

Mateo



Profesores 2.0: Cinco tips para enseñar desde casa exitosamente

FONOINFANCIA CUMPLE 20 AÑOS BRINDANDO APOYO A FAMILIAS



**Reconectando la historia de Chile:
Pueblos indígenas de nuestro país**

Mateo de aconseja:

5 BENEFICIOS QUE APORTAN LOS ABUELOS A LA INFANCIA DE SUS NIETOS



Estar con los abuelos durante la infancia tiene múltiples beneficios. No solo les transmiten sabiduría y experiencia sino que también les aportan tranquilidad y estabilidad. Además los abuelos también se enriquecen al estar en contacto directo con los hijos de sus hijos. Os contamos todos los aspectos positivos de esto.

1. Equilibrio emocional

Si un nieto mantiene una relación habitual con sus abuelos, se beneficiará de su fuerte vínculo afectivo. Estos contribuyen en la creación de relaciones saludables con personas de otras generaciones. Les ayudará a mantener su equilibrio emocional al sentirse protegidos y considerados. "Un abuelo puede servir como un modelo para aprender cómo hacer frente a la adversidad y las dificultades en la vida, señala Dan Kindlon, un conocido psicólogo infantil autor de Raising Cain: Protecting the Emotional Life of Boys. Los abuelos ayudan a los nietos a fomentar la resiliencia y a aprender a sobreponerse en situaciones difíciles como el divorcio de los padres o una enfermedad de un familiar.

2. Una relación siempre positiva

Estos comparten la vida con sus nietos influyen positivamente en sus valores y comportamientos. "Es de gran importancia la relación entre padres y abuelos para mantener las relaciones positivas intergeneracionales. También lo es la asociación positiva, la frecuencia de contacto y la realización de actividades de acompañamiento como conversar, pasear, visitar a familiares y amigos, discutir y tomar decisiones importantes", concluye el estudio realizado por la Universidad de Valencia y Kent State University.

3. Diversión garantizada

La mayoría de los abuelos presentan su cara más lúdica y divertida con sus nietos. Lo que no han podido disfrutar en su juventud o

con sus hijos debido a sus obligaciones laborales, lo intentan hacer con ellos. Les encanta llevarlos a pasear por el parque, ir a ver una película infantil o a una obra de teatro, así como enseñarles todas las cosas de su época, como la petanca, el diábolo o el dominó. Además de ser una experiencia enriquecedora para los niños y jóvenes de cualquier edad, les ayudará a desconectar de la tecnología y conocer otros puntos de vista.

4. Un ejemplo a seguir

Los abuelos suelen ofrecer a sus nietos un modelo a seguir en su vida actual y futura. Dan testimonio de su experiencia, de una vida de trabajo y de apoyo a la familia. Además se suelen convertir en sus cuidadores y sus confidentes. Los escuchan y los animan a trabajar y a esforzarse para conseguir resultados positivos para que estos sientan, además, que tienen un hogar seguro y estable en el que pueden desarrollar todas sus habilidades.

5. Una relación doblemente beneficiosa

Los abuelos que tienen una estrecha relación con los nietos suelen padecer menos depresiones, según han observado los investigadores de un estudio del Instituto sobre el Envejecimiento de la Universidad de Boston realizado entre 376 abuelos de unos 77 años y 340 nietos de 31. Por lo que el beneficio es mutuo. Además, los resultados muestran que una buena relación entre ambos influye en el bienestar psicológico de los nietos hasta bien entrada la edad adulta.

"Todos los niños deberían poder disfrutar de sus abuelos y todos los abuelos deberían tener nietos, porque en estas dos épocas de la vida, la seguridad y el afecto que estos se dan son imprescindibles para ellos. Los niños revitalizan y rejuvenecen a sus abuelos haciéndolos más activos y felices porque vuelven a sentirse necesarios, cuando no imprescindibles", señala un experto.

Efemérides:



Año 1921

25 de Junio

Muere a los 80 años Daniel Oliva, uno de los más importantes exploradores del desierto chileno y productor del primer cargamento de salitre que se exportó. Fue regidor, alcalde y diputado por Taltal, además fundó el hospital de esa ciudad. Si bien, nació en San Felipe, V Región, sus últimos días los pasó en Los Andes dedicado a la agricultura, en donde desarrolló grandes obras filantrópicas.

JUEGOS TRADICIONALES PARA RECUPERAR EN FAMILIA

CONSEJOS MATEO:

Aunque existen una infinidad de opciones de juegos tradicionales, hemos seleccionado nueve propuestas que, si todavía tus hijos no las conocen, debes enseñárselas. ¡Y a pasarlo en grande!

