

A la Comunidad de nuestro Colegio de La Salle La Reina,
Reciban un cordial y fraternal saludo.

Queremos informarles que, como Equipo de Convivencia Escolar, seguimos trabajando y estamos disponibles para brindarles apoyo en este complejo momento.

Una de nuestras prioridades es que aquellas familias de estudiantes que hayan iniciado algún acompañamiento con miembros del Equipo de Convivencia (orientadoras, psicólogas o coordinadoras) puedan continuar este proceso, y aquellas que necesiten de nuestro apoyo en este ámbito no duden en contactarnos.

Este año 2020 nuestro equipo ha crecido, y junto al Director de Convivencia, Coordinadoras de Ciclo, y Psicólogas se han integrado las Orientadoras, una nueva Psicóloga y una Encargada de Convivencia Escolar, quienes estarán junto al equipo atentas y dispuestas a apoyar a nuestros estudiantes, profesores y apoderados.

Estamos preparando actividades para poder compartir con ustedes de manera virtual, que contribuyan a sobrellevar este tiempo en casa de la mejor manera, manteniendo en alto el ánimo y la esperanza de saber sortear como familia lasallista, esta contingencia nacional y mundial.

En la página del colegio, sección Material Educativo, Recursos para alumnos, Convivencia Escolar, ya están disponibles documentos que pueden revisar y ser de utilidad.

Estamos viviendo días que pueden ser difíciles, hay incertidumbre intranquilidad y emociones encontradas. Se suspendieron las clases a muy poco de regresar de vacaciones y las niñas y niños, como también nuestros jóvenes, no tuvieron el tiempo necesario para retomar el ritmo de estudio. Además, pueden estar manifestando inquietud, ansiedad y tal vez desazón por lo que pudiera presentarse en su futuro. A ello se suma la preocupación de nosotros, profesores y padres, como adultos responsables de ellos.

¿Cómo podemos ayudar a nuestros hijos/as en tiempos de desafíos?

- Es muy importante darnos un espacio y el tiempo para conversar con los niños, niñas y jóvenes, este espacio es de compartir, aclarar dudas y contenerlos/as. Conectarse desde la escucha afectiva, la ternura, la paciencia, la amabilidad.

- Importante es tener también un espacio de recreación, de distracción individual y en familia, en el que podamos compartir, y reconocernos en el diálogo e interacción lúdica.
- Recomendamos evitar exponerlos/as a redes sociales, es mucha la información que circula por ella y en su mayoría puede generar ideas erróneas, sabemos que con nuestros/as adolescentes es algo más difícil, pero nuestra misión como padres es guiarlos y acompañarlos.

No estamos de vacaciones: Es necesario crear un ambiente adecuado en casa; caracterizado por la seguridad y contención, con tiempos planificados para las diferentes actividades individuales y grupales, idealmente lúdicas y motivantes para chicos y grandes, donde primen las relaciones sociales armoniosas y respetuosas.

Algunas propuestas de actividades motivantes para chicos y grandes:

- Hagan un inventario de todos los recursos con los que cuentan y a partir de lo encontrado, consideren las posibilidades de empleabilidad; planifiquen posibles actividades para utilizarlos ocasionalmente.
- Dividan el día en dos momentos, un primer momento destinado a actividades individuales para los niños y el segundo momento destinado para niños y adultos.
- Elaborar en conjunto un pictograma, es decir un horario de vida que se ajustará a la edad y particularidad de su hijo o hija. Si es muy pequeño, puede hacerlo con láminas ilustrativas.

Actividades individuales:

- En la mañana, desarrollar actividades relacionadas con el aprendizaje. Permita intervalos de descanso. Las actividades académicas pueden estar orientadas a la realización de ejercicios, lecturas, videos para que sean analizados, entre otras. Importante, apoyar lo que los profesores están trabajando y sugieren.
- Si su hijo o hija ha mostrado alguna habilidad en cualquier área es necesario darle un tiempo para que la ejercite. (cantar, dibujar, tocar algún instrumento, etc.)
- En cuanto a la tecnología, debe enmarcarla en un espacio determinado. Ya se sabe, que no deben estar mucho tiempo frente a la TV, ni al computador, al Tablet o celular.
- Es válido un rato para jugar independiente.
- Darnos un espacio y tiempo para estar solos (música para reflexionar y relajar)

Actividades grupales en familia:

- Ejercicios físicos. (en YOUTUBE puede encontrar ejercicios de Yoga, Tai-chi, y otros que no requieren gran espacio)
- Crear un cuento ilustrado; un integrante de la familia lo inicia y cada uno le agrega algo al cuento, de manera que otro lo termina.
- Hacer un dibujo grupal en una pizarra o en un papelógrafo si lo tiene. Dejar que niños y jóvenes expresen sus emociones.
En breve se les invitará a participar de un concurso online al respecto, esperamos la participación de todos.
- Espacio para la música; cantar, bailar o aprender a bailar en familia
- Realizar dramatizaciones sobre algo de interés para todos.
- Espacio para el desarrollo de habilidades culinarias.
- Espacio para hacer historias de interés familiar.
- Crear un espacio del recuerdo familiar, comparta fotos o videos, a partir de ellos, narren experiencias.
- Emplee juegos de mesa. Evitar el uso de pantallas, dejar que nuestros niños, niñas y jóvenes se diviertan sin la tecnología.
- Desprenderse de las redes sociales.
- Evitar la TV en los niños y niñas; especialmente evitar los noticieros nocturnos, se requiere generar un espacio tranquilo antes de disponerse al descanso, se aconseja una reflexión – oración.
- Reflexionar, dialogar, orar en familia, buscar momentos para conversar con cada miembro a solas nos permitirá comprender mejor su sentir.

Se trata de planificar por día y de cumplir los tiempos. La organización familiar contribuye a disminuir la ansiedad.

Aprovechar los horarios del desayuno, almuerzo y cena para conversar sobre el acontecer, puntualizando siempre la necesidad de estar atentos y cumplir con las orientaciones emitidas por las autoridades. En estos momentos tan importantes, el escuchar y conversar es central, por lo que aprovechémoslo para enseñarles a nuestras hijas e hijos a escuchar y respetar la diversidad de opiniones.

Sabemos que son tiempos sensibles, es importante discriminar la información que nos llega, no caer en temores; informarse responsablemente también nos ayuda a cuidarnos física, mental y espiritualmente.

Ponemos a disposición de los padres y apoderados el correo electrónico de la Unidad de Convivencia Escolar:

uce.lareina@lasalle.cl

Miembros del Equipo:

Orientadora PK a 6°	Sra. Angélica Drago
Orientadora 7° a IV medio	Sra. Lilian Sady
Psicóloga PK a 4° básico	Sra. María Teresa Chávez
Psicóloga 5° a 8°	Srta. Sonia Solis
Psicóloga E. Media	Srta. Fernanda Cañon
Coordinadora Pre Básica	Sra. Mónica Gorboi
Coordinadora 1er Ciclo Básico	Sra. Gina Arias
Coordinadora 2do Ciclo Básico	Sra. Claudia Méndez
Coordinadora Ed. Media	Sra. Cecilia Guerris
Encargada de Convivencia Escolar	Sra. Javiera Díaz
Director de Convivencia Escolar	Sr. Gabriel Quiroz

Atentamente en Cristo y San Juan Bautista de La Salle,

**UNIDAD DE CONVIVENCIA ESCOLAR
COLEGIO DE LA SALLE
LA REINA**

La Reina, 24 de marzo 2020.