RECURSOS PARA LAS SEMANAS DE CONFINAMIENTO EN CASA

Queridas familias, El EOE de Vélez Rubio continua operativo estos días. Permanecemos en contacto con los centros que atendemos y con el Equipo Técnico Provincial de Orientación Educativa y Profesional de Almería. Además se nos mantiene informados de las últimas indicaciones y/o novedades que transmite la Delegación de Almería.

Tanto los centros como el EOE, intercambian información de interés y utilidad para maestros/as, familias y alumnado y, ante esta situación que nos ha tocado afrontar y provocada por la crisis del Coronavirus, son muchas las personas y organismos que, de forma altruista, también están compartiendo información, recursos y orientaciones varias, para sobrellevar mejor el confinamiento.

Ponemos a vuestra disposición la información de interés general que nos llega, que se comparte y que se va actualizando continuamente, y a la que podéis acceder pinchando en el siguiente enlace:

https://drive.google.com/open?id=1xgRLmyZ9cPSOWrHF9ziOMMCZQ36T4vcL

Vais a poder encontrar:

1

CARTELES

A modo explicativo y sintetizando información de interés.

2

CONSEJOS – PAUTAS

Recomendaciones para todos y consejos útiles para estos días.

3

IDEAS PARA CASA

Videos, actividades, apps y recursos para hacer más llevadera la estancia en casa.

4

VARIOS

Información variada: deporte, lectura, etc.

EQUIPO ORIENTACIÓN EDUCATIVA VÉLEZ RUBIO 04010097.edu@juntadeandalucia.es

Y, en estos días en los que la incertidumbre nos rodea y la situación que estamos viviendo es nueva para todos, la gestión que hacemos de la información que nos llega puede afectar a nuestros hijos, por lo que es importante mantener la calma, la serenidad y transmitir seguridad.

El EOE de Vélez Rubio quiere ayudaros a compartir momentos de calidad con vuestros hijos en casa, y para ello os recomendamos establecer un HORARIO DE RUTINAS que os facilite tanto la atención a vuestros hijos, sus demandas y vuestras necesidades, como el seguimiento de las tareas escolares que estéis recibiendo desde los centros educativos. No olvidéis incluir tiempo para el DISFRUTE FAMILIAR, el HUMOR y el OCIO COMPARTIDO. El tiempo que dediquéis a cada cosa, ya lo dejamos en vuestras manos. Y somos realistas… las demandas, obligaciones y necesidades de cada uno, son cambiantes. ¡¡Ánimo para todos!!

Y en lo que os podamos ayudar… aquí nos tenéis: 04010097.edu@juntadeandalucia.es

Os dejamos con un cuento para toda la familia…

"El anillo del Rey"

Una vez, un rey de un país no muy lejano reunió a los sabios de su corte y les dijo:

- He mandado hacer un precioso anillo con un diamante, con uno de los mejores orfebres de la zona. Quiero guardar, oculto dentro del anillo, algunas palabras que puedan ayudarme en los momentos difíciles. Un mensaje al que yo pueda acudir en momentos de desesperación total.

Todos aquellos que escucharon los deseos del rey, eran grandes sabios, eruditos que podían haber escrito grandes tratados… pero ¿pensar un mensaje que contuviera dos o tres palabras y que cupiera debajo de un diamante de un anillo?. Muy difícil. Igualmente pensaron, y buscaron en sus libros de filosofía por muchas horas, sin encontrar nada que se ajustara a los deseos del rey.

El rey tenía muy próximo a él, un sirviente muy querido. Este hombre, que había sido también sirviente de su padre, y había cuidado de él cuando su madre había muerto, era tratado como la familia y gozaba del respeto de todos.

El rey, por esos motivos, también lo consultó. Y éste le dijo:

- No soy un sabio, ni un académico, pero conozco el mensaje.

- ¿Cómo lo sabes preguntó el rey?