1. EL PAÑUELO

Es uno de los juegos tradicionales para niños al que todos hemos jugado. En él, hay dos equipos, un árbitro y un pañuelo. Esos son todos los elementos que se necesitan para este juego tradicional donde los reflejos y la velocidad de los contrincantes darán la victoria a uno u otro equipo. Un entretenimiento que no tiene edad y en el que toda la familia puede participar. ¡Muy divertido!

2. LA RAYUELA

A todos les encanta este juego de destreza y equilibrio, en el que debemos lanzar la piedra al número que corresponda cada vez

(hay diez casillas) y saltar a la pata coja por nuestro «tablero» sin pisar, justamente, la casilla donde está la piedra. Sin duda, es uno de esos juegos tradicionales para niños por el que no pasan los años, y muy sencillo de realizar. Tanto que solo se necesita un tiza y una porción de asfalto o suelo. Muchos colegios lo están recuperando y pintan en sus patios este juego con el que se entretenían nuestros abuelos. Y es que no hay quien se resista a saltar a la pata coja cuando ve una rayuela en el suelo.

3. LA SOGA

Lo importante de este juego es tener dos equipos equilibrados. Una posibilidad es formar dos grupos con niños de la misma edad o intercalar participantes infantiles con adultos para que las fuerzas estén parejas. El juego consiste en, una vez formados los equipos, hacer una línea en el suelo y empezar

a tirar de la sogá. El equipo que antes cruce la línea arrastrado por la fuerza de los oponentes, pierde. La sogá es uno de los juegos tradicionales para niños que aún se puede ver en muchas fiestas populares donde participan adultos. ¡Un clásico!

4. CARRERAS DE SACOS

Los tradicionales sacos de yute y arpillera en los que se acumulaban alimentos como el grano y las legumbres eran utilizados por los niños como un elemento de distracción en sus juegos. Para las carreras de sacos, simplemente necesitarás hacerte con varios de estos sacos de yute. Luego el juego será tan sencillo, o quizás no, como tratar de ganar la carrera saltando dentro del saco. El juego también se puede hacer con dos niños en cada saco. La diversión está asegurada, pero ¡jojo! Tened cuidado de no hacerlos daño.

Mateo publica tus noticias

Si quieres contarnos las actividades que ocurren en tu colegio, por ejemplo aniversarios, obras de teatro, actividades deportivas, etc. Comunícate con tu amigo Mateo al correo:

educacionmateo@gmail.com



Mateo

Edición: María Moore J. ■
mariamoore123@gmail.com

Diseño: Eduardo Godoy ■
edujesusgodoy@gmail.com



Colegio Especial Manuel Rodríguez Pionero en Prevención y Consumo de Drogas

Se trata de un trabajo colaborativo de SENDA, la Universidad de La Serena, SEREMI de Educación, el Departamento de Educación de la Corporación Municipal Gabriel González Videla y el Colegio Especial Manuel Rodríguez, sobre la adaptación de material de prevención, preparado y dirigido para estudiantes con necesidades especiales.

La iniciativa impulsada por SENDA buscaba acercarse y hacer prevención en estudiantes con necesidades especiales, para lo cual, invito al Colegio Manuel Rodríguez a trabajar en la adecuación de metodologías que fuesen útiles y adecuados a la realidad de los estudiantes con discapacidad.

Fernanda Alvarado, Directora regional de SENDA, comenta. "Este es el lanzamiento de la adaptación de un material que busca hacer prevención, a través de fortalecer los factores protectores y disminuir los factores de riesgo para el consumo de sustancias. Es un trabajo colaborativo, participativo, que busca materializar, a través de esta adaptación metodológica para trabajar con niños con necesidades especiales, la ley de inclusión. Hacemos este trabajo para llegar de una manera más pertinente a las familias y a los niños de este colegio. Esto parte como un piloto y esperamos, una vez evaluado, poder seguir con los demás establecimientos que requieran este material adaptado".

