



Semana de la Ciencia


CONOCE COMO
POSTULAR A BENEFICIOS
ESTUDIANTILES

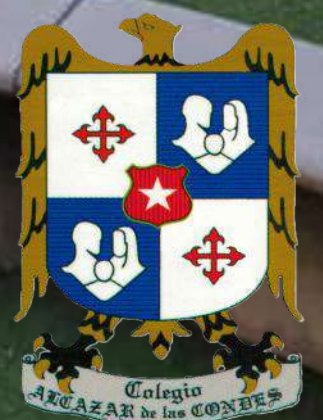
(pag. 8) 

ALUMNOS
DESTACANDO EN
TORNEOS DEPORTIVOS

(pag. 15) 

CALENDARIO DE
MATRÍCULA 2023

(pag. 18) 





Romanos 9:20,21 Compararnos negativamente puede generarnos un complejo de inferioridad y llevarnos a quejarnos: Tú, hombre, ¿quién eres para pedirle cuentas a Dios? ¿Acaso la olla de barro le dirá al que la hizo: “Por qué me hiciste así”? El alfarero tiene el derecho de hacer lo que quiera con el barro, y del mismo barro puede hacer una olla para uso especial y otra para uso común.

Gálatas 6:4 Cada uno debe examinar su propia conducta. Si es buena, podrá sentirse satisfecho de sus acciones, pero no debe compararse con los demás.

Romanos 8:5 Establecer comparaciones denota inmadurez espiritual.

Consideramos que resulta válida y necesaria también, aquella reflexión que nos pudiere ayudar a evitar caer en aquello (que nos comparemos).

¿Cómo dejar de compararse?

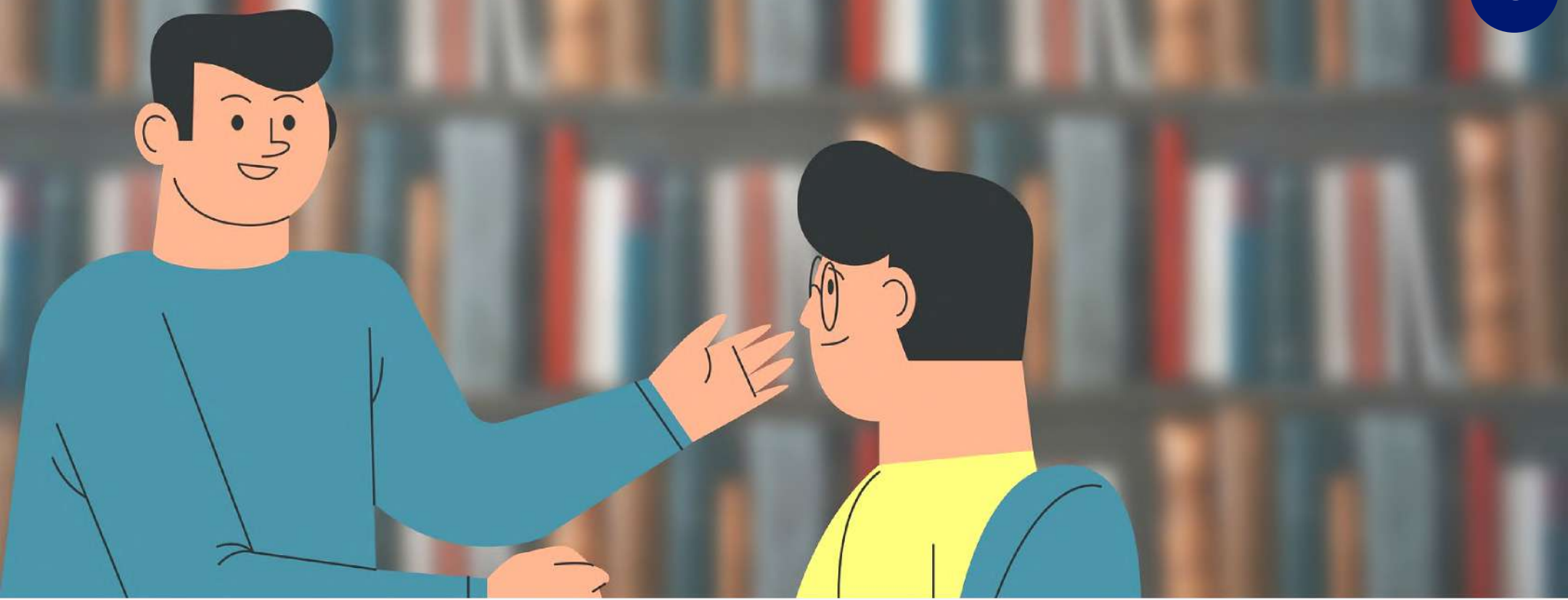
Habiendo leído y pensado respecto a lo que los escritos religiosos nos señalan, nos parece válido y necesario reconocer que probablemente todos nos comparemos de vez en cuando con los demás, incluso involuntariamente, y si no, alguien más puede compararnos con otros. Compararse con los demás no es necesariamente algo malo, ¿Quiénes somos para afirmarlo? Incluso podría decirse que es algo inevitable.



