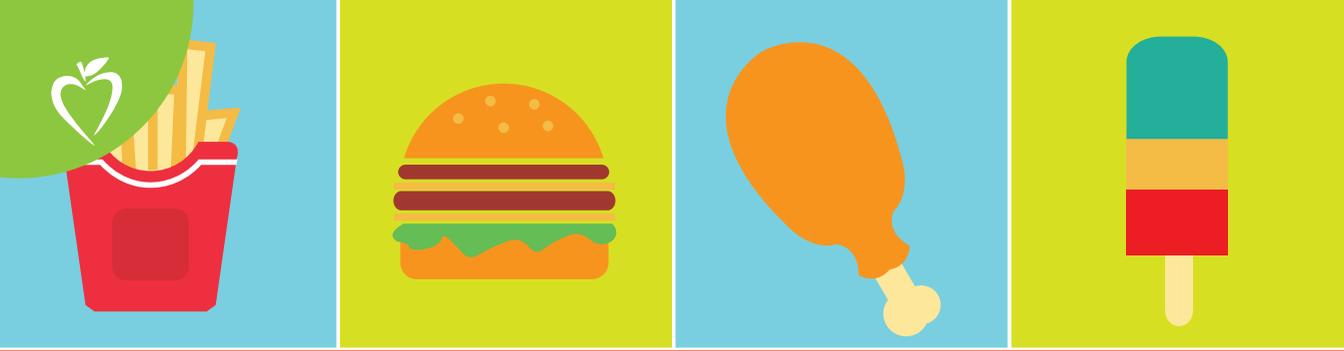
LA EDUCACIÓN
ES LA **CLAVE**
PARA SOBREPASAR
FRONTERAS.



NUESTROS PRODUCTOS Y SERVICIOS,
SOLUCIONES PARA TUS PRÓXIMOS
GRANDES PASOS.



www.acap.com.do     @ACAPdom



Consecuencia de la comida rápida en los niños



Por: Dra. Bielka Cabrera
Bariatra y Nutrióloga Clínica -Dietista

El ritmo acelerado de vida que llevamos hoy ha provocado cambios en nuestros hábitos alimenticios. Es esta rapidez la que muchas veces nos lleva a escoger opciones “rápidas y cómodas” para alimentar a nuestra familia. Productos atractivos en sabor y colorido como hamburguesas, hot dogs, batidos y malteadas, papas fritas a la francesa, aros de cebolla, pollo frito, pizza, son parte de la alimentación diaria de muchos de nuestros niños. Sin embargo, no nos damos cuenta de lo poco variada y **desequilibrada** que es esta “dieta”.

La comida rápida es muy popular entre niños y padres en esta época, pero aún en sus intentos de “hacerla más saludable” agregando porciones de frutas o jugos, siguen siendo “alimentos” altos en grasas y sales que **dañan** la salud de nuestros hijos. Una de las mayores adversidades que nos ha regalado este tipo de “alimentos” es la obesidad infantil. Las cifras mundiales que dan cuenta del crecimiento de este mal son alarmantes.



¿Cuáles son las razones por las que debemos evitar que nuestros hijos coman con regularidad estas comidas?

1. Las irregularidades en la composición e ingredientes que se usan en su preparación.

2. La cantidad de grasas saturadas que contienen estos productos.

3. El exceso de aditivos empleados en su preparación, tales como conservantes y colorantes.

4. La proporción excesiva de azúcares simples que contienen.

5. La cantidad de sodio y sales diversas adicionadas.

6. El aporte insignificante de fibras o de algún otro tipo de nutriente como vitaminas o minerales.

7. Su elevadísimo aporte calórico por comida o período alimenticio.



PINTEREST.COM

Todo esto, ¿qué consecuencias trae a la salud?