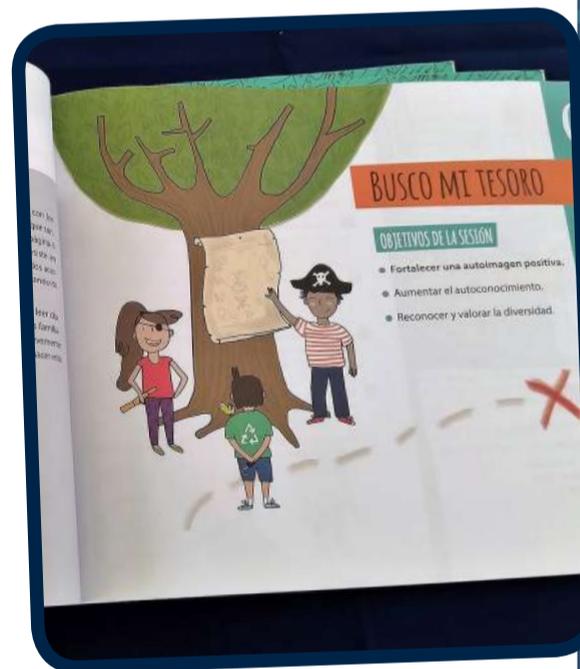
Para Marcela Góngora, Directora Colegio Ma-

nuel Rodríguez, agrega. "Nosotros recibimos la invitación de SENDA para poder adecuar el material, porque generalmente son pensados en alumnos de escuelas regulares y no aparecían estudiantes que tuvieran alguna discapacidad. El objetivo fue trabajar adecuando ese material, en trabajo con los profesores, durante los consejos, revisando, hoja por hoja, junto a la Universidad de La Serena. Fue un trabajo de tres años, pero felices de haber contribuido y pioneros en esta iniciativa".

Luego de un proceso de 3 años de trabajo con profesores, estudiantes e incluso padres y apoderados del colegio, el proyecto se materializa en dos cuadernos, uno dirigido al estudiante y otro de guía para el docente. Isabel Valencia, área vocacional, Colegio Manuel Rodríguez, argumenta. "el trabajo fue muy participativo con la Universidad y SENDA. Los talleres fueron muy interactivos, muy buenos. Ver el proyecto concretado es algo emocionante. Tanto el cuaderno del estudiante como el de apoyo y guía para el docente, nos facilitará el trabajo para aplicar las temáticas en razón de una función específica. El libro es súper interactivo, porque están las imágenes de los mismos compañeros. Entonces no va a ser algo como lejano sino que va a ser algo muy cercano para ellos y lo van a poder relacionar, que es algo muy importante para ellos, por las capacidades que ellos tienen. Para Luis Tabilo, Concejal de La Serena y Coordinador del Departamento de Educación de la Corporación Municipal, el trabajo final "es un tremendo logro que ha logrado construir

SENDA, la Universidad de La Serena y el Colegio Manuel Rodríguez, fruto de un trabajo colaborativo y articulado con padres y apoderados del colegio, que nos invita a tratar una temática muy importante, atendiendo el carácter inclusivo".

La iniciativa es un proyecto piloto de SENDA, que luego de ser evaluado, podría ser replicado en otros establecimientos educacionales especiales de la región de Coquimbo.



La relación entre pueblos indígenas y medio ambiente constituye más que una relación dialéctica, interdependiente e inseparable, no se puede concebir la existencia del uno sin el otro. Desde la Organización de los Estados Americanos (OEA), observan que los pueblos indígenas que han sobrevivido continúan rigiéndose por tradiciones y costumbres compatibles con el ecosistema que los rodea. Actualmente, quienes pertenecen a estos pueblos viven tanto en zonas urbanas como en áreas rurales remotas, manteniendo formas de vida tradicionales.

El Estado chileno, mediante la ley 19.253, reconoce como principales etnias indígenas de Chile a la Mapuche, Aimara, Rapa Nui o Pascuenses, las comunidades Atacameñas, Quechuas, Collas y Diaguita del norte del país, las comunidades Kawashkar o Alacalufe y Yamana o Yagan de los canales australes. El Estado valora su existencia por ser parte esencial de las raíces de la Nación chilena, así como su integridad y desarrollo, de acuerdo a sus costumbres y valores.

La población mapuche representa el 87,3% del total de indígenas, le sigue el pueblo atacameño con un 24% y el pueblo aymara con un 7% (Censo 2002).



Algo de historia:

La reducción de los indígenas en asentamientos estructurados bajo el ordenamiento hispano, estuvo vinculado desde sus inicios a la entrega de mercedes de tierra y a la institución de la encomienda; principales causas del traslado de los indígenas desde sus pueblos hacia diversos lugares donde el encomendero necesitó mano de obra para realizar sus actividades económicas. De esta manera, los indígenas terminaron habitando en estancias, haciendas, obrajes y otros lugares de trabajo hispano, donde muchas veces se establecieron pueblos de indios.

