

EL LENKINO

A detailed black and white line drawing of a woman wearing a traditional Chilean dress, including a white headscarf (mantu) with a decorative lace collar and a yellow and white striped shawl (rebozo) draped over her shoulders. The drawing is centered on the page and partially overlaid by text blocks.

MAYO 2022

CONCURSO DE BIBLIOTECA
"UN NOMBRE PARA EL GORILA"

RENEGADOS
POR VIOLETA RÍOS

ALMAS NUEVAS
CONVOCATORIA 2022

ARTES Y CULTURA

SOFÍA GUTIERREZ (RETRATO)
ALONDRA ITURRA (POESÍA Y GRÁFICA)
ANTONIA VERA (ANIME)
ALEXANDER FERNÁNDEZ (ILUSTRACIÓN)

DEPORTES

CAMPEONATO DE BABY FUTBOL

ECOLOGÍA

RACIONAMIENTO DE AGUAS EN SANTIAGO.

Liceo Lenka Franulic, Ñuñoa.

Primera edición, mayo 2022.

Ilustración portada: Alondra Iturra.

Diagramación: Francisco Solar

Edición: José Luis Poblete

Contenido: Estudiantes del Liceo Lenka Franulic

Coordinación Lenkino: Departamento de Convivencia Escolar.

INDICE

Carta de la directora.
Conmemoración Día de la Tierra
¿Quién es Catalina Silva?
Centro General de Estudiantes
Concurso “Démosle un nombre a nuestro gorila”, Biblioteca.

Escritura Lenkina

Renegados por Violeta Ríos
Almas Nuevas 2022
Poemas: Vete, pero no me abandones; Atenoiram por Alondra Iturra.
Poema: Una historia de desamor y cuatro rosas por Matilda Moyano.

Artes y cultura Lenkina

Sofía Gutierrez, Retratos
Alondra Iturra, Poesía Gráfica
Antonia Vera, Anime
Alexander Fernández, Ilustración de libros.

Deportes Lenkino

Campeonato de Baby Fútbol

Ecología Lenkina

Racionamiento de agua en Santiago, Taller de Ecología Eva

Convivencia escolar, Psicología responde, Hablemos de salud mental.
Registro de afiches por el día de la tierra

Querida comunidad escolar:

Son los estudiantes quienes explican, de forma primera y última, la razón de ser de nuestro establecimiento educacional. Esto, no solo desde la fundamental perspectiva académica, sino también desde una que involucra otros factores como son aquellos referidos de desarrollo psico-emocional de los educandos. Los últimos son explicados, principalmente, por la natural interacción social diaria dentro de nuestra comunidad.

Personalmente, siento una gran alegría que este año hayamos retomado actividades que signifiquen una mejor y mayor integración en todos los espacios de relación dentro de nuestra comunidad.

Felicito a todos los colaboradores del Lenkino, dirigido por su director, don Francisco Solar Acevedo, profesor de artes visuales del establecimiento, los esfuerzos que han significado retomar esta labor y poder compartir con nosotros los diferentes y variados trabajos de muchos alumnos, destacando sus especiales talentos en sus páginas.

El desarrollo y apoyo de dichos talentos responden a nuestro objetivo de una educación integral y completa que nos compromete en nuestro colegio.

Dentro de este desarrollo integral, están consideradas las actividades deportivas, destacando el campeonato de baby fútbol; el concurso de deletreo de inglés y sus logros; los campeonatos de ajedrez y sus logros; la producción artística, ya sea en la creación lírica como en lo que corresponde al arte visual.

Finalmente, deseo agradecer a todos quienes hacen posible este periódico: organizadores, editores, coordinadores y colaboradores. En especial, a los estudiantes que, generosamente nos comparten sus bellos trabajos realizados desde su intimidad, y que nos permiten seguir soñando y trabajando con la idea de una comunidad educativa integral y participativa que logre desarrollar lo mejor de todos nosotros.

Afectuosamente, les saluda
Directora Jennifer Morris Peralta



D
I
A

D
E

L
A

T
I
E
R
R
A

CONMEMORACIÓN DÍA DE LA TIERRA

VIERNES 22 DE ABRIL

Información extraída de: www.nunoa.cl



En el marco de la Conmemoración del Día Internacional de la Tierra, se realizó en el Liceo Lenka Franulic de Ñuñoa, una charla junto a jóvenes activistas ambientales con la presencia de estudiantes de diferentes colegios municipales.

En la instancia, la alcaldesa Emilia Ríos, acompañada por el director de la Dirección de Medio Ambiente, Patricio Jeréz, y la directora de la Corporación de Educación, Vivianne Alfaro, firmó junto a la Seremi de Medio Ambiente RM, Sonia Reyes, un protocolo de acuerdo para trabajar en la certificación de nivel intermedio en el Sistema de Certificación Ambiental (SCAM).