- Durante mi larga vida en Palacio, me he encontrado con todo tipo de gente, un día tuve la oportunidad de conocer a un maestro. Era un invitado de tu padre, y yo estuve a su servicio. Cuando nos dejó, yo lo acompañé hasta la puerta para despedirlo y como gesto de agradecimiento me dio este mensaje.

En ese momento el anciano escribió en un diminuto papel el mencionado mensaje. Lo dobló y se lo entregó al rey.

- Pero no lo leas- dijo- Mantenlo guardado en el anillo, ábrelo sólo cuando no encuentres salida en una situación.

Ese momento no tardó en llegar, el país fue invadido y su reino se vio amenazado. El Rey estaba huyendo a caballo para salvar su vida, mientras sus enemigos lo perseguían. Estaba solo, y los perseguidores eran numerosos. En un momento, llegó a un lugar donde el camino se acababa, y frente a él había un precipicio y un profundo valle. No podía volver atrás, porque el enemigo le cerraba el camino. Podía escuchar el trote de los caballos, las voces, la proximidad del enemigo.

Fue entonces cuando recordó lo del anillo. Sacó el papel, lo abrió y allí encontró un pequeño mensaje tremendamente valioso para el momento...

"ESTO TAMBIEN PASARÁ"

En ese momento fue consciente de un gran silencio. Los enemigos que lo perseguían debían haberse perdido en el bosque, o debían haberse equivocado de camino. Pero lo cierto es que ya no sentía el trotar de los caballos.

El rey se sintió profundamente agradecido al sirviente y al maestro desconocido. Esas palabras habían resultado milagrosas. Dobló el papel, volvió a guardarlo en el anillo, reunió nuevamente su ejército y reconquistó su reinado.

El día de la victoria, en la ciudad hubo una gran celebración con música y baile…y el rey se sentía muy orgulloso de sí mismo.

En ese momento, nuevamente el anciano estaba a su lado y le dijo:

- Apreciado rey, ha llegado el momento de que leas nuevamente el mensaje del anillo.

- ¿Qué quieres decir? - preguntó el rey - Ahora estoy viviendo una situación de euforia y alegría, las personas celebran mi retorno, hemos vencido al enemigo.

- Escucha - dijo el anciano - Este mensaje no es solamente para situaciones desesperadas, también es para situaciones placenteras. No es sólo para cuando te sientes derrotado, también lo es para cuando te sientas victorioso. No es sólo para cuando eres el último, sino también para cuando eres el primero

El rey abrió el anillo y leyó el mensaje...

"ESTO TAMBIEN PASARÁ"

Y, nuevamente sintió la misma paz, el mismo silencio, en medio de la muchedumbre que celebraba y bailaba. Pero el orgullo, el ego había desaparecido. El rey pudo terminar de comprender el mensaje.

Lo malo era tan transitorio como lo bueno.

Entonces el anciano le dijo:

- Recuerda que todo pasa. Ningún acontecimiento ni ninguna emoción son permanentes. Como el día y la noche. Hay momentos de alegría y momentos de tristeza. Acéptalos como parte de la dualidad de la naturaleza porque son la naturaleza misma de las cosas.

Reflexión:

Muchas veces nos vemos en situaciones muy difíciles, a punto de entrar en la desesperación, se nos hace todo un mundo y perdemos perspectiva. Ser consciente de que las situaciones son pasajeras ayudan a recuperar la calma mental.

Hay cosas que podemos cambiar y mejorar, pero también hay veces en las que no podemos hacer nada porque no depende de nosotros. En la vida suceden fatalidades que no podemos cambiar, frustraciones cuando las cosas no salen como nos gustaría… esto nos puede generar rabia, rencor, una tristeza profunda, bloquearnos… y para poder superarlo hemos de aceptar que hay cosas que no podemos cambiar. A partir de la aceptación podremos recuperar la claridad y serenidad para seguir avanzando.

Hemos de aprender a aceptar lo malo tanto como lo bueno, pues al final todo pasará y lo importante es disfrutar del camino.