



EDICIÓN N° 23

# AURORA C.I.C

## 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



# Decálogo Del Buen Trato

1

**Saludar**



2

**Sonreír**



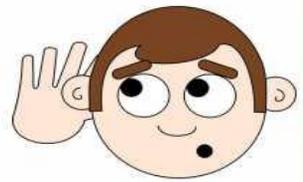
3

**Llamar a las  
personas por  
su nombre**



4

**Escuchar  
con  
atención**



5

**Utilizar  
las palabras  
mágicas**



6

**Respetar  
el  
turno**



7

**Respetar  
diferencias  
de opinión**



8

**Ser  
amable**



9

**No  
Discriminar**



10

**Ayudar  
a los  
compañeros**



# ¿CÓMO HABLAR DE SEXUALIDAD CON LOS HIJOS?

## CREAR UN ESPACIO DE CONFIANZA

En especial si es adolescente. No juzgar ni cuestionar sus planteamientos y dejar que fluya como una conversación normal.



## ¿DESDE QUÉ EDAD SE PUEDE HABLAR DE SEXUALIDAD?

Es importante conversar desde edades tempranas, normalizar el tema y hablar siempre con claridad adecuando el lenguaje y explicación a su edad, pero utilizando siempre las palabras como pene y vagina sin sentir pudor al mencionarlas.

## ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE HABLAR CON ELLOS?

La importancia radica en potenciar el vínculo entre los padres e hijos, generando relaciones de confianza que nos permitirán en un futuro evitar enfermedades de transmisión sexual, embarazos adolescentes, o que ellos puedan develar sin miedo algún episodio de abuso sexual.



En el caso de los hijos, también pueden solicitar hablar del tema con los padres y si es muy complejo hacerlo siempre puede recurrir a un especialista que los oriente y genere este tipo de espacios de confianza, hay psicólogos, terapeutas y personal de salud completamente capacitado para realizar este tipo de consejerías familiares

ES IMPORTANTE RECORDAR QUE EL ABUSO SEXUAL NO SE PUEDE PREVENIR, PERO SI PODEMOS LOGRAR QUE NUESTROS HIJOS CONFIEN EN ADULTOS RESPONSABLES PARA CONTARLO

si necesita mayor orientación puede pedir ayuda al equipo de convivencia escolar del colegio



PEQUEÑOS RITOS PERSONALES



"Niyamas"  
I. Saucha

(Pureza, limpieza, Claridad)

Tratemos nuestro cuerpo como un templo  
¿Qué haces para cultivar tu cuerpo y mente?

Podemos cuidarnos a través del movimiento, la  
alimentación sana, para desintoxicar toxinas  
**internas y externas**



PORQUE MANTENIENDO LA MENTE Y EL CUERPO LIMPIOS Y DESPEJADOS,  
PODEMOS MANTENER UN MEJOR ESTADO DE CONCIENCIA, MANTENIENDONOS  
ENRAIZADOS Y CENTRADOS EN NUESTRA VIDA DIARIA.





# DEPORTE URBANO



Cómo usar el espacio público para favorecer la salud

¿NUESTRA CIUDAD OFRECE ESPACIOS PARA EL DEPORTE?  
¿QUÉ DEPORTE PODRÍA REALIZAR?



## CICLISMO

Rancagua es oficialmente la comuna con más kilómetros de ciclovías de Chile, busca tu sector, mapa, y comienza a recorrer las calles, te sorprenderás hasta donde puedes llegar. Hay 61,5 km a tu disposición, úsalos!



## FORTALECIMIENTO



Nuestra ciudad cuenta con variados circuitos de máquinas para hacer ejercicios en la gran mayoría de las plazas, donde encontramos desde caminadoras hasta elevadores! Busca la plaza más cercada a tu casa y compruébalo tú mismo.

## SKATE



En Rancagua también hay skatePark! Anímate a conocerlo y practicar este deporte a prueba de tus condiciones físicas! desafía a tus amigos a mantener el equilibrio sobre la tabla!

