

## TUTORIA

### 35 .Fortaleciendo los vínculos con mi comunidad

**Apellidos y Nombres:.....Cuarto**

#### **SEGUNDO, ¿QUÉ HAREMOS?**

Las comunidades en las que nos desenvolvemos y de las cuales somos parte, son importantes, pues nos permiten interactuar con diversas personas, con quienes tenemos cosas en común y diferencias, brindándonos un espacio para interactuar y desarrollarnos.

Esta semana reflexionaremos sobre la importancia de participar activamente y fortalecer vínculos con nuestra comunidad.

#### **Actividad: Reflexionamos sobre nuestra participación activa en nuestra comunidad**

¡ATENTA/O!, QUE AQUÍ ENTRAMOS DE LLENO AL DESARROLLO

Acomódate en el espacio de tu casa asignado para realizar con tranquilidad tus actividades. Recuerda lavarte las manos y desinfectar tus útiles.

Recuerda registrar tus reflexiones de manera escrita u oral (grabando un audio), ya que después volverás a emplear esta información.

Identifica la situación:

#### **Historia de Jessica:**

Hace unas semanas, en mi localidad, se presentaron casos de COVID-19, observándose un aumento continuo de los casos. Esto desconcertó a mi familia, vecinas y vecinos. Conversando con mi familia, reflexionamos sobre las posibles causas del aumento de casos en nuestra localidad y sobre qué podríamos hacer frente a ello. Mi hermana y papá, comentaron que muchos de los vecinos salían a la calle sin mascarilla, se reunían con frecuencia sin medidas de protección, hacían fiestas y no respetaban el distanciamiento social. Conversando con mamá, le pregunté qué podríamos hacer para frenar esta situación en la comunidad. Mamá me miró y muy enérgicamente me dijo “participando hija, no podemos quedarnos de brazos cruzados, nuestra familia es parte de la comunidad y debemos hacer lo necesario para cuidarnos unos a otros. Mi papá acotó, “tu madre tiene razón, tenemos el derecho y el deber de participar de manera activa para contribuir a la solución de los problemas que se presenten en la comunidad, por el bien común de todas y todos”. Así, elaboramos una lista de acciones que podríamos realizar desde casa, como confeccionar pancartas de concientización e información para las y los vecinos, incentivar el respeto a las normas sanitarias en la comunidad, organizar grupos de apoyo a adultos mayores y personas solas, entre otras acciones. Al inicio, la participación fue mínima, pero con el tiempo más y más vecinas y vecinos fueron involucrándose. Esto ha fortalecido los vínculos en nuestra comunidad, promoviendo la sana convivencia, el sentido de cooperación, el respeto, la tolerancia y el trabajo en equipo.

Analiza y reflexiona:

- 1. ¿Qué piensas de la historia de Jessica?**
- 2. ¿Alguna vez has realizado acciones por el bien de tu comunidad?**
- 3. ¿Crees que los adolescentes tienen derecho y deber de participar e involucrarse activamente en su comunidad?**

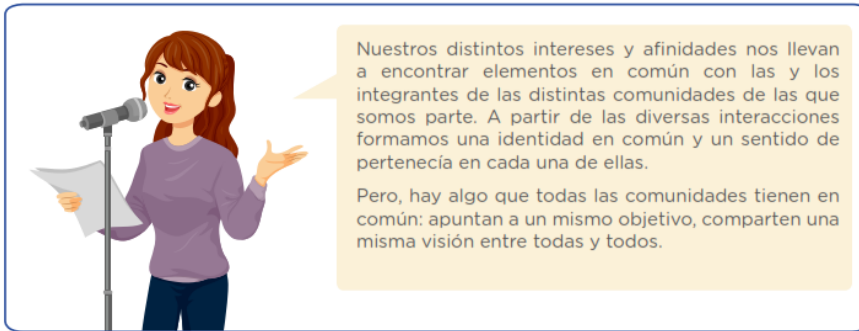
Ahora asume el siguiente reto:

Haz una lista de las comunidades a las que perteneces, considera los grupos a los que perteneces, sea por intereses o actividades comunes. Por ejemplo, el grupo de fútbol de tu barrio, el grupo de defensa de los animales de tu localidad, el grupo de WhatsApp del colegio, el grupo de jugadores de videojuegos, etc.