- Sobrealimentación.
- Mal nutrición.
- Enfermedades cardiovasculares con aumento de niveles de colesterol, y triglicéridos.
- Altas incidencias de diabetes.
- Estreñimiento por el bajo aporte en fibras y el no consumo de alimentos como vegetales y frutas.
- Caries por las cantidades excesivas de azúcares.
- Problemas digestivos.
- Alteración al sentido del gusto por las altas dosis de sal y demás aditivos en los alimentos que generan aumento en el apetito.

La frecuencia en el consumo de este tipo de "comida" es lo que puede afectar la **salud**, a corto o largo plazo. Ingerirla de manera esporádica no causará daños importantes pero como padres responsables de la alimentación y el bienestar de nuestros hijos, siempre debemos estar alerta y controlar qué comen y en qué proporción. También es importante educarlos desde pequeños para que tomen conciencia acerca de qué es una alimentación sana y de sus beneficios, además de que es fundamental predicar con el ejemplo.



TIPS:

Evita llevar a tus niños a restaurantes donde solamente vendan comida rápida. Cuando hagas planes de comer fuera de

casa, ofréceles opciones de comida saludable y combina la salida con llevarlos al parque, al cine o a jugar.



La lactancia: no pierdas la confianza en tu capacidad para amamantar

Por: Dra. Cristal Grullón
Pediatra - Neumóloga

La leche **materna** proporciona al bebé todos los elementos nutritivos que necesita los primeros 4 a 6 meses de vida. Aporta, además, anticuerpos, hormonas, antioxidantes, factores inmunitarios. Con el restablecimiento de la jornada laboral de la madre surgen inconvenientes que afectan la práctica exitosa y que en muchos casos pueden llevar al abandono de la misma.



<http://www.bet.com/>

Algunas sugerencias encaminadas a prolongar el tiempo de lactancia:

- Amamantar al bebé antes de salir de casa y al regresar tantas veces como él lo requiera.

- Durante las horas en el trabajo extraer manualmente la leche mínimo dos (2) veces en una jornada de ocho (8) horas. **Almacenarla** en recipientes adecuados y refrigerarla. Luego, la persona que esté a cargo del bebé podrá dársela en ausencia de la madre.

Muchas madres se hacen la siguiente pregunta:

¿Afectará el estrés laboral mi producción de leche?

La respuesta es sí. El estrés laboral y la falta del estímulo de la succión por el bebé disminuyen considerablemente la producción de leche y en algunos casos la inhibición total de la misma. Por lo tanto, es importante aprovechar al máximo el período de licencia por maternidad para **amamantar** lo mejor posible al bebé.





Welcome to MIAMI the #2 USA City
with the Most Start-Up Activity
(Tech.con / Kauffman Report).
Two FUN interactive
weeks were you'll Live,
Learn and Launch
your own Venture!



JUNE 12th - 25th • 2016

Come with an Idea; Discover your Passion
and you'll return home an Empowered
Innovator, Entrepreneur and Leader!

Florida International University
#8 in international business programs
(U.S. News & World Report's Best American Colleges)

For more information:



A COMER SALUDABLE

FOTOS: PINTEREST

Vegetales y dip

Zanahorias, brócoli, pimientos morrones rojos, amarillos o verdes, apio, y utilizar un dip como el humus, o un aderezo para ensalada bajo en calorías.



Pan pita sorpresa

Corta pan pitar mitad y rellénalo con queso mozzarella, jamón de pavo, zanahoria rallada, pepino o algún otro vegetal de su preferencia.



TIPS:

Si tiene niños de 4 años en adelante, en la tarde o minutos antes de acostarse estos pueden ayudar a su mamá a preparar su lonchera o su merienda para el otro día.

Pizza hecha en casa

Queso mozzarella, salsa de tomate, pan pita, y con algunos vegetales pueden hacer una carita feliz. Agregarle el ingrediente de su preferencia y llevar al horno.



Frutas sumergidas en yogurt

Frutas variadas cortadas (bananas, melón, manzanas, peras, mangos).

Yogurt de vainilla o del favorito del niño para sumergirlas.

Dip de aguacate

- Un aguacate entero.
 - $\frac{1}{4}$ cucharada de sal.
 - Una cucharada de agrio de limón.
- Mezclar todo y comerlo con sus vegetales favoritos.



