

El Chaski

Boletín Informativo del Centro ALUNA

N° 52- Mayo - 2021 EDICIÓN VIRTUAL



La educación es la herramienta más poderosa para cambiar el mundo: Mandela



CENTRO DE HABILITACIÓN Y CAPACITACIÓN ALUNA
Diagonal 26 N° 47-49 Barrio República de Chile
Teléfono: 6746444 - email: aluna@aluna.org.co
Cartagena de Indias - Colombia

Lea en esta edición

- » Centros de interés y alternancia
- » Celebración del Día del Agua
- » **ALUNA en comunidad**
- » Salud emocional, reto familiar
- » **Elección del personero estudiantil**

Y MUCHO MÁS...

NOTA EDITORIAL



Bienvenidos a la entrega número 52 de El Chaski, es nuestra primera edición del año 2021, un año académico el cual hemos iniciado en ALUNA bajo la modalidad de atención integral en alternancia, la cual combina atención en casa y atención presencial en las aulas bajo las más estrictas normas de protección y de bioseguridad.

Toda la situación generada por la pandemia del Covid – 19 ha hecho que adaptemos nuestros hábitos de vida teniendo siempre en cuenta el autocuidado con medidas como el uso del tapabocas, el distanciamiento físico y el lavado permanente de manos con agua y jabón, entre otras recomendaciones hechas por las autoridades y organismos de salud. La invitación es a no bajar la guardia y mantener siempre presente la práctica de estos hábitos como medida de protección y cuidados nuestros y de nuestras familias.

Justamente en esta edición hay muchos temas y artículos relacionados con la alternancia académica y recomendaciones para tener en cuenta con motivo de la pandemia. Como por ejemplo los Centro de Interés desde la alternancia, las medidas generales de bioseguridad y la salud emocional en el entorno familiar. Igualmente tocamos temas relacionados con fechas especiales como la celebración del Día del Agua, o la elección del Personero estudiantil en ALUNA que en esta oportunidad se realizó de forma virtual y con una masiva participación de la comunidad escolar a todos los aspirantes mis agradecimientos y felicitaciones por tan maravillosas e interesantes propuestas de campaña.

Sin más preámbulos les invito a disfrutar una vez más de El Chaski ALUNA.

Cordialmente,

Ursula Schläppi
Directora General Fundación ALUNA

2



COMITÉ EDITORIAL

Editores

Ursula Schläppi
María Barreto Hernández
Jaime Andrés Rangel

Colaboradores
Equipo ALUNA



www.aluna.org.co

LA FOTO DEL MES





Medidas generales de bioseguridad Covid-19

Por: Equipo Seguridad y Salud en el Trabajo- Fundación ALUNA

La BIOSEGURIDAD es el conjunto de medidas preventivas, destinadas a mantener el control sobre factores de riesgo laborales procedentes de agentes biológicos, físicos o químicos; logrando la prevención de impactos nocivos y asegurando que el desarrollo de los procedimientos no atenten contra la salud y seguridad de las personas y del medio ambiente.

“DE TU CUIDADO DEPENDE TU VIDA Y LA DE LOS DEMÁS. CUIDÉMONOS TODOS”

TENIENDO EN CUENTA LA RESOLUCIÓN 0223 DEL 2021 LAS MEDIDAS GENERALES RESPECTO AL COVID-19 SON LAS SIGUIENTES:



- » Lava con frecuencia tus manos (mínimo cada 3 horas) cuando estén visiblemente sucias y utiliza gel antibacterial.
- » Mantén el distanciamiento físico (mínimo 2 metros de distancia entre personas)
- » Debes usar el tapabocas permanentemente y de forma obligatoria. Evita la manipulación indebida y retiros parciales.
- » Mantén la adecuada ventilación de los espacios (puertas y ventanas abiertas para lograr el intercambio de aire natural)
- » Evita tocar superficies de uso masivo (botones de equipos electrónicos, manijas, etc.)
- » En caso de presentar algún síntoma relacionado con el COVID-19, como tos, fiebre, dolor de cabeza, dolor en el pecho u otros; informa de manera inmediata a tu EPS para que seas atendido por la autoridad competente



Los Centros de Interés desde la alternancia

Por: María Barreto Directora de Atención Integral y Capacitación y Docentes del Módulo Verde ALUNA.