Alcaldesa Emilia Ríos

Además, se hizo entrega a la Ilustre Municipalidad de Ñuñoa, el documento oficial que certifica el 100% de cumplimiento nivel básico en el Sistema de Certificación Ambiental Municipal del Ministerio de Medio Ambiente, luego de adoptar una serie de acciones medioambientales, reafirmando el compromiso de la actual administración con la sustentabilidad y la preservación de nuestras áreas verdes.

De esta forma, la Ilustre Municipalidad de Ñuñoa a través de la firma de un protocolo, se comprometió a trabajar este 2022 para lograr el nivel intermedio con el fin de promover e impulsar la gestión ambiental local de la comuna. Además, cinco colegios de la comuna se sumaron al desafío de proteger activamente al medio ambiente, trabajar y ser evaluados para conseguir la certificación.

COMPROMISO ADQUIRIDO POR LA DEUDA CON EL CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE.

La alcaldesa, Emilia Ríos, se refirió al nuevo compromiso adquirido por el municipio y a la larga deuda que tiene la comuna con el cuidado del medio ambiente. “Desde los colegios estamos tomando acciones para avanzar hacia una relación más sustentable con el medioambiente a partir de certificaciones ambientales en cinco colegios y, además, avanzando en la certificación ambiental municipal. Conseguimos el nivel básico, pero sabemos que necesitamos mucho más. En eso estaremos trabajando junto a toda la comunidad”, señaló.



Directora Liceo Lenka Franulic: Jennifer Morris; Alcandesa: Emilia Ríos.



Taller de ecología 2022, realizado por la profesora Eva Guzman (profesora de Biología)

La instancia, estuvo marcada por la charla de activismo ambiental de Catalina Silva, activista climática y estudiante de Biología Ambiental en la Universidad de Chile, donde los estudiantes de los distintos colegios pudieron aprender sobre el cuidado del medioambiente, la importancia de ser agentes de cambio y tuvieron la oportunidad de preguntarle cómo trabajar para cambiar la mentalidad de las personas que los rodean y generar un impacto positivo a la tierra.



¿Quién es Catalina Silva?

biobiochile.cl

Ha sido entrevistada incluso por la BBC, y varios medios locales la han comparado con la activista sueca Greta Thunberg. Sin embargo, Catalina Silva (20) se muestra humilde y tranquila y continúa su propio camino de lucha contra el cambio climático.

Oriunda de Villa O'Higgins, un pueblo pequeño en la Región de Aysén, con apenas 10 años ya protagonizaba documentales sobre la flora y fauna de la Patagonia: se pueden ver los capítulos de 'El Jardín de Catalina' en su sitio web catalinasilva.cl

Es co-fundadora de la iniciativa '1000 Acciones por un Cambio', que ha movilizó a cientos de jóvenes en toda Latinoamérica a tomar acción concreta para luchar contra la crisis ambiental en que nos encontramos.

Hoy estudia Biología Ambiental en la Universidad de Chile, y forma parte de 'Reacciona por el Clima', la campaña impulsada por la Unión Europea, el Ministerio de Medio Ambiente y fiiS que ya ha creado una comunidad de más de 20 mil personas para ayudar al planeta.

CENTRO GENERAL DE ESTUDIANTES

Liceno Lenka Franulic, Ñuñoa



De izquierda a derecha: Emilia Ríos (Alcaldesa de Ñuñoa); Agustina Medina (Presidente CGE); Álvaro Barra (Vicepresidente CGE); Débora Morales (Secretaria CGE); Jaime Robles (Presidente CGE); Juan Daniel (Vocero CGE); Marcos Caballero (Tesorero CGE);

El pasado día viernes 22 de Abril, conmemoramos el día de la Tierra juntos a autoridades de la Corporación municipal de Ñuñoa, fue la perfecta oportunidad del centro de alumnos de poder sacarse una foto oficial junto a la alcaldesa de Ñuñoa Emilia Ríos, quien se mostró cercana y acogida por los jóvenes estudiantes del Liceo Lenka Franulic, a continuación les mostraremos algunos comentarios del CGE:

¿Cuál es el principal objetivo del nuevo Centro General de Estudiantes?

Nuestro principal objetivo es realizar cambios positivos para nuestra generación y las siguientes, tanto en ámbitos educativos, ambientales y deportivos. Sabemos que no se pueden lograr todas las propuestas, pero creemos que exponerlas harán que en un futuro se logren.

¿Algún mensaje que deseen entregar a la comunidad de estudiantes?

Queremos que tengan la confianza de hablarnos para pedir cambios, porque están en su derecho de exigir mejoras. Entre todos debemos colaborar para un mejor Lenka Franulic, podemos cambiar hábitos y mantener una comunidad unida.