Jugo en la jungla

Leche, jugo de uva y banana y mezclar todo en la licuadora.





<http://parents.kernhigh.org/report-cyberbullying/>

Cyberbullying y sus consecuencias emocionales

Por: Lic. Luz Marina Cortázar U.

Psicóloga Clínica- Terapeuta Familiar y de Pareja. MA

El Bullying consiste en un tipo de acoso que se origina cuando de forma intencionada se causa un daño, se hiere o incomoda a otra persona (OLWEUS, 1986). Ocurre entre pares, es decir entre niños, niñas o adolescentes de edades iguales.

El ciberbullying se produce a través del internet, de los teléfonos móviles, video juegos, en fin a través de las TIC (Tecnología de la Información y la Comunicación).

El objetivo es causar **daño** psicológico. Incluye chantajes, insultos de un niño a otro. Como ya dijimos, se da exclusivamente entre pares; si se involucra un adulto, estaríamos frente a otro tipo de ciberacoso.

Se puede producir mediante la realización de actos diferentes, por ejemplo, cuando se suben fotos comprometedoras, ya sean reales o manipuladas, que puedan perjudicar a un niño, niña o adolescente. También cuando se realizan votaciones o se crean perfiles falsos para denigrar su persona. Las amenazas y la persecución a través de las redes constituyen otro tipo de ciberacoso.



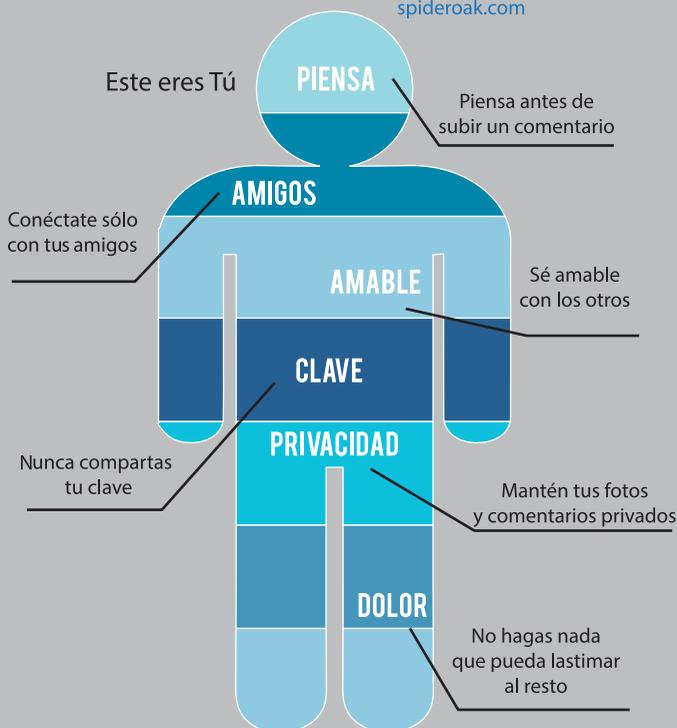
Las consecuencias que se derivan de esta práctica virtual suelen ser similares a las que se producen en una persona cuando ha sido **abusada**. Sus víctimas pueden desarrollar trastornos de ansiedad, depresión, lesiones en su autoestima. Además, suelen ser rechazados, y pueden llegar a ser víctimas de grooming, nombre técnico que se ha asignado al abuso sexual virtual.



<http://keyloggers.mobi/cyber-bullying-statistics/>

safebook

spideroak.com



La mejor forma de proteger a niños, niñas y adolescentes contra las **amenazas** derivadas de la tecnología es educándolos para que sepan que están expuestos a esos peligros. Es importante que aprendan a poner límites en todo momento; que ellos mismos se respeten y desarrollen la capacidad para exigir respeto personal y respetar a los demás. Otro factor importante es el fomentar una comunicación efectiva dentro del núcleo familiar. Esto permitirá una relación de padres e hijos fundamentada en la confianza y así acudirán a ellos cuando se sientan acosados o irrespetados. Otra herramienta importante que los ayudará a protegerse es la estimulación constante de la autovaloración y, por consiguiente, el fortalecimiento de su autoestima. Es necesario que padres, maestros o tutores tengan conocimiento de este tipo de abuso y desarrollen estrategias articuladas, reflexiones y compromiso entre la familia, la escuela y la comunidad.