Como una de las estrategias pedagógicas, lúdicas y participativas en ALUNA se desarrollan los Centros de Interés; espacios en donde niños, niñas, adolescentes, adultos con discapacidad y sus familias alrededor de un tema central o proyecto desarrollan actividades rectoras desde el arte, el juego, la literatura, la exploración y la tecnología.

Hoy desde la modalidad de atención en alternancia, estas actividades se materializan en casa y en las aulas

de la institución a través de experiencias reales y virtuales o remotas con la puesta en marcha de planes caseros, encuentros grupales, la presentación de videos y video llamadas; abriéndose así oportunidades para un aprendizaje significativo y cooperativo.

Gracias a las familias por apoyarnos y ser parte del desarrollo de sus hijos e hijas.

A continuación se describen los Centros de Interés de las aulas del Módulo Verde:

AULA ELEFANTE:

TEMA: Conectándome al mundo a través del juego

OBJETIVO: Favorecer las habilidades, necesidades e intereses de los niños y niñas mediante las estrategias lúdico-pedagógicas y actividades sensoriales, implementando el juego en el contexto familiar.

Teniendo en cuenta la importancia del juego en las primeras etapas del desarrollo infantil, a través de este proyecto buscamos favorecer en los niños y niñas el desarrollo de una sana autoestima y confianza, lo cual favorece los aprendizajes, estimula la comunicación y contribuye a aumentar el bienestar. Las actividades pueden ofrecer muchos



beneficios mientras juegan y disfrutan de un espacio lúdico como son armar encajables, juego de roles, obras de títeres y actividades creativas desde casa.



AULA TIGRE

TEMA: Aprendo en familia.

OBJETIVO: Desarrollar en la niña y el niño capacidades personales, hábitos, valores, normas en su comportamiento familiar y escolar para el fomento de una comunicación entre padres e hijos y demás miembros de la familia.



AULA ARDILLA

TITULO: "Entre Líneas"- Lectura inicial

OBJETIVO: Objetivo: Fomentar en las niñas y niños el hábito de la lectura a través de las imágenes que observan en los cuentos, láminas para el desarrollo de la imaginación y la creatividad.

AULA LEÓN

TEMA: Aprendo y disfruto de las experiencias sensoriales de mi entorno

OBJETIVO: Generar experiencias significativas de estimulación sensorial en los niños y niñas del Aula León acordes a sus necesidades e intereses; basadas en la estimulación de los sentidos y en actividades de la vida diaria, en beneficio a su autonomía y desarrollo integral.





Fortalecimiento familiar en ALUNA

Por: Equipo de Trabajo Social ALUNA.

Formar una familia, criar y educar a nuestros hijos e hijas es, sin lugar a duda, una de las tareas más importantes y trascendentes que una persona puede desempeñar durante la vida, pero para las cuales no existe una escuela que nos prepare de manera anticipada. La mayoría de nosotros aprendemos a ser padres solamente a través de la experiencia y siguiendo el ejemplo que nos dieron nuestros progenitores, aunque algunos padres hagan justamente lo contrario si no están de acuerdo con la educación recibida.

Es importante que como padres nos preparemos para estar empoderados, empoderadas y hacer frente a los conflictos y resolverlos de manera adecuada. Para ello ALUNA parte de las capacidades y del conocimiento previo de la familia, a su vez emplea estrategias formativas como: acompañamientos, orientaciones, capacitaciones para formación y garantía de derechos; así como articulaciones interinstitucionales; logrando de esta forma el compromiso y participación activa del padre, madre, cuidador para el mejoramiento de la calidad de vida de los miembros de la familia.

5

DÍA MUNDIAL DEL AGUA

Para recordar la importancia de este líquido esencial en nuestras vidas cada año celebramos este día con diversas actividades en los diferentes entornos, escolares, familiares y laborales, donde nos invitan a cuidar este recurso. El 19 de marzo los niños, niñas, adolescentes y adultos junto a sus familias realizaron videos, carteleros, dibujos, letreros con mensajes alusivos a este gran día, cuya celebración a nivel mundial es el 22 de marzo.

Cada familia tuvo la oportunidad de expresar cuán importante es este líquido preciado y como debemos cuidarlo y así cuidar el medio ambiente.

