

# Aurora C.I.C

CONECTA, INFORMA Y COMPARTE

## GANADORES CONCURSO DÍA DEL ANIMAL



EDICIÓN N 22

## Estimada Comunidad Educativa

Junto con saludarlos a cada uno de ustedes y esperando que se encuentren bien junto a sus familias queremos entregarles este material didáctico, para que puedan compartir dentro de sus hogares, a través de este medio trabajaremos temáticas atinentes a áreas que fomentan el desarrollo integral de nuestros estudiantes, y que se relacionan con el manejo conductual y emocional a nivel familiar, otorgando consejos y estrategias para poder facilitar la convivencia familiar ante esta situación emergente. También se entregaran recomendaciones para potenciar el proceso de aprendizaje a distancia de sus hijos, actividades familiares y relacionadas con hábitos de vida saludable tanto a nivel de alimentación y actividad física,

así como también aspectos relevantes de Formación Ciudadana.

Como equipo de convivencia escolar, estamos orientados a trabajar enfocados en los Indicadores de Desempeño, los que se encuentran explicados con mayor detalle en la plataforma de nuestro colegio, en la pestaña de Convivencia Escolar.

¡Tendremos una edición semanal con diversas actividades para ustedes!

Les enviamos un abrazo virtual  
Con cariño

Equipo de Convivencia Escolar

# BONO DE PROTECCIÓN: UN BENEFICIO DEL GOBIERNO QUE APOYA PRINCIPALMENTE A MUJERES

El Bono de Protección es un aporte que está dirigido a quienes son parte del programa Chile Seguridades y Oportunidades, y apoya principalmente a las jefas y jefes de hogar. Este beneficio se otorga durante dos años a quienes sean usuarios del mencionado plan, por lo que no se necesita una postulación previa. Quienes sean beneficiarios recibirán el bono en sus cuentas de forma automática, el cual variará dependiendo de los tramos que el Ministerio de Desarrollo Social establece.

Los montos establecidos para este 2020 son los siguientes:

- En los primeros 6 meses, el bono es de \$17.970.
- Entre el mes 7 y el mes 12, el bono es de \$13.676.
- Entre el mes 13 y el mes 18, el bono es de \$9.402.
- Entre el mes 19 y el mes 24, el bono es de \$13.155 (valor corresponde a monto según UF).

Los montos se reajustan el 1 de febrero de cada año, en el 100% de la variación del Índice de Precios al Consumidor (IPC) del año anterior. Existen seis tipos de prioridades para quienes reciben el aporte mencionado, siendo principalmente mujeres:

- 1.- Madre de personas menores de 18 años o con certificación de invalidez o con discapacidad mental o de personas que puedan ser causantes del Subsidio Familiar (SUF)
- 2.- Mujer mayor de 18 años de edad que sea jefa de hogar o pareja del jefe de hogar
- 3.- Mujer mayor de 18 años que desempeñe la función de dueña de casa
- 4.- Si no hay mujeres en el hogar que cumplan con las prioridades 1, 2 o 3, se pagará el bono al hombre mayor de 18 años que sea jefe de hogar
- 5.- En el caso que no se cumplan las condiciones anteriores, recibirá el bono cualquier mujer mayor de 18 años de edad. Si no puede o no existe una mujer mayor de edad, se pagará a cualquier hombre mayor de 18 años
- 6.- En caso que no sea aplicable ninguna de las prioridades anteriores, el bono se pagará a la persona mayor de edad que tenga a su cuidado a una persona menor de 18 años.

Para cobrar el pago no debes realizar ningún procedimiento, pues el pago se realiza en forma automática en una cuenta bancaria o con retiro en la Caja de Compensación Los Héroes o sucursales de BancoEstado.





## YAMA DE LA SEMANA



# APARIGRAHA



NO SER EGOISTA, NO ACUMULAR

---

*Este Yama nos recuerda la importancia de valorar y aceptar aquello que verdaderamente necesitamos, que tener no nos hace mejores, ni tampoco mas queridos.*

1. Seamos responsables y generosos.
2. El progreso está en nuestras manos y la felicidad interior no depende de cuanto tengas sino como seas.

"La fórmula mágica para la avaricia es la generosidad"







# EL USO DE LA BICICLETA Y EL CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE

## HACES EJERCICIO Y AHORRAS

Ir en bicicleta a la escuela o trabajo, simplemente moverte a hacer las compras, no te darás cuenta y habrás llegado, además te ahorras el dinero de la locomoción.