En 1580 se promulgó la Tasa de Gamboa, que normó la reducción de la población indígena encomendada y tributaria a pueblos de indios, siguiendo el modelo establecido por el virrey Francisco de Toledo. El objetivo de estas medidas dictadas por la autoridad colonial, fue regular el sistema de tributo de esta población, así como también lograr la integración de ellos a la vida social, política, económica y religiosa del sistema colonial. Como consecuencia de lo anterior, se fundó una serie de pueblos de indios siguiendo las ordenanzas hispanas que señalaron los lugares de asentamiento, el acceso al agua que se les debía entregar a los indígenas, las cantidades de tierra correspondientes a la comunidad, a los indios tributarios, viudas, huérfanos, ancianos y caciques. En estas tierras los indígenas debían cultivar sus chacras y criar ganado para consumo propio y de la comunidad.



En 1791 se abolió definitivamente el sistema de encomiendas y se intentó reagrupar a los indígenas en diversos pueblos; la medida fracasó porque los aborígenes siguieron habitando en las haciendas y estancias donde trabajaron como indios libres.

Finalmente en 1821, se dictó un decreto supremo en el cual se declaró la propiedad individual de los indígenas sobre sus tierras, implicando algunas enajenaciones a particulares.

INDÍGENAS DE LA ZONA NORTE

Pueblo Chango



Los changos fueron un pueblo pescador que habitó las costas desde la actual Región de Antofagasta hasta la zona central. Para pescar usaban balsas de cuero de lobo marino infladas que unían con fuertes ligaduras y sostenidas con tablillas de madera.

Si bien algunos historiadores señalan que se habrían extinguido a principios del Siglo XVIII, otros sostienen que sus últimos asentamientos sobrevivieron hacia la década de 1890 en la zona de la caleta Paposo, al sur de Antofagasta.

Pueblo aimara



Como aymaras son conocidas varias comunidades, que tienen (o tuvieron) este idioma en común, emplazadas en el occidente de Bolivia, el sur del Perú y el norte de Chile. Según el censo de 2002, en Chile, los aymaras suman 48 501 personas, mientras que en total su número se estima en 1,6 millones de personas. Sus comunidades se emplazan preferentemente en el altiplano de las regiones de Arica y Parinacota y Tarapacá, en zonas que van desde Visviri y Putre, hasta Quillagua, la comunidad aimara más austral en Chile, en la Región de Antofagasta.

Su idioma es el aimara, aunque la mayor parte de ellos habla castellano. En los últimos años la población aimara ha experimentado migraciones hacia las grandes ciudades del norte (Arica, Iquique y Antofagasta) y hacia Santiago, en busca de fuentes laborales.

Pueblo diagüta



Al sur de los atacameños vivían los Diaguitas. Ocupaban los valles comprendidos entre los ríos Copiapó y Choapa.

Agrupados en aldeas y en viviendas de material ligero, se dedicaban a la agricultura y la ganadería.

Utilizaron terrazas de cultivo e irrigaban sus tierras por medio de canales de regadío. Sembraban fundamentalmente maíz, porotos, quinoa y calabazas. Realizaban intercambios comerciales y usaban la llama como medio de transporte.

Pueblo atacameño



Este nombre se debe a la zona donde permanecen sus representantes. Muy mezclados e influidos por otras culturas, hoy día se hallan diseminados en torno a reducidos oasis, en número cercano a los 3.000. En su mayoría, habitan en lugares precordilleranos y oasis de las cercanías de San Pedro de Atacama, donde se levantó, hacia 1557, una de las primeras iglesias españolas de ese territorio.

Pueblos de



De acuerdo con los últimos datos disponibles, la población indígena llega a 692.191 personas, lo que representa el 4,6% del total de la población chilena (INE, Censo 2002). A nivel nacional se mantiene su distribución histórica, pero existe una marcada presencia del pueblo mapuche a lo largo de todo el territorio, concentrándose en las regiones del centro y sur del país.

Para los pueblos indígenas la tierra, el territorio y los recursos naturales revisten gran importancia" (...) mantienen una relación especial con la naturaleza con un fuerte componente espiritual. Las comunidades indígenas, principalmente en zonas rurales, al depender de sus recursos naturales y ecosistemas para su supervivencia y bienestar, tienen un conocimiento profundo de sus medios ecológicos y recursos naturales y han adoptado métodos y técnicas complejas para gestionar su hábitat en forma sostenible (Donoso, 2015).



¿Quiénes eran los pehuenches?

Un grupo de aborígenes denominados "montañeses" bajó desde la Cordillera de los Andes y sentó en el sur de Mendoza, sudoeste de San Luis, noroeste de La Pampa y la mitad occidental de Neuquén.

El nombre con que se los conoció "Pehuenches", es de origen araucano, que significa pehuen: pino, piñón, che: gente, "gente de los piñones" o "gente de los pinares".