Lo importante es poder compararnos sin que nos afecte negativamente; ser capaz de que, aunque nos comparemos de vez en cuando, esto tenga poca importancia y no sea central en nuestras vidas. Ahora bien, cuando nos comparamos con los demás constantemente, dejamos de sentirnos bien y nos sentimos con menos fuerza. Al compararnos con alguien más, tendemos a perder de vista mucho de lo que tenemos para ofrecer al mundo a través de esa singularidad que nos identifica y caracteriza. Al pasar por alto esto, es más fácil que encontremos episodios en los que nos digamos que no estamos a la altura, que no somos lo suficientemente buenos. Todo esto termina por aumentar nuestro nivel de estrés dificultando que podamos desarrollarnos ampliamente.

Pasos para dejar de compararnos con los demás

1. Reconocer el instante de comparación con los demás cuando lo hacemos.
2. Focalizarnos en lo que somos y en lo que tenemos y no en lo que pensamos o creemos que nos falta.
3. Seamos más auto-consciente del daño que nos ocasionamos cuando nos comparamos.
4. Enfoquémonos en aprender y no en compararnos (competir).
5. Limitemos nuestro tiempo en las redes sociales (se sube lo bueno).
6. No estemos en conflicto con la imperfección (somos imperfectos/humanos).



Algunas razones para no compararnos

Las comparaciones tienden a no ser justas. Usualmente comparamos lo peor de nosotros mismos con lo mejor que presumimos de los otros.

Somos únicos y singulares como para poder compararnos. Nuestros talentos, habilidades, éxitos y las maneras de hacer todo nos pertenecen. No pueden ser comparados adecuadamente con nadie más.

No tenemos nada que ganar, pero sí mucho que perder. Al compararnos descuidamos nuestras propias capacidades y a la larga terminamos perdiendo nuestra seguridad, dignidad y pasión.

Las comparaciones roban nuestro tiempo. Al juzgar nos enfocamos en lo que no tenemos (y nos imaginamos que al tenerlo seríamos mejor), en lugar de enfocarnos en lo que tenemos y podemos fortalecer. Las comparaciones no tienen fin. Este mal hábito no se supera aunque logremos tener éxitos.

Las comparaciones pueden alejarnos de amigos. Al compararnos con amigos podemos reaccionar de mala manera y ocasionar conflicto en nuestra relación.

Las comparaciones nos quitan alegría. Compararnos no agrega valor, sentido ni ningún logro en nuestra vida, más bien nos aleja de ello. Simplemente tenemos cosas mucho más importantes que hacer.