BIBLIOTECA LICEO LENKA FRANULIC.



La biblioteca Escolar CRA acoge a toda la comunidad Lenkina y su objetivo principal es apoyar el proceso de enseñanza y aprendizaje (fomentando la lectura, apoyo curricular y educación de usuario), ofreciendo a la comunidad un conjunto de recursos y servicios a través de un plan de acción específico y un marco de políticas reales.

Felicidades a Florencia Quezada, ganadora del concurso, “Un nombre para el gorila”.

Biblioteca
Liceo Lenka Franulic 2022

CONCURSO
Démosle un nombre a nuestro gorila
¿Cómo se podría llamar?
Participa creando un nombre para la Gorila, Puedes ganar entretenidos premios.

CHOCOLATE

Es el nuevo nombre del gorila de Biblioteca

REGISTRO DE BIBLIOTECA





¿Quieres vender tus libros?

A todos los estudiantes desde pre-kínder a 6to básico invitamos desde la Biblioteca Escolar (BE) a participar de la celebración del día del libro, este **23 de abril de 2022**. Donde realizaremos por tercera vez La Feria del libro usado.

La participación de sus cursos será muy importante para darle vida y dinamismo a este evento.

¿Cómo organizarse? Los estudiantes de cada curso durante los días anteriores a la feria podrán reunir y donar los libros que podrán vender en la feria, tienen que ser libros originales y en buen estado. Los cuales pasaran hacer el fondo literario común, para venderlos y recaudar dineros para su curso. Se sugiere el valor estimado de los libros de \$1.000.- (mil pesos).

DÍA DEL LIBRO 2022

FERIA
DEL LIBRO

LICEO LENKA FRANULIČ

Lunes
25
ABRIL

INTERCAMBIO DE
LIBROS

CELEBRACIÓN DÍA DEL LIBRO

A cargo de las profesoras: Eliana Arriagada y Alejandra Flores



El lunes 25 y martes 26 de abril, se conmemoró el día del libro con una actividad de creaciones literarias musicalizadas con formato libre, respecto de experiencias vividas con los siguientes libros: El principito, El retrato de Dorian Grey, La última Niebla (lectura domiciliaria actual), cuentos infantiles, poemas, canciones y representaciones teatrales.

Todas creaciones originales de los estudiantes para ser presentadas frente al público de pares, profesores y directivos



Participaron los alumnos de 3° Medio A y B, 4° Medio A y B.

VENTA DE LIBROS DÍA DEL LIBRO 2022, encargada Paula Jaramillo.



El pasado viernes 29 de Abril, se realizó la venta de libro usados dentro del establecimiento educativo Liceo Lenka Franulic, a cargo de la profesora Paula Jaramillo, encargada de Biblioteca. Se dispusieron a la venta una multitud de diferentes géneros literarios: novelas, textos artísticos, textos dramaticos, entre otros; felicitamos a los profesores y estudiantes que hicieron posible este magnifico evento. Dejamos a continuación el registro de aquel evento.



Profesor: Ismael López

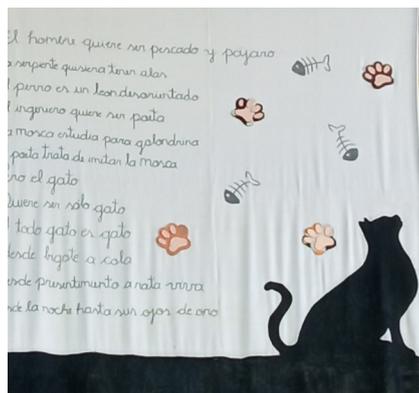
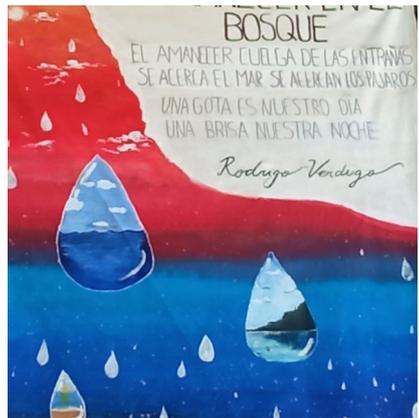


LIENZOS DÍA DEL LIBRO

Encargada: Leonor Dinamarca



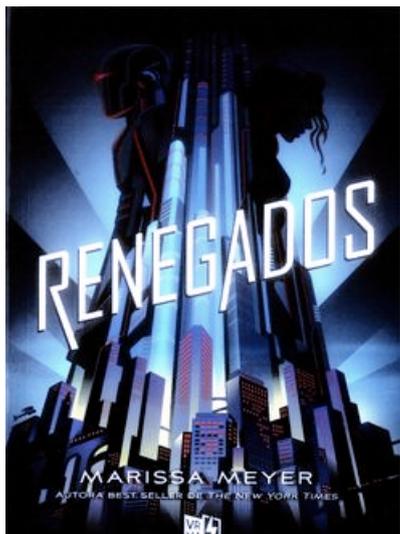
El pasado viernes 29 de Abril, los estudiantes del Liceo Lenka Franulic, nos sorprendieron con sus espectaculares Lienzos por el día del Libro, evocando temáticas de diferentes textos de la cultura y la narrativa. Dejamos con ustedes el registro de las magníficas muestras realizadas por los estudiantes.