“Es el día de la vida”





ALUNA viva en comunidad desde la atención remota en casa

Por: Karime Reyes Cortés, Jefe de Pedagogía
Lic. Camila Mancipe, Docente Programa Satélite- Policarpa

Los programas de ALUNA en comunidad están dirigidos a la población más vulnerable y en desventaja socioeconómica de la ciudad de Cartagena, los cuales brindan atención de manera integral a niños, niñas y familia en su pro-

pio entorno y se presentan como una alternativa de alto impacto para la prevención de la discapacidad y atención en cada una de las áreas de su desarrollo de acuerdo a sus necesidades.



Satélite ALUNA en Policarpa Salavarieta

“La inclusión familiar, escolar y social es el camino para conseguir la equiparación de las oportunidades para todos” por ello ALUNA ha creado estrategias de sensibilización a la comunidad y programas como Satélite Aluna en Policarpa el cual se basa en la corresponsabilidad, teniendo como objetivos prevenir la deserción escolar entre los niños, niñas y adolescentes atendidos, como también capacitar y asesorar a docentes y padres de familia para favorecer los procesos de aprendizaje y enseñanza, como también potenciar los procesos de desarrollo con madres gestantes y lactantes sobre los cuidados durante la gestación y primeras etapas de vida de los niños y niñas.

En lo que respecta en el año 2021 se ha venido trabajando con niños y niñas bajo la modalidad remota y en casa, con las familias y un grupo de madres gestantes y lactantes a través de encuentros virtuales; fortaleciendo contenidos como: adecuados cuidados que se debe tener con los niños, niñas durante sus primeras etapas de vida; siendo una experiencia significativa para el equipo y las madres participantes de este espacio remoto.



ALUNA Móvil

En el 2021, el programa ALUNA Móvil logra llegar a más comunidades vulnerables de la ciudad de Cartagena y zonas aledañas: Olaya, Bayunca, Pozón, Bicentenario, Villas de Aranjuez, Flor del campo, Ararca, Santa Ana y Nelson Mandela; beneficiando cada vez a más niños, niñas y familias que lo requieren.

El proceso de atención actualmente se desarrolla bajo la modalidad de alternancia; según comportamiento de la pandemia por COVID 19 y por condiciones de salud de niños, niñas y familias; empleando estrategias como planes caseros, seguimientos telefónicos y encuentros virtuales, visitas en hogares con todas las medidas de bioseguridad, entre otras.

Este programa se ha consolidado como una estrategia de alto impacto social para empoderar a las familias, sensibilizar a la comunidad y principalmente mejorar la calidad de los niños, niñas y sus familias.

La salud emocional en el entorno Familiar

Por: equipo de Psicología ALUNA

¿Qué es la salud emocional? es el equilibrio donde nos sentimos bien con nosotros mismos y con los demás. Es el complemento para una vida activa y sana. Consiste en aprender a reconocer nuestras emociones y desarrollar un comportamiento que permita expresarlas.

El gran reto para los padres y muchas familias es poder establecer rutinas en las nuevas condiciones de vida



que hoy afronta la sociedad. Adoptar hábitos para los juegos, la alimentación y el descanso de los menores con

el fin de mantener en óptimas condiciones su estado de salud emocional y psicológico es la valiosa tarea de los padres de familia, en época de aislamiento social.

Una de las estrategias para afrontar el desafío es utilizar los espacios para cuidarse, tomando las medidas preventivas y en especial, manejar los tiempos con los niños, niñas y adolescentes; ayudándolos a fortalecer su crecimiento personal, emocional y espiritual para gozar de una sana convivencia y unión de lazos familiares.

MIDE EL BIENESTAR DE TU FAMILIA DE LA SIGUIENTE MANERA

» **¿Ofreces cercanía y confianza? ¿Estás siendo tolerante con la diversidad y te das cuenta de que todas las personas somos únicas, valiosas e irrepetibles? El cariño y el contacto amoroso y cuidadoso son fundamentales.**

» **¿Potencias el autocuidado? ¿Has buscado hoy momentos placenteros y buenos para compartir en familia? A veces perseguimos la aprobación y la exhibición, sin darnos cuenta de que una de las cosas más importantes es valorarnos y realizar actividades que nos produzcan bienestar en el día a día.**