En la Región de Cuyo, en las laderas de los Andes, vivieron los "Puelches algarroberos", pueblo afín a los primeros. Eran recolectores de piñones de araucaria y pinos, frutos comestibles de sabor dulce, con los cuales elaboraban pan y una bebida fermentada semejante a la chicha.

Pueblos indígenas de Chile



INDÍGENAS DE LA ZONA SUR

Pueblo aónikenk (Tehuelches)

Los tehuelches, patagones o aónikenk son un pueblo indígena de la Patagonia que compartía varios rasgos culturales con otros grupos vecinos, aunque hablaban lenguas diferentes, algunas de las cuales estaban emparentadas entre sí. Por ello, a veces se usa el nombre "complejo tehuelche" para referirse a todos ellos. Habitaron la Patagonia Oriental desde la provincia de Chubut hasta el Estrecho de Magallanes. En Chile no hay tehuelches puros desde mediados del siglo XX, con algunos descendientes en la Región de Aysén, mientras que en la Argentina residen principalmente en la provincia de Chubut y provincia de Santa Cruz.



INDÍGENAS DE LA ZONA CENTRO

Pueblo picunche

Picunches (mapudungun: pikun che, "gente del norte"), es el nombre usado para referirse a los grupos prehispánicos de lengua mapuche que habitaban el Valle Central entre los ríos Aconcagua e Itata. Eran denominados de distintas formas de acuerdo a su localización geográfica. Su desaparición se debe al mestizaje con la población hispánica y la consecuente aculturación. La población chilena descende en su mayoría de mujeres picunches y varones españoles de los siglos XVI y XVII.



Pueblo mapuche

Los mapuches o araucanos, eran la etnia más numerosa a la llegada de los españoles, alrededor de 1.000.000 de personas, y continúa siéndolo, según el censo de 2002 hay 604.349 mapuches. Habitaban desde el Río Limarí hasta las islas del archipiélago de Chiloé. Según su ubicación geográfica los historiadores chilenos los denominan picunches o gente del norte, hoy desaparecidos como pueblo por su mestizaje con los colonizadores europeos, lo cual dio lugar a la población chilena del valle central; huilliches o gente del sur.



Pueblo huilliche

Huilliche, quiere decir "Gente del Sur". Ellos poblaron la depresión intermedia desde el río Toltén hasta el Seno de Reloncaví. La zona específica de éste asentamiento indígena fue Osorno, Llanquihue y Valdivia. A la llegada de los españoles el territorio se vio considerablemente reducido.



Pueblo cunco y pehuenche

Los cuncos son un pueblo de indígenas sedentarios, pertenecientes al grupo de pueblos mapuches, que habitaba las costas de Chile, desde Valdivia hasta el canal de Chacao, incluyéndose bajo esta denominación a veces a los habitantes de la porción norte de Chiloé y las islas aledañas. Hablaban la lengua mapudungun. Su población a la llegada de los españoles se estima en 100 000 personas.



Pueblo selk'nam

Los selk'nam u onas habitaron la Isla Grande de Tierra del Fuego, donde sus antepasados llegaron hace varios milenios. Hoy están extintos en Chile, a causa del mestizaje y del genocidio perpetrado a fines del siglo XIX por ganaderos y aventureros. En la actualidad hay una comunidad indígena selknam en Argentina, la comunidad Rafaela Ishton de Ushuaia, en la provincia de Tierra del Fuego. Los selknam aceptaban la poligamia, pero comúnmente tenían una sola esposa.



Pueblo chono

Chono es el nombre genérico que se usa para designar a los grupos indígenas nómadas que habitaron las islas y canales entre el sur del archipiélago de Chiloé y la península de Taitao en la zona austral de Chile (Archipiélago de los Chonos), desde tiempos prehistóricos hasta fines del siglo XVIII o épocas más recientes. Eran nómadas y sus actividades principales eran la caza del lobo marino y la pesca, realizada por los hombres, y la recolección de algas y mariscos, realizada por las mujeres; también criaban animales.



Pueblo kawésqar

Los kawésqar o alacalufes habitaron los canales patagónicos desde el golfo de Penas hasta el estrecho de Magallanes desde hace unos 6000 años. Hoy en vías de extinción. Su idioma es el kawésqar, una lengua aislada, y el nombre con el que ellos se autodenominan.



Profesores 2.0: Cinco tips para enseñar desde casa exitosamente



Para ayudar a los profesores a comprender y dominar las tecnologías involucradas en la enseñanza a distancia, ESET comparte cinco pasos para lograr una educación a distancia exitosa:

Elige una ubicación para todo el contenido. Desde el jardín hasta la escuela de posgrado, la enseñanza incluye decenas de recursos: anuncios, feriados oficiales, lecturas recomendadas, calificaciones y mucho más; los cuales, a menudo, son compartidos por estudiantes, padres, profesores y personal.