TIPS:

Los padres deben guiar y supervisar el uso de los medios electrónicos para evitar que sus hijos suban información o fotos a redes sociales y que otros niños puedan usarla para perjudicarlos.

 **Super FARMACIA**
Rachelle

SERVICIO A DOMICILIO

Av. 9 Llanos de Gurabo, Plaza Jardines 3 Mod. 1
809-734-0252 / 0152  **1-809-734-0152**

Carretera Don Pedro #21, Santiago, R. D.
809-276-7333 / 7334  **829-944-1799**
superfarmaciarachelle@hotmail.com

Abierto los Domingos y días feriados en horario:
de 8:00 AM a 4:00 PM



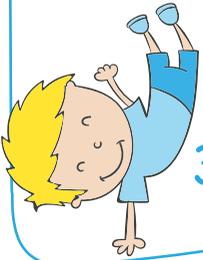


Ocurrencias Infantiles

1. ¿Quién es el jefe en tu casa?
2. ¿Por qué tu mami se casó con tu papi?
3. ¿Cuál es la diferencia entre tu mami y tu papi?

EMILIO- 4 años

1. Mi papá, porque él tiene una correa.
2. Porque mi papi le dio un anillo.
3. Que no tienen la misma pijama.



STEPHANIE- 4 años

1. Mi papá porque él arregla todo.
2. Porque se querían dar un besito.
3. Que mi mami cocina papas y mi papi cocina huevos.



AMELIE- 4 años

1. Mi papi, porque cuando no hay nadie en la casa él cocina.
2. Porque tal vez ella quería.
3. Que mi mami tiene vestido y mi papi no.



GAEL- 4 años

1. Mi papá, porque él manda en todo.
2. Porque son una buena pareja.
3. Que mi papi tiene barba y mi mami no.



SANTIAGO - 4 años

1. Mi papá porque es ingeniero.
2. Porque son grandes.
3. Que tienen diferentes tamaños.



MIGUEL ANDRÉ- 4 años

1. Mi mami porque es más grande que papi.
2. Porque querían tener un hijito.
3. Mi mami dá hermanitos y mi papi trabaja





CALIDAD Y SEGURIDAD PARA SU TRANQUILIDAD

FABRICANTES DE PUERTAS ENROLLABLES

EMILIO PRUD'HOMME, NO. 60

SANTIAGO, REP. DOM.

TELÉFONO: (809) 247-0101

E-MAIL: DIPLANROLLINGDOORS@HOTMAIL.COM



QUÉ DIVERTIDO

ES LEER

“Es mejor saber cómo aprender que saber”



Hats Off TO Dr. Seuss™

“No llores porque terminó. Sonríe porque ocurrió”

“Hoy fue bien. Hoy fue divertido. Mañana es otro día”

Theodor Seuss Geisel (Springfield, Massachusetts, 2 de marzo de 1904 - San Diego, California, 24 de septiembre de 1991) fue un escritor y caricaturista estadounidense, más extensamente conocido por sus libros infantiles escritos bajo su seudónimo, Dr. Seuss. Publicó más de 60 libros para niños, que a menudo se caracterizan por sus personajes imaginativos, rimas y el uso frecuente del contador de trisílabas.

Cuando camines, hazlo con tacto y cuidado. Y recuerda que la vida es un gran acto de equilibrio

Una persona es una persona, no importa lo pequeña que sea.