» **¿Reconoces y aceptas?, ¿exiges mucho a las personas de tu alrededor? Sentirnos personas valoradas y con mérito nos ayuda a tener más seguridad. Acepta y respeta tus propios pensamientos y opiniones y las de las demás personas.**

» **¿Abrazas a los tuyos a menudo? El contacto tierno y cariñoso calma y beneficia al organismo. Quien se da tiene coraje.**

» **¿Colaboras y apoyas las decisiones de los demás? Si dejamos que los menores elijan de manera autónoma y tomen sus propias decisiones, les dejamos que se equivoquen y que rectifiquen, crecerán, aprenderán y madurarán más.**

» **¿Has recurrido a los castigos, frecuentemente?, ¿has reconocido tus fallos y dificultades y has pedido disculpas?, ¿reconoces que cometes errores?, ¿te han pedido perdón alguna vez? Las equivocaciones forman parte de la vida. Cualquiera puede cometer fallos, el error es no rectificar.**

» **¿Creas una atmósfera favorable? Ni eres más que nadie, ni menos que las demás personas. ¿Practicamos la igualdad y la equidad?**

» **¿Cómo es tu convivencia con otras personas de tu entorno?, ¿compites con ellas?, ¿fiscalizas delante de los menores al profesorado, o las conductas y las crianzas de las otras personas?**

» **¿Has sonreído, dado las gracias y jugado hoy? Las personas adultas nos olvidamos a menudo de parar, hacer micro pausas para respirar con tranquilidad, permanecer en calma y fomentar la parte lúdica de la vida.**

» **¿Nos entrenamos? Ser conscientes de las propias carencias, de los retos, de las oportunidades, de las amenazas, de las debilidades, de las fortalezas, de los logros, de las acciones que nos permiten crecer, aprender o conseguir las metas, es un buen camino hacia una sana convivencia familiar y social.**

Los Comités transversales en ALUNA... un reto para el fortalecimiento de capacidades y competencias ciudadanas de nuestras niñas, niños, adolescentes y adultos con discapacidad, desde la alternancia

Por: Eliana Saladen Roa
Jefe de pedagogía

¿Cómo surgen los proyectos pedagógicos transversales?

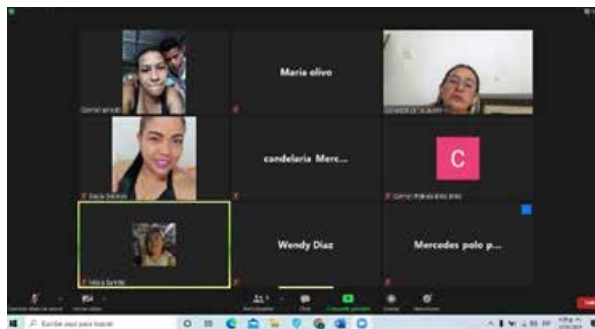
El Ministerio de Educación Nacional, dentro de las estrategias de la Política de Calidad Educativa, establece en el artículo 14 de la Ley 115 de 1994, la formación de la ciudadanía, mediante el fortalecimiento, expansión de los proyectos pedagógicos transversales y del programa de competencias ciudadanas. Los proyectos pedagógicos transversales que contempla la Ley en mención, son: Educación ambiental, educación sexual y derechos humanos (educación para la justicia, la paz, la democracia, la solidaridad, la confraternidad, el cooperativismo, y la formación de valores humanos).

¿Qué son los proyectos pedagógicos transversales?

Son una estrategia de participación planificada, con un enfoque global que tienen en cuenta los componentes de atención integral, basados principalmente en las necesidades, intereses y gustos de las niñas, niños, adolescentes, y adultos, en coherencia con la filosofía, modelo pedagógico, principios y valores institucionales, que contempla el proyecto educativo institucional (PEI) de la Fundación ALUNA, donde en conjunto con las familias, recurso humano y equipo interdisciplinario somos partícipes.

¿Qué se quiere lograr a través de estos?

Mediante la ejecución de los proyectos pedagógicos



transversales se busca fortalecer las capacidades y competencias ciudadanas de nuestras niñas, niños, adolescentes, jóvenes y adultos, para contribuir al goce pleno y ejercicio de sus derechos a través de actividades lúdicas participativas, donde se fomenta en equipo la construcción de la identidad, autocuidado y reconocimiento de la diversidad por medio del disfrute de experiencias significativas, la exploración del medio, libre expresión de intereses, vocaciones y talentos.