La configuración de una ubicación central confiable, como un sitio web de la escuela o un portal oficial, puede aumentar la seguridad, si todos saben exactamente dónde buscar información oficial, será menos probable caer en un correo electrónico de phishing, terminar en un sitio web falso "similar" o hacer clic en malware disfrazado de descarga.

Elige una plataforma de comunicación. Hoy en día existen muchas herramien-

tas de educación en línea, sin embargo, una buena regla general para cualquier plataforma es verificar su configuración de seguridad y no compartir información sensible o confidencial durante estas sesiones.

Ten un plan de respaldo. Las fallas tecnológicas ocurren. No todos los estudiantes tendrán una buena conexión a internet, otros pueden estar compartiendo una computadora con miembros de la familia y no tener acceso en un momento determinado, o su propia computadora puede estar inactiva a la hora de enseñanza señalada.

Una sugerencia para los maestros es grabar "mini lecciones" que los estudiantes puedan ver a pedido. Esto no solo brinda acceso a materiales fuera del horario regular del aula, las lecciones también pueden ser en cualquier momento en que un estudiante desee actualizar el tema.

Fomente hábitos seguros en línea. Siempre habrá personajes sospechosos que intenten explotar el aumento del aprendizaje remoto y

digitalizado, por lo que es crucial mantenerse alerta, especialmente cuando hay niños involucrados. Asegúrese de que su sistema operativo y software (como su navegador) estén actualizados y que sus dispositivos funcionen en una conexión segura. También es un buen momento para hablar con los estudiantes sobre la importancia de la ciberseguridad y cómo ellos y sus familias pueden implementar las mejores prácticas, como crear contraseñas complejas, utilizar autenticación de dos pasos y pensar dos veces antes de hacer clic en los archivos adjuntos.

No tenga miedo de experimentar. La mayoría de sus estudiantes son nativos digitales y valiosas fuentes de información. Intente apoyarse en ellos para obtener ideas y soluciones sobre cómo mejorar la colaboración en el aula y las experiencias generales. Es posible que conozcan una nueva herramienta o plataforma social que funcionará perfectamente para su aula digital.

Columna de Opinión:

¿Qué te transforma en padre en el siglo XXI?

La paternidad ha sido uno de los conceptos que más se ha modificado durante los últimos tiempos, principalmente porque poco a poco se han ido instalando nuevos tipos de paternidades, así como también nuevos tipos de masculinidad gracias a las amplias discusiones sociales sobre creencias que hasta hace algunos años no eran cuestionadas en el mundo del hombre, lo masculino o el ser padre.

Una de estas creencias que en algunos casos aún se mantiene en la sociedad es que la paternidad implica un tipo de habilidades en particular, por ejemplo: establecer el límite con los/as hijos/as, dejando a la madre con el lado de la contención y el cariño físico, obviando ese rol desde la figura paterna.

Sin embargo, con las investigaciones científicas y nuestro rol como profesionales del área psico-social, se ha podido ir evaluando un cambio importante en este punto anteriormente mencionado: padres y madres tienen la misma posibilidad de dar amor, contención y establecer límites, no depende de uno u otro.

En la realidad chilena, ciertamente, aún se define mucho el rol paterno desde lo económico, y en variados casos es el único vínculo que los une con sus hijos/as. Es por eso que cabe preguntarnos ¿lo único que te vuelve padre es el vínculo sanguíneo y/o económico con los/as niños/as? Claramente no. El rol de la figura paterna puede ser sostenido por otros adultos que se encarguen de la crianza del niño o niña, y ¿a qué nos referimos con crianza?, ¿es más importante calidad o cantidad de tiempo que pasamos con ellos/as? Ninguna de las anteriores, lo relevante es que cada vez que nuestros hijos/as se encuentren tristes o molestos o felices, ese padre esté ahí para ellos.

Por lo tanto, el ser padre es mucho más que un vínculo sanguíneo u económico, mucho más que poner reglas o límites y ciertamente puede ser sostenido por cualquier figura que cumpla un par de requisitos básicos: amor, preocupación y presencia constante durante la vida de ese niño/a, esto definitivamente aportará a la construcción de nuevas masculinidades en el orden de lo social y cultural.



Karla Donoso Bascur
Psicóloga equipo Plan de Apoyo
Estudiantil UTEM

Sabías Que...