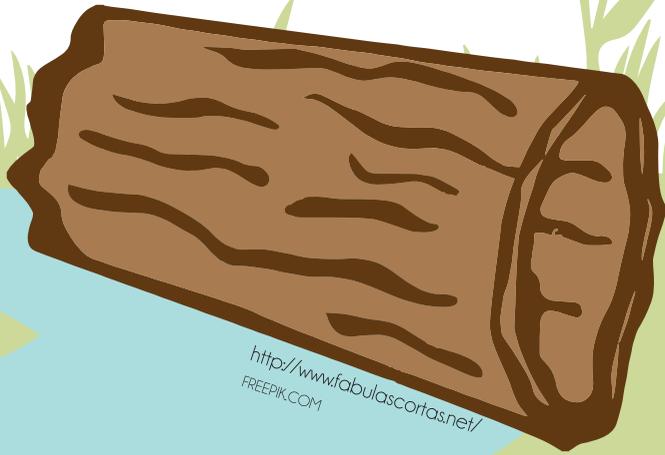
“Desde aquí hasta allí y desde allí hasta aquí, las cosas divertidas están en todas partes”

TIPS: Leer a los niños en la cama antes de dormir, les ayuda a dormir más fácil y más temprano. Es muy importante poner la lectura como parte de la rutina a los niños.



Fábula: Las Ranitas y el Tronco Tallado

Había una vez una familia de ranitas que vivía en un lago, pero sentían mucho miedo por un tronco tallado que se veía en la orilla del lago. Las ranitas les gustaba mucho las fiestas, eran muy divertidas, pero sentían mucho respeto por el tronco.



<http://www.fabulascortas.net/>
FREEPIK.COM



En muchas oportunidades no hacían fiestas para no hacer tanto ruido y no molestar al tronco. Ellas pensaban que el tronco era un monumento de alguna tribu que ya no habitaba en ese lugar, pero como no se atrevían a acercarse a él para ver bien de qué se trataba, solo podían suponer y mirar de lejos su rostro serio que inspiraba autoridad.

Un día muy tormentoso con horribles truenos, el tronco cayó al lago y en ese instante las ranitas pudieron ver que era solo un tronco tallado que no podía hacerles daño. Al darse cuenta de eso comenzaron a reírse de los temores por los que habían pasado y comenzaron a jugar con él.



Moraleja: lo que por ignorancia
atemoriza, a veces es solo
digno de risa.