Para ello, a comienzos del 2021 se puso en marcha la conformación democrática de los Comités transversales en jornada de fortalecimiento institucional realizada, a través de la virtualidad con el equipo interdisciplinario de atención, siendo este un pilar fundamental para la consecución de logros propuestos desde la atención remota, quedando conformados de la siguiente manera:



- **Comité cuidado del medio ambiente:**
Lina Paola Gil – Fonoaudióloga
Wendy Yuranis Avilez García – Auxiliar pedagógica
Claudia Mendoza Ayola – Fisioterapeuta
- **Comité de prevención de riesgos:**
Yerlin Roa – Fisioterapeuta
Yamileth Magallanes – Docente
Sernellys Rivero – Auxiliar pedagógica
- **Comité de arte:**
Iliá González - Docente
Edsson Torregloza – Tallerista de danza
Emiliano Cuervo – Músico
- **Comité de deporte y buen uso del tiempo libre:**
Oswaldo Benavides – Auxiliar pedagógico
Luis Pérez – Auxiliar pedagógico
Vivian Gómez - Fisioterapeuta
Ledys Martínez – Docente
- **Comité de derechos humanos, democracia y sana convivencia:**
Angélica Tinoco – Auxiliar pedagógica
Candelaria Mercado Guevara - Docente
Daila Oliveros – Auxiliar pedagógica
Carmen Brito – Psicóloga
Josefa Olivo – Trabajadora social
- **Comité de ludoteca:**
Juan Felipe Hernández Suescun - Docente
Mary Luz Sanjuán - Docente
Claudia Villarreal – Trabajadora social
Sandra Salcedo –Auxiliar pedagógica
Ana Lucía Angulo – Docente
- **Comité de sexualidad y valores:**
Yuranis Daza – Docente
Yoleris Mendoza - fonoaudióloga
Baneza Montes- Psicóloga
Irinés Acosta- Psicóloga
- **Comité de comunicación aumentativa y alternativa-CAA:**
Carolina Moreu – Fonoaudióloga
Gina Brun - Psicóloga
Claudia Martínez – Docente

Cada miembro del equipo ALUNA, está comprometido con el diseño, ejecución de las actividades programadas y ejecutadas a lo largo del año 2021, ejerciendo su liderazgo y haciendo uso de los recursos tecnológicos y presencia-

les; teniendo en cuenta la modalidad de atención en alternancia para al mejoramiento continuo de la calidad de vida a las necesidades individuales y familiares de la población atendida.

Líneas de trabajo en ALUNA

Atención Integral a niñas, niños, adolescentes y adultos – Sensibilización – Sistematización y Publicación – Capacitación

Por: Efraín Darío Moreno Rodríguez.
Fisioterapeuta – Esp. En Neurorrehabilitación.
Jefe de Terapia – Fundación ALUNA.

ALUNA es una entidad sin ánimo de lucro que busca mejorar la calidad de vida de niños, niñas, adolescentes, jóvenes y adultos en situación de discapacidad, para ello trabaja sobre el respeto, la dignidad y las oportunidades de procesos de inclusión de esta población en diferentes entornos (familiar, social, comunitaria y educativa). ALUNA en su esencia pedagógica propende por el desarrollo de habilidades y el fortalecimiento de capacidades confiando en que a través de un trabajo interdisciplinario comprometido y responsable todos los niños, niñas, adolescentes, jóvenes y adultos con discapacidad tengan la oportunidad de desarrollarse con ritmos, metodologías y apoyos razonables adecuados y según sus características.



COMO EJES FUNDAMENTALES ALUNA TRABAJA EN LAS SIGUIENTES LÍNEAS:

1 ATENCIÓN INTEGRAL: ALUNA brinda atención a una gran población de niñas, niños, adolescentes, jóvenes y adultos en situación de discapacidad en una sede propia y en algunos barrios vulnerables de la ciudad de Cartagena y otras comunidades aledañas a través de programas comunitarios de alto impacto social. Desarrolla procesos pedagógicos apoyados de un equipo terapéutico enfocando su trabajo en las habilidades, potencialidades, competencias, intereses y necesidades de esta población, permitiendo un desarrollo en diferentes campos como lo cognitivo, comunicativo, afectivo, lúdico, deportivo y productivo según sus capacidades.