¿Este es el primate con más dedos?: tiene doce (y es muy feo)

El ayeaye (*Daubentonia madagascariensis*) es un lémur nocturno endémico de Madagascar que presenta un par de "pseudopulgares" adicionales, por lo que tiene doce dedos en las manos. Este dedo extra en cada mano el dedo que usa para agujerear troncos podridos y extraer larvas. Así que los ayeaye de dedos demasiado cortos tuvieron más dificultades para sobrevivir y reproducirse.



Fonoinfancia cumple 20 años brindando apoyo a familias



El servicio de atención psicológica gratuito de Fundación Integra atiende a través del teléfono 800200818 y del chat online, de lunes a viernes de 08:30 a 19:00 horas. En dos décadas de trabajo, ha dado respuesta a más de 200 mil consultas acerca de crianza y buen trato.

20 años orientando gratuitamente a las familias del país cumple el servicio de atención psicológica Fonoinfancia, de Fundación Integra, que en sus dos décadas de funcionamiento ha dado respuesta a más de 200 mil consultas sobre niñez, buen trato y temas de crianza en general.

Inicialmente, Fonoinfancia sólo recibía las inquietudes a través de la línea telefónica 800200818, a la que luego se sumó la opción de comunicarse a través del chat, en

www.fonoinfancia.cl, del correo electrónico en fonoinfancia@integral.cl y también de sus redes sociales. El equipo de trabajo del servicio está compuesto por 16 psicólogos especialistas en materias de niñez, quienes atienden de lunes a viernes entre las 08:30 y las 19:00 horas, con el objetivo de entregar a los adultos herramientas para una crianza respetuosa.

José Manuel Ready, director ejecutivo de Fundación Integra, sostuvo que “los aprendizajes significativos y el desarrollo pleno de niños y niñas requieren de un acompañamiento psicoemocional permanente y apoyo profesional adecuado. Desde la pandemia del Covid-19 esta tarea en Fonoinfancia ha cobrado mayor relevancia, debido a la contención emocional que ha tenido que entregar a ma-

dres, padres y cuidadores, a través de sus canales de apoyo, contribuyendo de esta forma al bienestar de muchos niños y niñas”.

Por su parte, la directora regional de Integra Coquimbo, Javiera Adaro, señaló que “durante estos 20 años, Fonoinfancia no sólo ha apoyado con orientación psicológica a las familias, sino también a los equipos de las salas cuna y jardines infantiles, quienes saben que ahí pueden encontrar ayuda especializada en caso de situaciones complejas con los niños y niñas, para promover el buen trato y el respeto a la infancia”.

Asimismo, la jefa de promoción de Fonoinfancia, Alicia Varela, indicó que “desde un enfoque de derechos que reconoce a niños y niñas como sujetos con características y necesidades propias, y articulándonos con otras instituciones, hemos podido contri-

buir al desarrollo de capacidades en los adultos, no sólo para cuidar, sino también para proteger, educar y socializar a niños y niñas”, explicó.

Varela agregó que, además, “hemos querido contribuir al ejercicio de una parentalidad positiva centrada en el interés superior de niños y niñas, y que promueva estilos de crianza bien tratantes, no violentos y respetuosos, y junto con ello el establecimiento de límites que permitan su pleno desarrollo”.

Algunos de los temas que con más frecuencia abordan en Fonoinfancia son las pataletas, la dificultad de los niños para hacer amigos, peleas con hermanos, duelos o separaciones, sexualidad, problemas para conciliar el sueño o alimentarse, entre otros.

Diviértete con



Viven solos y felices no discuten, no trabajan, no tienen ombligo, de todos los frutos comen, menos uno, que está prohibido.

Solución: Adán y Eva.

Encerrados por parejas, sin poderse escapar, el profeta los encierra, intentándolos salvar.

Solución: El arca de Noé

Desde el suelo hasta el cielo, Nace la construcción, trabajadores mezclados, duramente castigados, con la confusión.

Solución: La torre de Babel

ADIVINANZAS

ENCUENTRA LAS 9 DIFERENCIAS



Trabalenguas:

Señor Diego, yo te ruego, que no pegues más al fuego, no lo niego, al fuego pego, pero pego, pego, y pego, y luego le pego fuego.

La bruja piruja tejió mi cojín, tejiendo tejidos viajó hasta el jardín, juntó tres lentejas en un cajetín, y se hizo una sopa con mi perejil.

Compadre, compra copra de coco, poca copra de coco compro, poco coco como yo, menos copra de coco compraré.