Semana de la Ciencia

Durante la semana del 17 al 20 de Octubre, se realizó en nuestro Colegio la “SEMANA DE LA CIENCIA 2022”, en la cual contamos con interesantes Charlas de Prevención y Educativas para nuestros alumnos de Enseñanza Media, además de la Feria Científica donde pudimos presenciar variadas experiencias científicas, demostradas por nuestros propios alumnos.





Agradezco la participación de todos los Docentes de nuestro Departamento de Ciencias; Miss Loreto, Miss Marcela, Miss Natalia, Miss Romina, Míster Oscar, Míster Victor, Míster Erick y Míster José Rafael, además de todo el Profesorado presente, tanto en las charlas como en la feria, así mismo a cada uno de los Profesores que facilitaron a sus alumnos para que todo resultara muy bien, al personal que nos ayudó con la parte logística y financiera; Míster O'Higgins Valenzuela, Míster Cristian Verdejo y Don Ricardo Fuentes, respectivamente.





**Quando toda la comunidad
alcazariana se une
logramos hacer grandes
cosas, muchas gracias.**



Conoce cómo postular a Gratuidad y beneficios estudiantiles



Miércoles 19 de octubre 2022, 15:00 horas

Lunes 24 de octubre 2022, 15:00 horas

Canal de  YouTube mineducchile

Esta etapa la pasamos contigo

Estamos en pleno proceso de postulación a Gratuidad y beneficios estudiantiles para la educación superior 2023 a través de **fuas.cl**, proceso que termina el **26 de octubre próximo, a las 14:00 horas**.

Con el objetivo de informar sobre el proceso, la Subsecretaría de Educación Superior ha organizado dos charlas informativas virtuales que se llevarán a cabo antes de que termine la postulación, y en las cuales las y los interesados podrán plantear directamente sus dudas.

Queremos solicitarles que difundan estos eventos entre sus comunidades educativas de cuartos medios. Las charlas se realizarán el **lunes 24 de octubre, a las 15:00 horas**, a través del canal YouTube del Ministerio de Educación.

NOTICIAS ACADÉMICAS

PRUEBAS ATRASADAS

Las pruebas atrasadas en los niveles de 3° y 4° básico son re-agendadas en el horario de clases.

En el caso de las pruebas atrasadas entre 5° y IV° medio, estas son rendidas los días viernes de cada semana entre las 14:00 y las 16:00 horas.

Toda esta información siempre es coordinada con cada profesor de asignatura.



RECORDATORIO TALLERES ACADÉMICOS

A continuación recordamos las fechas y horarios. Las inscripciones son directamente con cada coordinadora pedagógica a través de correo electrónico.

TALLER REFORZAMIENTO CIENCIAS/QUÍMICA

1. Química I medio: 27/10. Horario: 16:30 a 18:00 horas.
2. Química II medio: 24/10 Horario: 16:30 a 18:00 horas.

TALLER REFORZAMIENTO MATEMÁTICA

1. Matemática 7° - 8° básico: 24/10 Horario: 16:30 a 18:00 horas.

FESTIVAL afina

Felicitemos a **Bernardita Urzúa Borquez** del 8 básico C, que está participando en el festival de canto interescolar Afina. Esta instancia la organizan la comuna de Las Condes y Vitacura. En el casting de este año participaron 190 niños de las comunas, pero solo quedaron seleccionados 40.

Bernardita nuevamente fue elegida para llegar a la semifinal por tercer año consecutivo, cosa que nos hace muy feliz como comunidad, ahora esperaremos próximos resultados de repechaje para ver si se puede llegar a la final. Se agradece especialmente al CGPA por su constante apoyo hacia esta joven promesa del talento chileno.