2 SENSIBILIZACIÓN: Para ALUNA es fundamental crear espacios que aumenten y acrecienten los sentimientos de solidaridad, empatía e identificación de los niños, niñas, adolescentes, jóvenes y adultos con discapacidad como personas que tienen los mismos derechos y por ende, las mismas opciones de desarrollo y disfrute de todas las oportunidades y experiencias que les puede generar el entorno donde se desenvuelven; para ello, ALUNA promueve la realización de eventos culturales, encuentros deportivos, intercambios y visitas con otras escuelas y colegios de la ciudad y una gran actividad como lo es el Festival de teatro de Educación Especial; estos son espacios que buscan mostrar que detrás de la discapacidad hay muchas cosas que aprender y descubrir, y lo fundamental es que todos ellos son personas normales, iguales a nosotros, solo con una condición diferente.

3 SISTEMATIZACIÓN Y PUBLICACIÓN: Compartir conocimiento y experiencias es la meta que persigue ALUNA con este componente, a través de la Revista ALUNA, el periódico interno institucional llamado El Chasky y los procesos de sistematización de las experiencias en el trabajo y atención de niños, niñas, adolescentes, jóvenes y adultos con discapacidad es la apuesta que ha encontrado la Fundación para llegar a otras personas, profesionales, estudiantes, padres de familias y benefactores para que conozcan los procesos de desarrollo de cada una de estas personas, que aprendan y tengan conocimientos sobre la discapacidad y las oportunidades de atención y realizaciones que tiene esta población.

4 CAPACITACIÓN: Hacer visible el conocimiento por medio de la formación de agentes educativos, madres comunitarias, docentes, licenciados en pedagogía y otros profesionales en atención a la primera infancia es otro componente de gran oportunidad que ofrece la ALUNA para extender su modelo de atención a las niñas y niños con discapacidad de la ciudad de Cartagena y otras comunidades cercanas; a través de cursos, la Fundación empodera y fortalece capacidades con miras a que en las comunidades se brinde la

oportunidad de inclusión a estos niños y para ello lo fundamental e inicial del proceso es capacitar y formar a más gente, a más profesionales que puedan replicar modelos de atención inclusiva oportuna y estos niños puedan en cualquier entorno recibir una atención de calidad y adecuada según sus necesidades, capacidades y habilidades. Para ello cada año, ALUNA capacita a más de 200 personas en temas relacionados con el trabajo de niños y niñas con discapacidad intelectual y múltiple.

“ALUNA es esencialmente pedagógica, se fundamenta en el respeto hacia la persona con discapacidad cognitiva, la defensa de su dignidad y su derecho a disfrutar una vida plena”.

PARA TI MUJER

Por: Cielo Pérez Oyola
Docente Aluna Móvil 2

ROXANA, NOHELIA, ADRIANA, BERTHA, MARÍA, HELENA, TERESA, JUANA, AMINTA... diversidad de nombres pero con algo en común: detrás de cada uno, hay una MUJER. Muchas de estas mujeres con roles diferentes cumpliendo misiones, sueños, metas por alcanzar; mujeres respetadas otras maltratadas pero aun así guerreras incansables, equilibrio del mundo, fuentes de vida aportando lo mejor de sí, dejando huellas y generaciones cimentadas con esfuerzos, dedicación, sabiduría, paciencia desvelos, amor, lágrimas -porque no todo es color de rosa en la vida de una mujer- lo importante es que esas lágrimas sean un aditivo de fortaleza para continuar con el alma, el corazón y la razón, intentando hacer este mundo cada día mejor a pesar de las dificultades, o circunstancias que hacen parte de la vida. ¿Que sería del mundo sin la mujer? Simplemente... INIMAGINABLE.

Maravillosamente sabia.

Única en su género.

Jerarquía de generaciones.

Espíritu amoroso y dadivoso.

Razón y corazón.

APORTÁNDOLE
AL MUNDO
LO MEJOR



Juego y aprendo

Por: Emperatriz Banquez Hinestroza
Licenciada en educación infantil

Genial idea para trabajar las operaciones de restas
JUGUEMOS A LAS RESTAS

Materiales: caja de cartón, marcador, exacto, cinta adhesiva, pelotas o juguetes pequeños.