Escritura
Lenkina

RENEGADOS POR VIOLETA RÍOS



Marissa Meyer, la autora de este libro, es una reconocida autora bestseller del The New York times, que saltó a la fama con Cinder, el primer libro de su saga Crónicas Lunares. Tanto esta como la saga de Renegados son obras de ciencia ficción.

Este excelente libro nos ofrece un mundo utópico que, si bien parece estar a simple vista bajo control, en realidad está contaminado de corrupción, delincuencia y violencia, donde los prodigios, que es como se llama a los humanos con habilidades sobrenaturales, luchan por obtener el control unos sobre otros. Es un libro de ciencia ficción que combina perfectamente la acción, el suspenso, la traición y el misterio.

La historia comienza con nuestra protagonista, Nova Artino, que tiene el poder de dormir a las personas, y que está a punto de sufrir la muerte de su hermana y sus padres a la temprana edad de 6 años. Casi inmediatamente, después de eso, descubre que su tío, Ace Artino, es en realidad el líder del grupo de los anarquistas, un grupo que cree firmemente que las personas deberían preocuparse y controlarse solo por ellos mismos, y no esperar a que alguien más haga las cosas por ellos. A los 6 años, Nova se une a los anarquistas y comienza a luchar junto a ellos para conseguir lo que quieren. Sin embargo, lo que ella no sabía era que un tiempo después, Ace sería derrotado por los renegados, un grupo de prodigios que surgió de las ruinas de una sociedad destrozada, y establecieron paz y orden donde reinaba el caos. Por lo menos, eso es lo que son a los ojos de todos, menos los de los “villanos” a los que derrotaron. Nova siente un odio indescriptible hacia los renegados, y lo único que quiere es buscar venganza.

Este es un libro que, si bien es uno de los mejores que he leído, también puede hacerse un poco pesado a la hora de leerlo, pero es gracias a la cantidad de detalles sobre los sentimientos y el entorno de los personajes. Aunque es un poco largo, vale mucho la pena leerlo, y la crítica social que contiene y la bella manera en la que está narrado es algo digno de disfrutar.

**POESÍA
ILUSTRACIÓN**
liceo Lenka Franulic

ALMAS NUEVAS



**CONVOCATORIA
2022**

Vete, pero no me abandones

Por Alondra Iturra

El cariño que te he dado
y el afecto que he recibido,
desde siempre he apreciado
los momentos que contigo he vivido.
Por desgracia has fallecido,
la luz de tu vida se ha ido
y de mis ojos se ha perdido,
pero aún así no te dejaré en el olvido.

atenoiram

Por Alondra Iturra

Soy yo la marioneta
manipulada sin piedad
por la ansiedad,
soy yo la marioneta
a la que apuntan en su dirección
y disparan al corazón,
quebrando de a poco su pecho
como su cabeza atormentada sin compasión
por la frustración,
además del estrés
que acompaña a cualquiera en el antes y después,
es el tiempo
en lo que siempre pienso
por lo que me preocupo.
Me rodean miedos,
miedos que me aterran
miedos que me gustan y agradan,
aunque algunos aún me dejan anonada
como los medicamentos,

los animales
ya sean vivos o muertos,
que me quiten los materiales
con los que expreso
emociones, momentos y sentimientos.

Son los monstruos
que no hablan, ni respiran
solo me tocan y miran,
la sonrisa me roban
la debilidad me otorgan.

Tan solo con su presencia me torturan
pero los miedos y dolores no perduran,
cuando mis pensamientos negativos
se borran o maduran,
haciendo que ame y tema
tema y ame
la oscuridad que me aturde.

Soy yo la marioneta
la que está escribiendo,
la que gritó
pero mi voz no se oyó,
solo actuó
como un eco que en mi se encerró.



atenoiraM
Alondra Iturra
Técnica: dibujo a tiralíneas

Dimensiones: 21x31cm
Año: 2021

Una historia de desamor y cuatro rosas.
por Matilda Moyano

Flores que fueron cortadas no tienen ningún valor para mí,
marchitándose están cuatro rosas blancas que me regalaste en un jarrón.

Abandonada me siento como aquellas cuatros rosas,
encerrada en una colección de ladrillos y madera,
tirada me dejaste aquí como esas bellas rosas.

