

cisco), tendrá lugar la presentación del libro 'Lo que la ciencia seguramente es (y lo que no es, casi seguro)' (Ed. Prensas Universitarias de Zaragoza), del profesor e inves-

tigador Jesús I. Martínez Martínez. El acto será presentado por Antonio Elípe Sánchez, presidente de la Real Academia de Ciencias de Zaragoza, y autor del prólogo.

SÍGUENOS EN INSTAGRAM



@heraldoescolar

EXPERIENCIAS

Tutorías para el bienestar emocional

En el colegio Escolapios de Alcañiz están llevando a cabo una iniciativa pionera en las aulas para fomentar el bienestar emocional del alumnado de la etapa de secundaria. Se llama 'Henka' y cuenta con la colaboración del Hospital San Juan de Dios y del Departamento de Educación del Gobierno de Aragón.

El objetivo del programa es desarrollar la resiliencia en tres niveles: individual, familiar y escolar-comunitario. De este modo, se busca capacitar a los adolescentes mayores de 12 años para afrontar de manera saludable las adversidades y prevenir posibles problemas de salud mental. Para ello, el equipo de orientación y las tutoras del centro han recibido formación del Área de Salud Mental Infantojuvenil del Hospital Sant Joan de Déu de Barcelona, entidad que lidera este proyecto basado en evidencias científicas y ya implantado con éxito en comunidades como Cataluña, Madrid y Valencia.

Próximamente, tienen previsto arrancar 'Rebien', un proyecto si-



Sesión de autoeficacia y autoestima en secundaria. ESCOLAPIOS ALCAÑIZ

milar dirigido a la etapa de infantil y de primaria, cuyo objetivo es ayudar a los más pequeños a desarrollar competencias socioemocionales y fomentar su bienestar desde edades tempranas.

Ambos programas tienen cabida dentro del horario de tutoría y ofrecerán a los estudiantes herra-

mientas clave para identificar y regular sus emociones, fortalecer su autoestima y autoeficacia, practicar la asertividad, mejorar sus habilidades sociales y participar en actividades de 'mindfulness', entre otras estrategias que contribuirán a su desarrollo integral.

Por: **Heraldo Escolar**



'Cambia el patio, cambia el mundo'. El CEIP Parque Europa de Utebo ha recibido el primer premio del concurso 'Juntos por nuestro planeta', iniciativa de Alcampo, por su proyecto, que promueve la transformación del patio escolar en un lugar de refugio y de diversidad.



Carnaval, te quiero. Divertida y colorista la jornada que celebraron en el colegio San Vicente de Paul de Barbastro. Superhéroes, piratas y los más conocidos personajes de ficción invadieron las aulas. En la foto, los más peques rindieron homenaje al 'Monstruo de colores'.

SUEÑOS DE COLOR: el parque donde juego



¡GANADORA!

Alicia García Colás, de 2º de infantil

CRA Cerro de Santa Cruz (Used-Cubel)

NUESTRA PRÓXIMA HISTORIA:

'Oso, eso no es gracioso. Historias de Oso'.

¡Hola! Soy Oso y tengo un mensaje muy importante: muchas gracias, valientes, por atreveros a gritar bien fuerte: ¡no al acoso! De la colección Historias de Oso.

Dibuja para la semana que viene: después de tanta lluvia, ¿qué tal un bonito arcoíris?

CÓMO ENVIAR LOS DIBUJOS

Independencia, 29. 50.001-Zaragoza o escolar@heraldo.es. El proyecto de literatura infantil y juvenil de Santillana **Loqueleo** premiará al ganador con dos libros que recibirá en su colegio.



'Oso, eso no es gracioso'. Autora: Alicia Acosta. Ilustradores: Juanje Infante, Ale Villén. Loqueleo. Más de 4 años. Amistad, animales.

EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA FAMILIAS

La gestión de la adversidad, tan necesaria en la vida

- La vida es la que es, lo que debemos es saber gestionarla.
- El dolor, el sufrimiento, también forman parte de la vida.
- Desde la infancia debemos aprender que de lo que no sale como esperábamos no podemos «crear un drama».
- La puerta de la huida no es la solución.
- Debemos ser agradecidos con el día a día.
- Disfrutar y valorar lo que tenemos.
- Hay distintos grados de adversidad. Una mala nota no es lo mismo que el divorcio de nuestros progenitores.
- Cada persona es única en su ritmo y en su gestión emocional.
- El ser humano por naturaleza es más fuerte de lo que creemos, por ello, debemos de volver a confiar en nosotros.
- El sufrimiento es una habilidad que, si no se trabaja desde la infancia, se pierde.
- La felicidad reside en la fortaleza de nuestro interior.
- Debemos coordinarnos como sociedad: centros, familias e individuo, y ofrecer herramientas para aprender a convivir con la adversidad.
- Nos ayuda: empatizar con el dolor, la presencia del adulto como guía, una compañía de calidad más que de cantidad, aprender a nombrar lo que sentimos, comprender la rabia, entender la negación, tener paciencia, buscar hobbies que nos entretengan.

Helga González Medina
Psicóloga y logopeda

Asociación aragonesa de Psicopedagogía

INVESTIGA Y DESCUBRE



Hemos encontrado esta cabeza romana... ¡pero no sabemos en qué museo estaba! ¿Nos ayudas?

Esta semana os proponemos descubrir en qué lugar aparece el busto de la fotografía, pero seguro que os resulta más fácil acertar con la ayuda de las siguientes pistas:

Pista 1: este espléndido busto, que representa al emperador Augusto, fue realizado en tiempos de Trajano (98-103 d.C.).

Pista 2: se encontró en la ciudad de Turiaso (Tarazona). Fue llevado a Zaragoza, pero no sabemos a qué museo, ¿nos ayudas?

Solución anterior:

Los Sitios).
Provincial de Zaragoza (plaza de
neola se encuentra en el Museo
El busto de Caesar Augusto de car-

Por: **Borja Aso Morán**