Instrucciones:

- Realice un dibujo niño sujetando 10 globos como lo muestra la imagen.
- Corte el centro de los globos para que pueda introducir las pelotas
- Corte un cartón o cartulina en forma rectangular forre con cinta adhesiva.
- Escriba en el rectángulo la cantidad 8-2
- El niño colocara suavemente 8 pelotas y al finalizar traspasara 2 luego contará cuantas le quedan: 6

Escriba el link en google para ver el video
<https://www.facebook.com/preescolarceneval/videos/487068659120394/asi-aprendera-a-restar-jugando>.

Personero ALUNA 2021... On line

Por: Comité de democracia ALUNA

Las familias se pusieron la camiseta y apoyaron en la ELECCIÓN DEL PERSONERO ALUNA 2021, notándose su respaldo en el número de votos obtenidos, por primera vez esta actividad se llevó a cabo de forma virtual, a través de una encuesta; dando como ganador al niño JOHN JAMER VILLAREAL ORTIZ del aula Delfín.

De antemano felicitaciones al ganador y a su familia por su dedicación y esmero; en general a toda la comunidad de ALUNA y a los demás aspirantes por su participación democrática; como garantía de ejercer el derecho de elegir y ser elegido.

¡GRACIAS FAMILIA ALUNA!



RECONOCIENDO MIS EMOCIONES

Por: Equipo de CAA ALUNA (Comunicación Aumentativa y Alternativa)

El ser humano es un conjunto formado por el cuerpo físico, la mente y las emociones. Todos estos elementos están interrelacionados y no los podemos entender por separado, ya que configuran un todo, siempre se nos han repetido constantemente que lo ideal es que estos tres elementos estén equilibrados. Sin embargo, encontramos que la mayoría de las personas le da mucha importancia a la mente y cultivan el cuerpo, pero dejan de lado a las emociones.

Hoy por hoy, la pandemia por COVID 19, ha tenido un efecto enorme en nuestras vidas. Muchos de nosotros nos enfrentamos a retos que pueden ser estresantes, abrumadores y provocar emociones fuertes tanto en niños como en adultos. Las medidas de salud pública, como el distanciamiento social, son necesarias para



reducir la propagación del virus, pero pueden hacernos sentir aislados y aumentar el estrés y la ansiedad.

En ALUNA los niños, niñas, jóvenes y sus familias, han tenido que adaptarse a esta nueva estructura de trabajo virtual, ocasionalmente generando distintas circunstancias como dificultades para aceptar el confinamiento, ansiedad, estrés, entre otras. En estas situaciones la familia y/o cuidadores juegan un papel importante en el rol de ayudar a su hijo a la hora de comu-

nicarse y hacerse entender ayudando a optimizar el proceso de comunicación con sus hijos en casa.

La invitación con este texto es aprender a nombrar y reconocer las emociones, ya que tenerlas embotelladas pueden llevarnos a explotar de manera negativa. Recuerda "Una vez que se expresan los sentimientos, se vuelve más sencillo controlarlos e irlos normalizando" es decir enfrentarlas en lugar de dejarnos manejar por ellas.

Personal nuevo Bienvenidos a ALUNA:

María Jose Rada Rada
Terapeuta Ocupacional

Vanessa Torres Acero
Educatora Especial

Claribel Gomez Torres
Psicóloga

Elisa María Díaz Guevara
Trabajadora Social

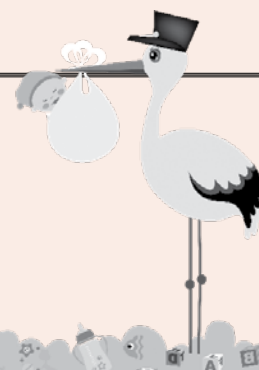
Cigüeña

¡Bienvenidos!

Bienvenida al bebé

Deykel de Jesús Valiente Madera. Hijo de Kelly Madera Argumedo

Abigail Rodríguez Diago. Hija de Mayti Susana Diago Vides.



**CENTRO DE HABILITACIÓN Y
CAPACITACIÓN ALUNA**

Diagonal 26 N° 47-49 Barrio República de Chile
Teléfono: 6746444 -
email: aluna@aluna.org.co
Cartagena de Indias - Colombia



www.aluna.org.co



ALUNA FUNDACION



ALUNA FUNDACION



@ALUNAFUNDACION



comunicaciones ALUNA