Cada mañana se escucha una puerta y nada más,
ni un beso, ni un adiós, ni una flor.

Una de esas mañanas te veo marcharte y no volver al cielo oscurecer,
tiraré las rosas para no volver a recordarte otra vez.





Artes y cultura
Lenkina

SOFÍA GUTIERREZ AGUAYO

Retratos

Empecé a interesarme (seriamente) en las artes visuales cuando tenía 11 años y honestamente no recuerdo la razón exacta; simplemente recuerdo haber encontrado un video en YouTube donde hacían un tutorial sobre cómo dibujar un ojo realista con carbón. La razón por la que he tomado tanto interés en la pintura y el dibujo, es porque me llama mucho la atención crear objetos que tengan la apariencia de 3D en una superficie 2D. Tanto mi abuela como mi padre han mostrado interés por la pintura, pero sólo mi abuela ha tomado clases (óleo). En mi opinión, mi habilidad para dibujar/pintar no es talento, sino más bien arduo trabajo y miles de estudios, pero no conozco mucho la historia de mi abuela con el arte, solo sé que no ha tenido mucho tiempo para pintar y solo ha tomado 4 clases de pintura, y pinta bastante bien, realista, no muy innovativo, pero bastante bien. ¿Será talento?



Nombre de la obra: Caos.
Técnica: Óleo.
Dimensiones: 20,3 * 20,3 cm.
Año: 06 Agosto, 2021.

¿Qué te motiva a realizar cuadros y dibujos, algún tema en específico?

Lo primero que aprendí y sigo aprendiendo, a sido dibujar personas y pintarlas, me encanta porque ahora puedo decir con orgullo que puedo identificar los planos de la cara y modificar las características de un rostro todo lo que quiera.

No solo esto, sino que también agregar colores que no se ven en un rostro en la realidad y que aún así sea reconocible como una persona es gratificante.

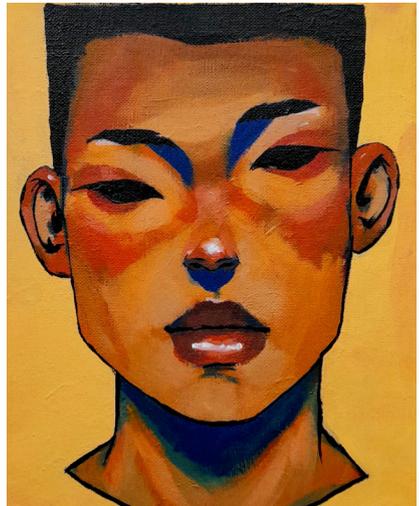


Nombre de la obra: Gourmet.
Técnica: Acrílico.
Dimensiones: 29,5 * 39,6 cm.
Año: 01 Octubre, 2021.

Nombre de la obra: Funky Afro.
Técnica: Acrílico.
Dimensiones: 21,6 * 26,8 cm.
Año: 10 Septiembre, 2021.

¿Cuáles son tus metas en el futuro?

Tengo planeado estudiar animación 2D en Vancouver, Canadá, siendo Vancouver conocido por ser relevante en la industria de los filmes y arte. Si bien no tengo una universidad definitiva, una de mis primeras opciones es Emily Carr University of Art and Design. Espero poder estudiar y trabajar en Canadá.