Consejos para actuar antes, durante y DE UN TERREMOTO

CÓMO ACTUAR ANTES DE UN TERREMOTO

Sé previsor y ten preparado todo lo necesario

Es importante que mantengas a mano todo aquello que vas a necesitar en caso de emergencia. Algunas herramientas básicas y una provisión de víveres te van a ser de gran ayuda en caso de que la situación se complique. Asegúrate de tener preparado:

- Un botiquín de primeros auxilios para socorrer a los posibles heridos en caso de que el sismo finalmente tenga lugar.
- Linternas para asegurarte la iluminación necesaria en caso de corte del suministro eléctrico.
- Agua embotellada y comida no perecedera. Te podrán sacar de más de un apuro si la situación se agrava.
- Un silbato para poder avisar en caso de peligro.
- Una radio con pilas, con la que podrás mantenerte informado de todo lo que vaya ocurriendo.
- Un extintor con el que poder apagar un posible incendio.

■ A continuación te contamos cómo debes actuar antes, durante y después de un terremoto.

➤ Planea un plan de actuación frente a emergencias con tu familia

Es importante que hables con tu familia sobre cómo actuaréis en caso de terremoto. Realizar algún simulacro también puede resultar interesante. Los principales puntos que tendréis que tener en cuenta son:



- Ten siempre identificadas las zonas seguras de la casa, colegio o lugar de trabajo, así como las salidas de emergencia.
- Asegúrate de que la salida principal está libre de obstáculos.
- Comprueba que todos sabéis cómo cerrar las llaves de agua, gas y luz.
- Revisad los enchufes.
- Ten a mano los teléfonos de emergencia que podréis necesitar: ambulancias, policía, bomberos y hospitales cercanos.

QUÉ HACER DURANTE UN TERREMOTO



➤ Mantén la calma

En la medida de lo posible, trata de mantenerte tranquilo. Puede parecer difícil, pero es imprescindible para que puedas pensar con claridad y seguir el plan de actuación que teníais diseñado. Además, si entras en pánico, trasladarás tu miedo a los demás.

➤ Evalúa la situación en la que te encuentras

- Los protocolos de actuación van a diferir dependiendo de la situación en la que te encuentres. Por ello, es fundamental que evalúes la misma y actúes de la siguiente forma:
- Si estás en el interior de una vivienda, lo más recomendable es cubrirse la cabeza con ambas manos y protegerse debajo de muebles que tengan una base resistente. Por ejemplo, una mesa. Agárrate a ella para mayor seguridad. Nunca te coloques cerca de muebles o lámparas que se puedan caer o de ventanas que se pueden romper con el seísmo.
- En el exterior, aléjate de postes eléctricos, edificios o muros que se puedan caer.
- Si estás conduciendo, para en un lugar seguro. Enciende las luces de emergencia y permanece en el interior del vehículo hasta que el sismo haya terminado. Si viajas en autobús, permanece en tu asiento en posición fetal y protege tu cabeza con ambos brazos.
- Si utilizas una silla de ruedas, frénala en un lugar seguro y protégete la cabeza con los brazos.
- En caso de que estés en un lugar de asistencia masiva, protégete la cabeza con los brazos o resguárdate debajo de asientos y mesas.

QUÉ HACER DESPUÉS DE UN TERREMOTO

Aunque el movimiento sísmico ya haya pasado, es muy posible que se produzcan réplicas, por lo que debes mantenerte lo más alerta posible. No uses el teléfono, a menos que sea estrictamente necesario y haz solamente caso a las informaciones de organismos y autoridades oficiales. Es muy importante que sigas manteniendo la calma y tengas en cuenta estos consejos.

➤ Apaga cualquier tipo de fuego

Es fundamental que apagues cualquier tipo de fuego que se haya podido producir. Para ello, te va a resultar de gran ayuda el extintor que dejaste a mano cuando preparaste el plan de actuación con tu familia. Para iluminarte, utiliza siempre una linterna, nunca fuego. Evita encender velas, cerillas o mecheros, ya que las tuberías de gas podrían haberse roto o tener fisuras originadas por el temblor.

Para salir, utiliza siempre las escaleras

Si tienes que salir de tu vivienda, utiliza siempre las escaleras y nunca el ascensor. Durante el terremoto, la electricidad es inestable, por lo que las escaleras van a ser siempre tu mejor opción.

Comprueba si hay heridos

Verifica si hubiese algún herido para poder prestarle los auxilios necesarios. Si encuentras a alguna persona gravemente herida, no la muevas a menos que esté en peligro inminente de sufrir daños. Pide ayuda para evacuar la vivienda con precaución.

➤ Revisa los contactos de agua, luz y gas



Cierra las llaves de agua, luz y gas y no pongas ningún aparato en funcionamiento. Asimismo, desenchufa todos los electrodomésticos y quita las luces rotas para evitar un incendio cuando el suministro se restablezca.