Deportes en el Alcázar



Fútbol

El día Lunes 17 del presente mes, nuestros alumnos del tercero y cuarto básico, a cargo de los profesores Carlos Quiroz y Antonio Pellicer, fueron a jugar un encuentro amistoso contra el colegio British Royal de la reina, para algunos de ellos una experiencia enriquecedora debió a que era su primera salida con el taller de Fútbol y representando al colegio, con la consigna jugar para aprender fueron capaces de llevarse el triunfo por:

Tercero Básico:

British 1 - Colegio Alcázar 5

Cuarto Básico:

British 1 - Colegio Alcázar 4



Deportes en el Alcázar

COPA SIRIA - Gimnasia Rítmica



Excelente participación de nuestro equipo de gimnasia rítmica en el torneo organizado por el Club Sirio Unido, el pasado viernes 30 de septiembre. Competencia con otros 8 equipos y más de 80 gimnastas de la Región Metropolitana.

Resultados:

María José Baker (5ºA): 1º lugar Pre-infantil C manos libres

Sofía Manríquez (5ºA): 1º lugar Trío Infantil

Olivia Quadri (6ºA): 1º lugar Trío Infantil

Rebeca Iturriaga (6ºA): 1º lugar Trío Infantil

Catalina Urrejola (5ºB): 3º lugar Pre-infantil B cuerda

Victoria Candia (7ºB): 4º lugar Infantil B aro

Emilia Antúnez (5ºB): 6º lugar Infantil B aro

Paulina Camus (7ºC): 5º lugar Junior A aro

Ignacia López (7ºC): 6º lugar Junior C manos libres



Reconocimiento a alumnos que participaron en desafío UDD

Muchos alumnos de los tres segundos medios, junto con la ayuda de miss Sandra, tuvieron la motivación de participar en un desafío junto a la Universidad del Desarrollo para promover la sustentabilidad en diversos colegios. Estamos orgullosos de mencionar que a nivel escolar ganaron un premio por espíritu sustentable, esto nos inspira a seguir así, nos demostraron que estamos yendo por buen camino al dar lo mejor de nosotros para un cambio importante en la comunidad alcazariana.

Ahora, ¿a qué se debe todo lo mencionado? Algo que nos llamaba bastante la atención era tener la posibilidad de implementar alguno de sus proyectos en el establecimiento, muchos equipos tuvieron esta misma motivación.



Se hace énfasis en el trabajo realizado por la miss Sandra Rivas, profesora de tecnología. Ella dio todas las facilidades y brindó la ayuda necesaria para hacer posible estos proyectos y participación en el desafío. Es bueno saber que los docentes le enseñan nuevas formas de pensar mucho más sanas a sus alumnos. Si alguna vez algún profesor, amigo o familiar les presenta un reto como este no lo dejen pasar, no sólo les dará una nueva experiencia de vida sino que les mostrará una nueva forma de ver el mundo en el que vivimos.

No está de más hacer un llamado a implementar más métodos para que los alumnos se hagan cercanos a la sustentabilidad y una comunidad mucho más sana ambientalmente. Se pueden dar pequeñas charlas, explicar cómo se realizan cambios pequeños y cómo implementarlos en la vida diaria. Actualmente los más jóvenes deben ser quienes hagan un cambio, por supuesto que para esto necesitaremos ayuda. Reciclar es más fácil que nunca, los puntos verdes son nuestros mejores amigos, sin embargo no se les da la importancia que merecen ya que de una u otra forma terminan mezclando lo que con esmero se segregó.



Llega el verano y con ella la oportunidad para abordar la temática “No hablar de cuerpos ajenos”.

Unidad de Formación y Convivencia Escolar

Hoy en día los niños, niñas y adolescentes están influidos por variados de estímulos visuales, sobre todo en las redes sociales, donde observan Influencers, cantantes, modas, etc. siendo referentes importantes para ellos/as y resulta relevante incorporar espacios de conversación que se orienten a la prevención de problemáticas alimenticias y trastornos asociados a ello.

Múltiples estudios demuestran que el fat talk y el weight talk (hablar del cuerpo y del peso en forma negativa, en especial en relación al tamaño y/o forma) son predictores de insatisfacción corporal. Esta insatisfacción, es una de las características centrales de los trastornos alimenticios (anorexia nerviosa, bulimia nerviosa y trastorno por atracón). Por ello, es importante como padres estar atentos a generar espacios de conversación en torno al tema y estar atentos a algunas señales: excesiva importancia al cómo se ve (físicamente), aumento brusco o disminución excesiva en la ingesta de alimentos, excesiva preocupación de la información nutricional, exceso de ejercicio o actividad física, uso de ropa holgada como manera de ocultar el cuerpo, entre otras.