Alondra Iturra

Poesía y Gráfica

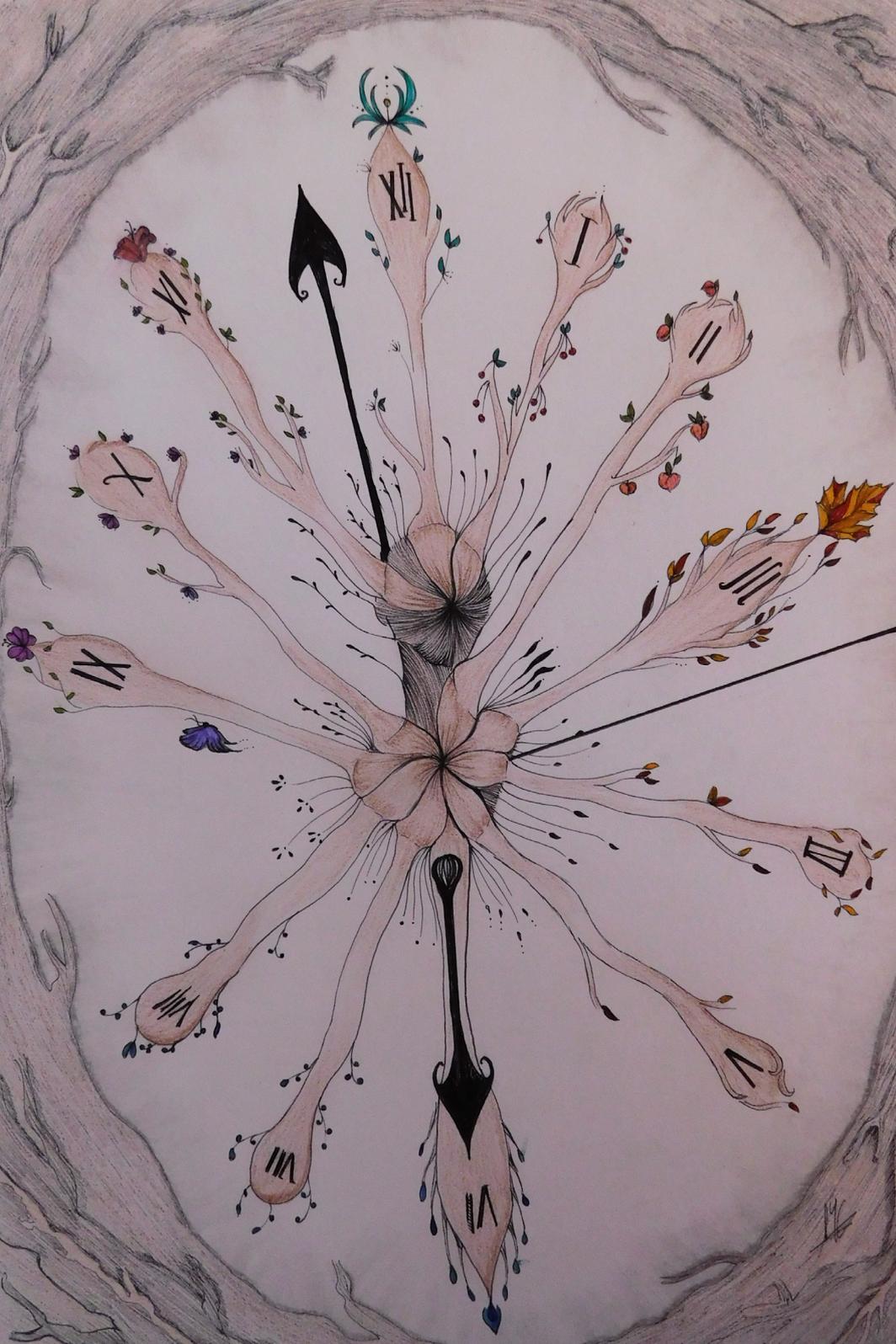




Desde pequeña me han interesado mucho las artes visuales ya que crecí en una casa rodeada de cuadros pintados por un profesor de artes del instituto nacional, quien desgraciadamente falleció cuando nació. Como mi único recurso más cercano eran los lápices y cualquier superficie que pueda ocupar, solo me dedicaba a dibujar, lo cual actualmente es una de las ventanas de escape a mi mundo y una forma de expresar mis emociones.

.Lo que me motiva principalmente a realizar dibujos es tomar lo que me perturba y aprisionarlo con un lápiz en un papel. Pero no son solo cosas malas, también me dedico a diseñar ropa para todo género.

Mis metas en el futuro varían mucho con el tiempo, pero una que tengo clara en este preciso momento es superar todo lo que me afecta y aprender a pensar en mí antes que otros.





reír

horas

24/11

guitar

Estoy encerrada
en mi

propio
presión

o alguien
me liberará?

¿estás ya
muerta

ANTONIA VERA

ANIME

La estudiante Antonia Vera, del curso 7º Básico B, Posee un sobresaliente talento dentro de las Artes Visuales y la Música, demuestra un gran interés por perfeccionar sus habilidades. En esta edición hemos querido mostrar parte de su trabajo enfocado en la Cultura Japonesa de los últimos años.