Los pequeños de la casa ante la enseñanza de las artes



Por: Equipo de Educación del Centro León

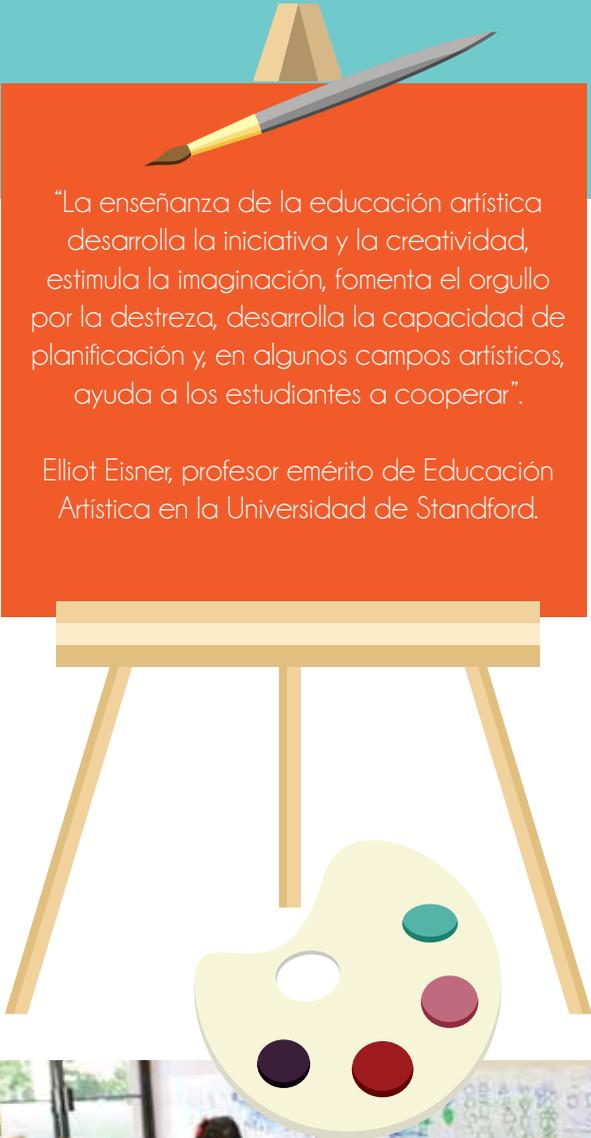


“La enseñanza de la educación artística desarrolla la iniciativa y la creatividad, estimula la imaginación, fomenta el orgullo por la destreza, desarrolla la capacidad de planificación y, en algunos campos artísticos, ayuda a los estudiantes a cooperar”.

Elliot Eisner, profesor emérito de Educación Artística en la Universidad de Stanford.

En un mundo cada vez más globalizado, donde todos los días se presentan nuevas exigencias y demandas sociales, la **educación** se convierte en un elemento clave para hacer frente a las diversas problemáticas contemporáneas. Desde el punto de vista de los más pequeños, la educación se constituye en una herramienta **fundamental** para, a través de la investigación en metodologías innovadoras, así como de diversos procesos de enseñanza-aprendizaje, formar individuos que no solo sean capaces de enfrentar los retos del mundo actual, sino sobre todo de transformar y crear sociedades más justas, democráticas e igualitarias.

Es por ello que el Centro León busca potenciar la **creatividad** en sus públicos desde edades tempranas, a través de una serie de programas educativos destinados a los más pequeños de la casa, en la aspiración de fomentar una educación integral con la ayuda de las mediaciones artísticas y culturales.



Tapizarte

HOME DESIGN



 809.241.5011

 tapizarte@hotmail.com



ORGANIZACIÓN PARA EL FOMENTO Y DESARROLLO DEL PENSAMIENTO



25 AÑOS

La Organización para el Fomento del Desarrollo del Pensamiento Internacional (OFDP) es una organización internacional no gubernamental y sin fines de lucro. Fundada en Puerto Rico en 1990, actualmente cuenta con una Oficina y Dirección Internacional, así como sedes nacionales y capítulos regionales en Puerto Rico, República Dominicana, México, Cuba, Colombia y Haití.

La misión de la OFDP es promover iniciativas de reforma e innovaciones educativas orientadas a la emancipación para el desarrollo humano pleno, autónomo y solidario, tanto en el plano individual como en el colectivo, mediante la creación de una nueva cultura educativa. Para el logro de su misión y en el marco de su filosofía, la OFDP cuenta con una nutrida membresía y lleva a cabo o apoya mediante recursos de reconocida cualificación:

- Proyectos de investigación y acción.
- Encuentros nacionales e internacionales de diálogo, reflexión y acción colaborativa.
- Programas académicos mediante convenio con universidades.
- Asesoramiento a proyectos de reforma e innovación de instituciones educativas.
- Seminarios y talleres de formación profesional de los docentes.
- Publicación de materiales educativos mediante su Editorial Biblioteca del Pensamiento Crítico.



Al cumplir sus 25 años de existencia, la OFDP cuenta con una rica experiencia de producción de ideas y de prácticas educativas que son reconocidas por su sólida fundamentación científico-filosófica, su compromiso social, su pertinencia para las necesidades de educadores y educandos y por su calidad académica.



ESTADO LIBRE ASOCIADO DE
PUERTO RICO
DEPARTAMENTO DE ESTADO



Cooperativa San José, Inc.