Algunas consideraciones...

- El peso está influenciado por múltiples factores, biológicos, psicológicos, conductuales, sociales y



- El IMC (Índice de masa corporal) es una medida indirecta e imprecisa de la adiposidad y NO es una medida directa de salud.
- El peso es un tema sensible y personal, ya que se experimenta de manera única en cada individuo, por lo que debe abordarse con respeto y cuidado.
- El sesgo del peso es una de las facetas asociadas a los ideales de apariencia culturalmente aceptados, que enfatizan e idealizan la delgadez y están implicados en el desarrollo y mantención de Trastorno Conducta Alimentaria (TCA).
- Todas las personas, independiente de su peso merece un trato equitativo.
- Los TCA afectan indiscriminadamente a hombres como a mujeres.
- Las restricciones dietéticas pueden aumentar el riesgo de desarrollar un trastorno alimenticio.
- Los TCA influyen en nuestro estado de ánimo, pensamiento y comportamiento.

Finalmente es importante recordar que el foco de conversación debe estar centrado en el autocuidado, la aceptación personal y la salud, más que en el físico o el peso. De esta manera, evitaremos sentimientos negativos en relación al propio cuerpo, en edades importantes como la adolescencia o incluso en la niñez.

Y por sobre todo, inculcar en nuestros niños, niñas y adolescentes que Nunca deben olvidar que la funcionalidad de nuestro cuerpo es más importante que el cómo se ve y agradecer que el cuerpo que habitamos nos permite disfrutar de la vida...jugar, divertirnos, aprender, etc.



Taller Extraprogramático PET

Desde Abril de este año, estudiantes de Séptimo Básico a Tercero Medio se han estado preparando, junto a Miss Constanza Ojeda, para rendir el examen internacional de la Universidad de Cambridge PET for Schools (Preliminary English Test).

Este examen certifica a nuestros estudiantes con el nivel Pre-Intermedio dentro del Marco Común Europeo de Referencia. Esta certificación es un respaldo a nivel internacional en el caso que deseen postular a pasantías o programas de estudio en el extranjero, incluso para convalidar las asignaturas Inglés una vez que ingresen a la Universidad.

El día miércoles 19 de Octubre rindieron el componente de Speaking en nuestro colegio.

El día sábado 22 desarrollarán los componentes de Reading, Writing y Listening en la Universidad San Sebastián, sede Providencia.

We wish you the best of luck and make your best effort!



Calendario de matrícula 2023



Se informa a la comunidad escolar que, a través de correo electrónico, se enviará la documentación y fecha de agendamiento para realizar la matrícula 2023.

Este proceso se realizará por cursos. Los apoderados que deben matricular a más de un hijo, serán agendados de acuerdo con el curso del hijo mayor.

Las fechas asignadas por cursos son las siguientes:

CURSO 2023	FECHA	LUGAR
Kínder 2023	18, 19, 20 y 24 y 25 de octubre	Oficina de Admisión
1° básico 2023	26, 27 y 28 de octubre 2 y 3 de noviembre	Oficina de Admisión
2° básico 2023	7, 8, 9 y 10 de noviembre	Oficina de Admisión
3° básico 2023	14, 15, 16 y 17 de noviembre	Oficina de Admisión
4° básico 2023	21, 22, 23 y 24 de noviembre	Sala de Video 4
5° básico 2023	25, 28 y 29 de noviembre	Sala de Video 4
6° básico 2023	30 de noviembre-1 y 2 de diciembre	Sala de Video 4
7° básico 2023	5, 6 y 7 de diciembre	Sala de Video 4
8° básico 2023	12, 13 y 14 de diciembre	Sala de Video 4
I Medio 2023	15, 16 y 19 de diciembre	Sala de Video 4
II Medio 2023	20, 21, 22 de diciembre	Sala de Video 4
III Medio 2023	23 y 26 y 27 de diciembre	Sala de Video 4
IV Medio 2023	27, 28, 29 y 30 de diciembre	Sala de Video 4