- a) \_\_\_\_\_
- b) \_\_\_\_\_
- c) \_\_\_\_\_
- d) \_\_\_\_\_
- e) \_\_\_\_\_

## Actividad :Fortalecemos vínculos con nuestra comunidad

Identifica la situación:



La empatía y la solidaridad son la clave para enfrentar mejor los cambios

Analiza:

Lee el siguiente artículo e identifica las acciones solidarias, algunas de ellas individuales y otras colectivas:

- Seis muestras de solidaridad de los peruanos durante la cuarentena (Ver parte inferior)

<https://bit.ly/3989HHJ>

**Reflexiona:**

**Según el artículo Seis muestras de solidaridad de los peruanos durante la cuarentena:**

- Identifica cómo las acciones solidarias ayudan a mejorar la vida de las personas, luego, piensa en otras acciones solidarias que hayas visto durante este año y que te hayan llamado la atención. Ahora, escríbelas en el cuadro de abajo. Durante el ejercicio ten en cuenta que la solidaridad también se da en los pequeños actos, por ejemplo, comprar la comida a una persona que no puede salir o usar correctamente la mascarilla para cuidar la salud y vida de las personas de nuestro entorno.

Acciones solidarias	¿Cómo ayudaron a mejorar la vida de los demás?

**¡Manos a la obra! Tu reto mayor es:**

**Identifica la comunidad más cercana a la que pertenezcas, puede ser tu familia, tus compañeras y compañeros de clase, amigas, amigos u otros.** Sigue los siguientes pasos:

- 1. Identifica una necesidad dentro de tu comunidad:** Pregúntate ¿qué puede mejorar en tu comunidad? Comienza por las necesidades más simples y elige una. Por ejemplo: si eliges a tu familia (comunidad), puedes identificar que requieren arreglar un lugar de la casa para que todos se sientan más cómodos, y pueda estar más limpio o más bonito.
- 2. Planifica:** Piensa en las acciones que podrían desarrollar juntos para solucionar el problema o satisfacer la necesidad que elegiste. Escribe todas tus ideas, siéntete orgullosa u orgulloso de lo que propongas. ¡Todas tus ideas son valiosas!
- 3. Comparte:** Conversa con tu comunidad y cuéntale tus propuestas. Explica tus ideas y escucha los aportes de las y los demás, verás que juntas y juntos pueden hacer cosas increíbles.
- 4. Háganlo realidad:** Motiva a las y los otros miembros de tu comunidad a cumplir los planes y acciones propuestas. Una vez que acaben y vean los resultados, pueden emprender otro proyecto en conjunto.



## Seis muestras de solidaridad de los peruanos durante la cuarentena

Publicado el: 21/04/2020

El Perú es más fuerte que sus problemas. Una vez más queda demostrado que cuando uno o más peruanos sufren, no tarda en salir a la luz esa irrompible cadena de solidaridad y empatía que caracteriza a todo aquel que nació, como reza un emblemático vals, en esta hermosa tierra del sol.

En tiempos como estos, cuando el Perú afronta una de sus crisis sanitarias más arduas de la historia a causa del COVID- 19, es cuando los compatriotas se han puesto la necesidad del otro al hombro y se las han ingeniado para ser –desde sus trincheras– los más útiles posibles.

Así, entusiastas de la cocina se han organizado para preparar y llevar comida a quienes más lo necesitan; ilustrados de la ciencia y tecnología se han puesto las pilas para crear implementos de primera necesidad para profesionales de la salud. Por otro lado, vecinos se unen para dar aliento y no dejar sin un vaso de agua a todo aquel que protege y limpia las calles, urbanizaciones o avenidas de aquel temido virus. Aquí, algunos gestos de solidaridad que salen a la luz por estos días.