EL laborioso misterioso

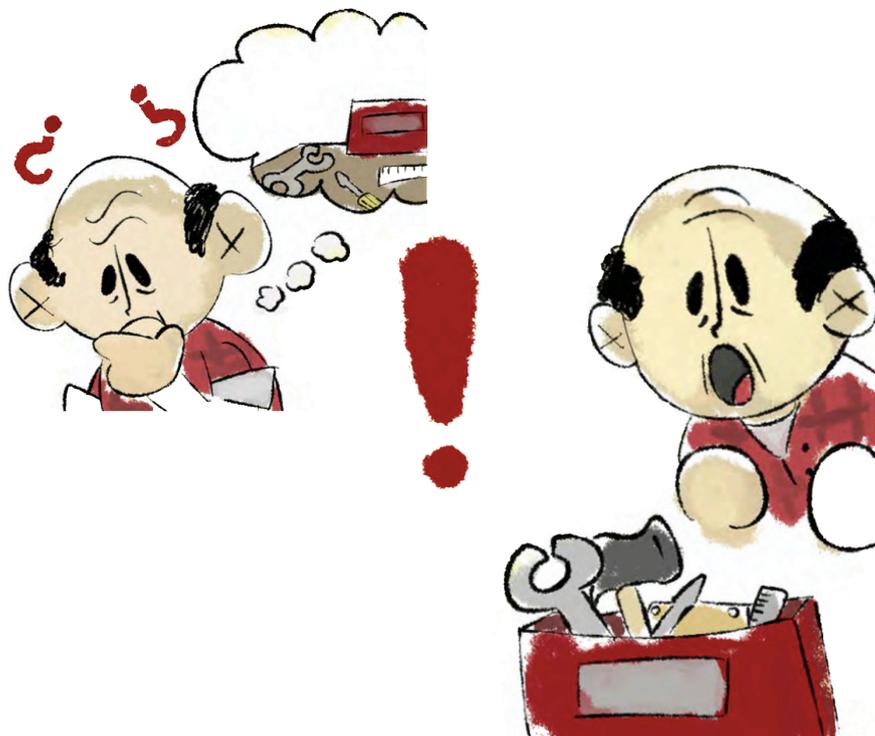
Evelyn Cordero Roldán



Ilustraciones: Betsabet Fernández Villablanca
Alexander Fernández Villablanca

Alexander fernández (Ilustración de libros)

El estudiante Alexander Fernández, nos sorprende con las ilustraciones que realizó para el libro “El laborioso misterioso”, demostrando una gran habilidad en el dibujo y la ilustración. A continuación exponen el registro de las ilustraciones del libro.



EL laborioso misterioso

De la colección: Noticias que son cuentos,



TALLER DE BORDADO

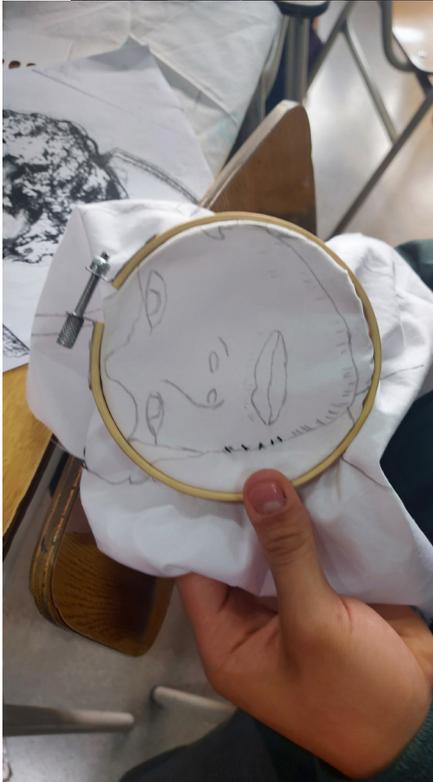
PROFESORA: LEONOR DINAMARCA



El bordado es una arte que consiste en la ornamentación de una superficie flexible, generalmente una tela, por medio de hebras textiles. A continuación presentamos el taller de Bordado del nuestro establecimiento educativo, realizado por la profesora de Lenguaje: Leonor Dinamarca, felicitamos a los destacados estudiante que han hecho de la dedicación y el trabajo sistemático, obras de arte significativas.



REGISTRO DEL TALLER DE BORDADO 2022
Leonora Dinamarca





Deportes
Lenkina

CAMPEONATO DE BABY FÚTBOL

Se realizó un campeonato familiar de baby fútbol, participó: prekinder A y B, y Segundo Básico A y B.

Realizado por los profesores de Educación Física: José Molina y Estefanía Cabezas.

Los Cursos ganadores:
Prekinder B
Segundo Básico A.





Ecología
Lenkina

Racionamiento de agua en Santiago: la crisis hídrica llegó a la capital



El pasado 11 de abril la gobernación de la región metropolitana anunció el plan de racionamiento para la capital como medida preventiva ante la sequía que afecta a todo el país y que se ha acrecentado en la zona central durante el último año. Estas medidas son parte de los esfuerzos para prevenir el desabastecimiento de agua a nivel de los hogares y evitar que la salud de las personas se ponga en riesgo. El plan contempla 4 niveles de alerta:

- **ALERTA VERDE:** Difusión de agua normal, se priorizan las aguas subterráneas. Énfasis en el cuidado hídrico.
- **ALERTA NARANJA:** Restricción de presiones dentro de lo normal y verificación de los recursos de emergencia.
- **ALERTA AMARILLA:** Reducción de presiones de agua y difusión del plan de ajuste hídrico.
- **ALERTA ROJA:** Cortes rotativos de agua (Plan de racionamiento) y distribución de recursos de emergencia a la población.

¿Cómo se llegó a esta situación?