Minuta casino semana del 24 al 28 de octubre

El menú incluye además Jalea, fruta natural, pan y agua

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES
<p>Lechuga, Zanahoria, brócoli</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hamburguesa de vacuno con arroz al curry (378 Kcal) - Guiso de porotos verdes con arroz (312 Kcal) <p>Bavaroise (122 Kcal) 24</p>	<p>Lechuga, Chilena, Pepino</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas Parmesanas (378 Kcal) <p>Tortilla de acelga con papas cubo (341 Kcal)</p> <p>Pie de limón (164 Kcal) 25</p>	<p>Repollo, Betarraga, Apio</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lasaña Boloñesa (378 Kcal) - Hamburguesa de legumbres con arroz (342 Kcal) <p>Sémola con leche (144 Kcal) 26</p>
JUEVES	VIERNES	
<p>Lechuga Pimentón, Tomate, Zanahoria</p> <p>Strogonoff de Vacuno con corbatitas (336 Kcal)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pascualina (320 Kcal) <p>Calzones Rotos (206 Kcal) 27</p>	<p>Repollo, Choclo, Tomate</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pollo relleno con arroz al cilantro (336 Kcal) - Empanadas vegetarianas (320 Kcal) <p>Compota (122 Kcal) 28</p>	



Valor Menú:
\$3.700

- Contacto:
- Daniela Giancaspero (administradora casino)
- +569 8448 2275

Datos de transferencia

Cuenta vista Banco Estado
N° 316-7-023142-1
Nombre: Easy Food Casino Ltda.
Rut: 76.454.639-3
Mail:casinoalcazar@easyfoodcasino.cl

HUEVO SORPRESA	\$ 300
HUEVO DURO	\$ 300
CABRITAS	\$ 1000
BARRITA LINE	\$ 500
CEREAL VIVO	\$ 500
DELICIAS	\$ 1000
BEBIDA LACT	\$1000

FRUTOS SECOS	\$ 700
MANI PETIZ	\$ 300
JUBES	\$ 400
LECHE SABOR	\$ 700
UNO MAS UNO	\$ 400
VIVO COMPOTA	\$ 500
BARRA QUAKER	\$ 400

PATINETA	\$ 300
CANDY SPRAY	\$ 300
COOL SOUR	\$ 500
HUEVO CAR/SOR	\$ 600
JALEITAS	\$ 100
POPOTE	\$ 300
MONEDITAS	\$ 100
FULL/MENTITA	\$ 600
RING POP	\$ 900
MANJAR	\$ 300

CHUPETON	\$ 500
VITAFRESH	\$ 400
VIVORAS	\$ 800

HELADOS

CHAVO	\$ 400
LENGUIX	\$ 500
LOVE LEMON	\$ 800
PAW PATROL	\$ 800
HAWAI	\$ 800
MULTICOLOR	\$ 300

SANDWICH

PAN HUEVO (1/2 MARRAQ)	\$ 500
PAN ALIADO HALLULLA	\$ 1.000
PAN CHURRASCO (MARR)	\$ 2.000
QUEQUE	\$ 1.000
FAJITAS	\$ 1.000
PIZZA	\$ 2.000
MENDOCINO	\$ 1.000
EMPANADA	\$ 2.500
ENSALADA	\$ 2.000
YOGURT CON CEREAL	\$ 700
VASO FRUTA	\$ 1.500
HAMBURGUESA	\$ 1.000