## PATINAJE

Si te gustan las ruedas, puedes también disfrutar de las ciclovías pero el Rollers, qué te parece?



## PARKOUR

Siiii!!! también en nuestra ciudad! Supera obstáculos y muestra tus acrobacias utilizando todas tus capacidades motrices para vencer los retos.

## NO OLVIDAR

La seguridad es lo primero, no olvides tu casco, guantes, o rodilleras en el caso que sea necesario, cuidarnos es trabajo de cada uno.





DEL 9 AL 13 DE NOVIEMBRE

# LLAMADO INDIVIDUAL AL FONDO SOLIDARIO DE VIVIENDA

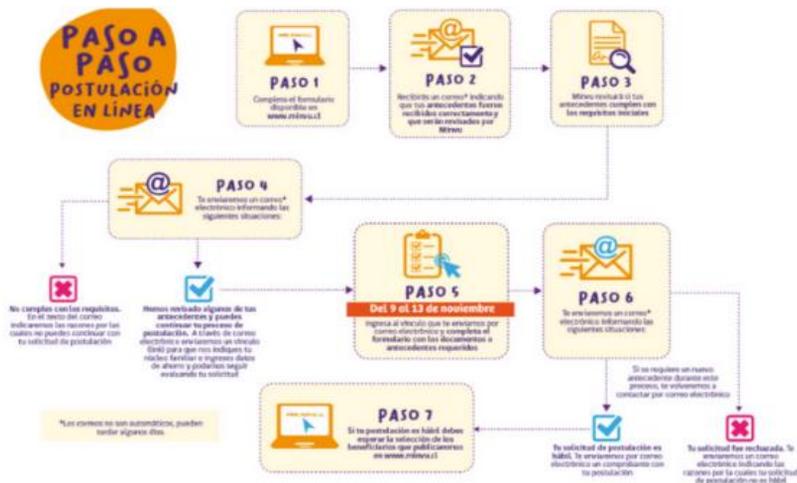
Este subsidio permite a familias que no son dueñas de una vivienda, que viven en situación de vulnerabilidad social y pertenecen al 40% de la población con menos recursos de acuerdo al Registro Social de Hogares (RSH), comprar una vivienda (casa o departamento) sin crédito hipotecario cuyo valor no puede superar las 950 UF (\$27.226.000 aproximadamente). Este subsidio también se puede aplicar en proyectos de construcción que tengan viviendas disponibles. En este caso, el monto del subsidio será igual a los montos regulares del proyecto elegido.

## MONTOS DE SUBSIDIO



### Subsidios Complementarios

Subsidio según localización de la vivienda	Densificación en altura (desde tres pisos)	Discapacidad (obras especiales en la vivienda)	Superficie adicional (viviendas sobre 37,5 mt <sup>2</sup> )	Premio a ahorro adicional (más de 10 UF al postular)
120 ó 200 UF	110 UF	20 u 80 UF	Hasta 50 UF	Hasta 30 UF



## Requisitos:

Tener mínimo 18 años de edad.

Contar con Cédula Nacional de Identidad.

Las personas extranjeras deben contar con Cédula de Identidad para Extranjeros y adjuntar Certificado de Permanencia Definitiva (emitido por el Departamento de Extranjería del Ministerio del Interior o por Policía de Investigaciones de Chile), excepto quienes hayan participado del proceso de postulación del año 2019 y no fueron beneficiados.

Contar con el Registro Social de Hogares (RSH) y no superar el tramo del 40%. Acreditar en el RSH un grupo familiar.

No pueden postular personas solas (familias unipersonales) excepto los Adultos Mayores, viudos/as o aquellas que tengan un grado de discapacidad (acreditada ante el COMPIN), calidad de indígenas o sean reconocidas en el Informe Valech.

Tener una cuenta de ahorro para la vivienda con un ahorro mínimo de 10 UF.

Las personas interesadas en postular en septiembre tenían como plazo máximo para completar este ahorro el día 31 de agosto (14:00 horas). En tanto, quienes postulan los primeros días de octubre tienen plazo hasta el 30 de septiembre (14:00 horas).