La principal razón por la que se ha proyectado el racionamiento de agua en la región metropolitana es la sequía que azota la zona desde hace más de 13 años. La sequía es un fenómeno natural que consiste en la baja de lluvias en un determinado lugar por período de tiempo y es parte de las variaciones climáticas normales de nuestro planeta. En la actualidad y por la intervención del ser humano, las sequías se han presentado con mayor frecuencia y también han aumentado su duración, lo que ha dañado el medio ambiente al punto de secar ríos y lagunas, mermar bosques y permitir el avance del clima desértico a lugares donde nunca se había previsto. Las ciudades y su población también han sido afectadas, actualmente existen 184 comunas que se han declarado con falta extrema de agua, lo que corresponde al 47% de la población de nuestro país.

¿Qué soluciones hay?

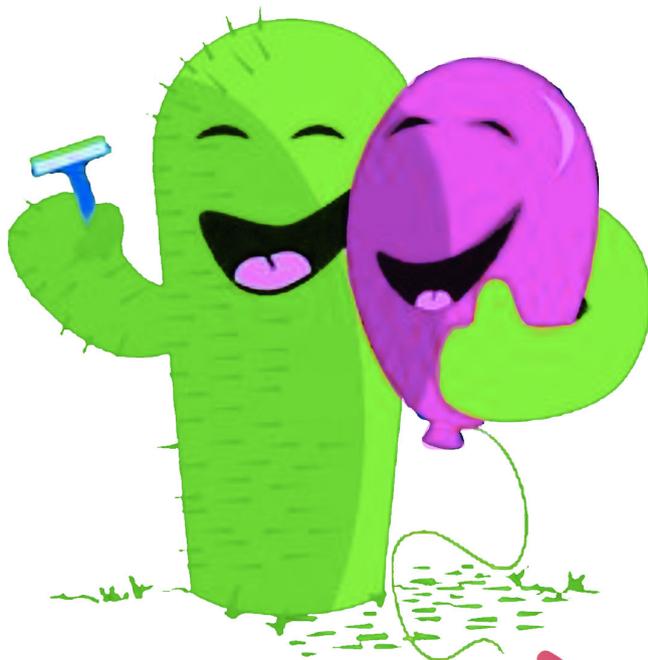
Al ser un fenómeno climático global es imposible de remediar con decisiones individuales pues la baja de las lluvias se encuentra relacionada con el Cambio climático y el Calentamiento global, aun así, podemos tomar medidas que nos ayuden a mejorar la relación que tenemos con este recurso. Acciones como hacer un uso más eficiente del agua en nuestro hogares lo que puede reducir el consumo de esta, así como también concientizar a nuestros cercanos sobre el cuidado de los ríos y napas subterráneas, evitando por ejemplo la contaminación por basura o por el desecho de residuos como aceite pueden de apoco marcar una diferencia.

Si bien es cierto que a nivel personal es poco lo que podemos hacer, a nivel nacional la situación cambia. La modificación de la distribución de las aguas para las empresas, el cuidado de los bosques como retenedores naturales de agua y el impulso de programas que vayan a prevenir la contaminación de los ríos, son ejemplos de medidas que han tenido éxito en otros países y que pueden ayudarnos como chilenos a cuidar de este recurso que es vital para nosotros y para el ambiente que habitamos.

CONVIVENCIA

ES IMPEDIR QUE NUESTRAS
DIFERENCIAS NOS SEPEREN

2022



Liceo Lenka Franulic, Ñuñoa



Hablemos de Salud Mental

Ps. M. Ignacia Amenábar C

¿Qué es Salud Mental?

«La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.» (OMS)

La salud mental es parte integral de la salud; tanto es así que no hay salud sin salud mental.

La OMS describe salud mental como «un estado de bienestar donde el individuo se da cuenta de sus aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructíferamente, y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.»

¿Qué podemos hacer?

NO	SI
CORREGIR: "No llores, no pasa nada"	PERMITIR: "Veo que te pasa algo, ¿necesitas ayuda?"
CUESTIONAR: "¿En verdad te preocupas tanto por eso?"	ACOGER: "Veo que esto es importante para ti"
DESVALORAR: "Eso no es nada, a mi me pasa siempre"	VALORAR: "Esto es difícil, sé lo que se siente"
SOLUCIONAR: "Tienes que hacer esto y se te pasará"	ACOMPañAR: "Estoy aquí, puedes contar conmigo"
SUPONER: "Él siempre se porta así porque él es así"	INDAGAR: "Su conducta no lo define, ¿qué me estará diciendo?"

REGISTRO DE AFICHE POR EL DÍA DE LA TIERRA

Catherine Pérez

Los estudiantes de 7° Básicos, hicieron conciencia sobre la importancia del medio ambiente y su cuidado, a través de las muestras que presentamos a continuación, realizadas en las clases de Lenguaje a cargo de la Profesora Catherine Pérez.