BEBESTIBLES

BEBIDAS LIGHT Y ZERO	\$ 1.000
AGUA CON O SIN GAS	\$ 1.000
ACUARIUS SABORES	\$ 1.000
KAPO	\$ 300
JUGO EN CAJA	\$ 500

TODOS LOS PRODUCTOS SON SIN SELLO POR LEY 20.606

La necesidad de transmitir nuestra historia, nuestros mitos y leyendas ha estado desde que la humanidad tomó conciencia. Muchos han sido los actores en la transmisión de la cultura oral: filósofos, artistas, trovadores, bardos entre otros; y hoy, si bien la tecnología o el cambio cultural ha desplazado en cierta medida el “contar historias” de boca en boca, hay quienes todavía preservan esta forma de arte siendo “cuentacuentos”.

Esta semana conocemos el canal de YouTube llamado “Los Cuentos de Rodo”, creado por el actor, director, escritor y cuentista argentino Rodolfo Ruben Barone (mejor conocido como Rodo), quien describe el canal de la siguiente manera:

*“LOS CUENTOS DE RODO”
Es un proyecto que surgió en pandemia, lleva dos años contando cuentos para los abuelos, los niños y familia en general, dejando para pensar bellas moralejas, metáforas y reflexiones plenas de nobles valores.*

Los cuentos son interpretados tal cual el autor los creó en distintas épocas de la vida.



Autores conocidos y muchos desconocidos que dejan un mensaje de amor por la literatura sobre todo a los jóvenes."

Empezó a leer un cuento por día, dedicado a quienes debían quedarse en casa. Gracias a la popularidad de sus lecturas, sumado al inesperadísimo apoyo de jóvenes fans, Rodo viene amasando un éxito imparable con un público cada vez más amplio.

Nos despedimos como es costumbre con tres videos donde los invitamos a escuchar y viajar con las historias que nos trae este espectacular cuentista.



Club de Lectura Alcázar

Mister José Sandoval, asistente de computación, nos recomienda la saga de **"El nombre del viento"**, del autor **Patrick Rothfuss**, comentando lo siguiente: *"Es un libro que te hace pensar y sentir, atrapándote en su lectura. Me gustó el juego que tiene el libro entre el pasado y el presente"*.





17 Octubre

Día Nacional para la Erradicación de la Pobreza

En 1987, el padre Joseph Wresinski puso en evidencia la directa relación entre los Derechos Humanos y la extrema pobreza, haciendo un llamado para luchar para erradicarla

18 Octubre

Día de Celebración al Escudo y Bandera Nacionales

En 1817 se adoptó oficialmente la actual Bandera Nacional, y en el año 1972 se instauró éste día para celebrarlo

20 Octubre

Día Nacional de la Diversidad Cultural para el Diálogo y el Desarrollo

La cultura, en su rica diversidad, es una fuerza motriz del desarrollo, no solo en el ámbito económico, sino también para tener una vida intelectual, afectiva, moral y espiritual más enriquecedora



SIGUE NUESTRAS REDES SOCIALES

Instagram Colegio Alcázar de Las Condes



Instagram Departamento de Ciencias



Instagram Departamento de Arte



Instagram Educación Física y Salud



Instagram Departamento de Lenguaje



Instagram Centro de Alumnos



Instagram Ex Alumnos



Instagram CRA



EQUIPO REVISTA ALCÁZAR 2022

René Ruz: Encargado de Revista

Diego González: Edición

Mauricio Pozas: Diseño y diagramación

María Teresa Higuera: Coordinadora

Invitamos a todos a participar activamente en esta Revista, enviando la información que necesiten que sea difundida a

revista@alcazardelascondes.cl

Esperando que sea un instrumento de gran utilidad para toda la comunidad alcazariana, se despide cordialmente

EQUIPO REVISTA INFORMATIVA



**COLEGIO
ALCAZAR
DE LAS CONDES**

Dirección: Avda. Presidente
Riesco 4902, Las Condes,
Santiago, Chile

Teléfono: +562 2783 2300

Web: <https://alcazardelascondes.cl/>