Tu mano amiga de siempre



Un préstamo
para cada necesidad



Ortiz & Comprés

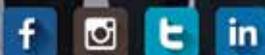
Abogados • Consultores • Notarios

- Derecho Civil
- Derecho Laboral
- Derecho Comercial, Societario y Corporativo
- Derecho Penal
- Derecho de Familia
- Derecho de las Telecomunicaciones
- Derecho Fiscal
- Propiedad Intelectual
- Propiedad Inmobiliaria
- Seguros y Banca

- Mediación
- Arbitraje
- Conciliación
- Negociaciones
- Asistencia en Inversión Extranjera
- Migración
- Adopciones
- Notarios Públicos
- Consultorías en cada una de las áreas de servicio

809.226.3274

www.ortizcompres.com





Traba tu lengua con un trabalenguas

Las retahilas y trabalenguas tienen una importancia vital en el desarrollo psicolingüístico de los niños. Ayudan a trabajar su concentración, y algo muy importante, les ayuda a ejercitar la lengua para pronunciar con corrección. Las retahilas están constituidas por una sucesión de acciones o una enumeración

de objetos. Los trabalenguas consisten en una serie de palabras, frases u oraciones que se caracterizan por tener, entre sí, una sílaba igual o similar que dificulta su pronunciación.

Tarantín, tarante

Por: Floria Jiménez

Tarantín, tarantén,
tarante,
caminando hacia adelante.

Tarantín, tarantín,
tarantillas
caminando de puntillas.

Tarantín, tarantín,
tarantón
caminando de tacón.

Me han dicho que he dicho un dicho
y ese dicho no lo he dicho yo.
Porque si lo hubiera dicho
estaría muy bien dicho
por haberlo dicho yo.



Corazón de chirichipá,
ojos de chirichipén,
tú que me has chirichipado,
desenchirichípame.

C	O	R	A	Z	O	N	B	D
T	R	I	A	N	G	U	L	O
H	E	G	J	H	U	L	G	K
W	C	Q	R	U	B	H	N	D
F	T	R	O	M	T	E	E	G
S	A	K	M	F	R	S	O	C
G	N	O	B	N	M	T	I	U
L	G	P	O	B	Q	R	C	A
P	U	R	R	N	Z	E	X	D
V	L	J	S	D	S	L	N	R
Y	O	V	A	L	O	L	U	A
F	L	A	C	N	S	A	P	D
Y	S	C	I	R	C	U	L	O



Cuadrado



Rectángulo



Ovalo



Triángulo



Estrella



Corazón



Círculo



Rombo

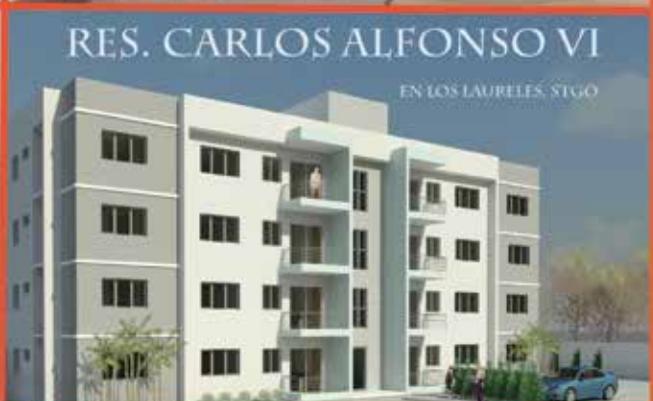
Sopita de LETRAS

Las Formas

P *olanco*

ROMANO

INGENIEROS - ARQUITECTOS
DISEÑOS - CONSTRUCCIONES



Polanco Romano y Asoc. SRL



polancoromano@gmail.com



Urb. El Portal, No. 4, Cerca de Price Smart



809-581-3199 • 809-545-0338



Instituto de
Desarrollo Integral
Leonardo
Da Vinci

Presentes en todas
las **etapas** de su **vida**



*Enfocados en lograr que cada alumno
desarrolle su máximo potencial humano,
desde el nivel inicial.*

Carretera Don Pedro, Esq. Calle El Guano, Km. 1, Santiago. Rep. Dom.
Tel.: 809-734-1535

www.leonardo-da-vinci.edu.do



ildvinci