**Joven crea mascarillas y protectores faciales.** El joven piurano Ricardo Rodríguez, a través de su empresa Pixed Corp, decidió poner su granito de arena. Ante la escasez de equipos médicos que azota a muchos hospitales del Perú, no tuvo mejor idea que poner las manos a la obra, consultar con colegas del extranjero y comenzar a producir mascarillas y protectores faciales que posteriormente han sido donados a profesionales de la salud. Asimismo, señaló que junto a sus colegas se encuentran trabajando en la creación de un modelo de respirador mecánico y acopladores, los cuales permiten que un respirador pueda ser empleado por dos personas.

**Mapa19.pe, ruta solidaria.** Se trata de un mapa interactivo que facilita la identificación de personas y familias que se encuentran en extrema pobreza y que, además, no han sido seleccionadas como acreedores del bono otorgado durante el estado de emergencia. De este modo, busca acercar a personas de buen corazón que no tienen claro a dónde dirigir su ayuda. “Mapa19.pe es una iniciativa digital solidaria, tiene por propósito localizar a las familias más vulnerables del Perú y contactarlas con peruanos íntegros de buen corazón que puedan ayudar en esta difícil situación que atraviesa nuestro país en la lucha contra el covid-19”, se lee en su web. Los artífices de este proyecto son los jóvenes Glenn Cárdenas, David Chugden, Luis Eduardo Mori y Lenin Tarrillo Vilchez. Además, están detrás del proyecto José Nevado, Sandra Vilchez Cajó, Diana Egoavil y Angela Guerrero.



**Psicólogos contigo, botiquín emocional.** El confinamiento y la incertidumbre pueden estarle jugando una mala pasada a más de un peruano en estos momentos. Pensando en ello, un grupo de 32 voluntarios, entre psicólogos y psicoterapeutas, han lanzado la iniciativa solidaria Psicólogos Contigo. A través de un formulario online, el paciente puede manifestar su necesidad de auxilio y a la brevedad un profesional se pondrá en contacto con él o ella. "Estamos haciendo escucha en línea y estamos encontrando que la gente está muy tomada por la ansiedad, el pánico y el miedo. Hay gente muy sola. La idea es brindar un espacio de escucha para que estas personas se sientan apoyadas", destacó una de las voluntarias, la psicóloga Tere Díaz.

**Las mascotas también nos necesitan.** El desamparo de nuestros compañeros de cuatro patas no es ajeno en estos momentos de crisis. Por ello, la organización WUF continúa con su plataforma habilitada para quien desee dar un apoyo económico, el cual es destinado a diferentes albergues de la ciudad, o en todo caso, a hacer un perrito parte de la familia. Recuerda que en estas épocas de aislamiento, existen decenas de perros y gatos que han dejado de recibir algo de comer. Si en tus manos está dejar un poco de agua y comida en tu puerta sería una invaluable opción para ayudar a aquellos pequeños cuyo hogar son las calles.

**Jacqueline Párraga, heroína del Centro de Lima.** Esta ciudadana, quien se gana la vida como vendedora ambulante y que, claramente, se ha visto afectada con las medidas de aislamiento social, no vio en esto un impedimento para salir a repartir alimentos para los indigentes que habitan en las calles del Centro de Lima. Tras hacerse conocida su causa, cientos de corazones generosos no tardaron en hacerse presente con donaciones para que la mujer pueda continuar con su noble acción.

**La colecta de Jugete Pendiente.** A través de su iniciativa Juntos nos hacemos cargo, la organización busca recaudar una cantidad de dinero para continuar con el abastecimiento de alimentos e insumos de higiene para poblaciones vulnerables que viven en 19 distritos de Lima. Asimismo, tienen en marcha otra campaña denominada "Arte para curar", la cual busca beneficiar al personal de salud de la ciudad.