## AYUDAS AL MEDIO AMBIENTE

Ir en bici no provoca emisiones de CO<sub>2</sub>, es silencioso y amigable con la naturaleza.



## ESTAS EN CONTACTO CON EL MUNDO EXTERIOR

A veces olvidamos de disfrutar las cosas simples, ir en bici por la ciudad te conectará con ella.



## MEJORA TU HUMOR

Ir en bici libera dopamina, una hormona que hace que te sientas feliz y con mas energía.



## AUMENTA TUS HABILIDADES COGNITIVAS

El ejercicio hará agudizar tu memoria y aprendizaje, ejercitarás tu cuerpo y mente.



ES EL MOMENTO IDEAL PARA COMPARTIR CONTIGO MISMO Y RELAJARTE.



# Obesidad



El sobrepeso y la obesidad se definen como acumulación de grasa anormal o excesiva que puede deteriorar la salud. El índice de masa corporal (IMC) es un índice sencillo del peso para la talla que se usa generalmente al clasificar el sobrepeso y la obesidad en las poblaciones adultas e individuos. Se define como el peso en los kilogramos divididos por la altura al cuadrado en metros (kg/M<sup>2</sup>).

## Obesidad en Chile

En Chile y en muchos países del mundo, la obesidad y el exceso de peso presenta una prevalencia alta y creciente desde los primeros años de vida. Hoy la Obesidad es un problema de salud global, por ello se habla de la Globesidad.

En la población adulta la prevalencia de población enflaquecida (IMC < 18,5) es de 0,8% y la de obesidad es de 23,2% (19,6% en hombres y 29,3% en mujeres). Más del 60% de la población tiene algún grado de exceso de peso (sobrepeso u obesidad). La obesidad en personas con menos de 8 años de educación es de 33,4%.

## Obesidad infantil en Chile.

El Mapa Nutricional de Junaeb informa sobre el perfil nutricional de cinco niveles educacionales (prekínder, kínder, 1° básico, 5° básico y 1° medio) de los establecimientos educativos con financiamiento público. El nivel con mayor prevalencia de obesidad es 5° básico, luego le sigue Kínder, 1° básico, Prekínder y, finalmente, 1° medio. Los 3 primeros cursos, correspondientes a los estudiantes más jóvenes son muy similares en cuanto a sus prevalencias. Primero medio destaca por un menor nivel de obesidad, pero mayor prevalencia de sobrepeso. Quinto básico presenta los peores resultados en cuanto a obesidad y sobrepeso. Es necesario obtener 3 años de resultados para poder realizar conclusiones con más propiedad respecto a esta nueva incorporación.



## Consecuencias de la Obesidad Infantil

La obesidad infantil puede provocar diabetes, presión arterial elevada y niveles de colesterol altos. Es posible que el único síntoma que se manifieste sea el peso corporal por encima de lo normal. Una de las mejores maneras de conseguir un peso saludable en un niño es mejorar los hábitos de ejercicio y la dieta de toda la familia.

Para detener la obesidad hay que enfocarse en las generaciones que vienen. La prevención parte desde el embarazo, monitoreando el estado nutricional y los hábitos alimentarios maternos, y el peso del niño que está por nacer





¡ANÍMATE CON ESTAS  
TERRORIFICAS  
PREPARACIONES PARA  
HALLOWEEN!
















Hola niños, hoy les traigo una actividad muuuy entretenida!! Deben poner mucha atención ya que no podemos olvidar a ningún animal.

Cuenta cuántos animales hay y completa los recuadros que hay abajo

## ¿Cuántos animales hay?



	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>







# *Adivinanzas*

"Orejas cortas, rabo cortito, corre y salta muy ligerito"

"Cuando llueve y sale el sol, todos los colores los tengo yo..."

"Es pequeña como una pera, pero alumbra la casa entera. ¿Qué es?"

"Salgo todas las mañanas, por la tarde me escondo, siempre doy luz y calor y soy redondo redondo...¿Quién soy?"





# GANADORES CONCURSO "DÍA DEL ANIMAL"

**Categoría Pre Básica**

**Ganador: Bastian Allendes**

**Mención Honrosa: Emilio Andrade**

**Categoría Primer Ciclo:**

**Ganador: Franco Retamal**

**Mención Honrosa: Salvador Guzmán  
y Dilan Garrido**

**Categoría Segundo Ciclo:**

**Ganadora: Milen Carreño**

**Mención Honrosa: Isidora Mena**

**¡Felicitaciones!**