

Pintemos y practiquemos



los
valores #3



60
años



coopetraban
Cooperativa Nacional de Trabajadores



Cuarta Edición.
50.000 ejemplares
Agosto de 2006
Una publicación de Coopetraban
Ilustraciones: Claudia Carvajal Valdés
Impresión: Fotomontajes S.A.

LA FAMILIA

Al hablar de familia podemos imaginar a un grupo de personas felices bajo un mismo techo, el valor de la familia nace y se desarrolla cuando cada uno de sus miembros asume con alegría el papel que le ha tocado desempeñar en el grupo familiar procurando con su amor, respeto, tolerancia y disciplina contribuir al bienestar, desarrollo y felicidad de todos los demás.

En el hogar todos son importantes, no existen logros pequeños, nadie es mejor o superior; se valora el esfuerzo y aporte de todos los miembros de la familia: como por ejemplo el trabajo de los padres para conseguir el sustento, la dedicación de los hijos para lograr buenas notas en el estudio y la ayuda en las labores de la casa ; toda familia unida es feliz sin importar la posición económica.

ACTIVIDADES

- Dramatiza en equipo los diferentes roles de la familia
- Dibuja tu familia y decora los dibujos utilizando diferentes materiales.

SENSIBILIDAD SOCIAL

La sensibilidad es interés, preocupación, colaboración y entrega generosa hacia los demás, muchas veces nos limitamos a conocer solamente el nombre de las personas, y no nos interesamos realmente en saber si tienen problemas y como podemos ayudarles a resolverlos.

La sensibilidad nos permite ser solidarios con las necesidades y sufrimientos de otros, ser sensibles es invertir nuestro tiempo libre acompañando a otro niño que está enfermo, ayudando en sus tareas a un hermano o a un compañero, compartiendo los juguetes o regalando la ropa o los juegos que no utilizamos tanto y que pueden ser muy útiles para otros niños más necesitados



PERSEVERANCIA

La perseverancia es un esfuerzo constante, es un valor fundamental en la vida para obtener los resultados que esperamos; la perseverancia nos da la fortaleza que necesitamos para no dejarnos llevar por lo fácil y lo cómodo para obtener algo más grande y mejor en el futuro.

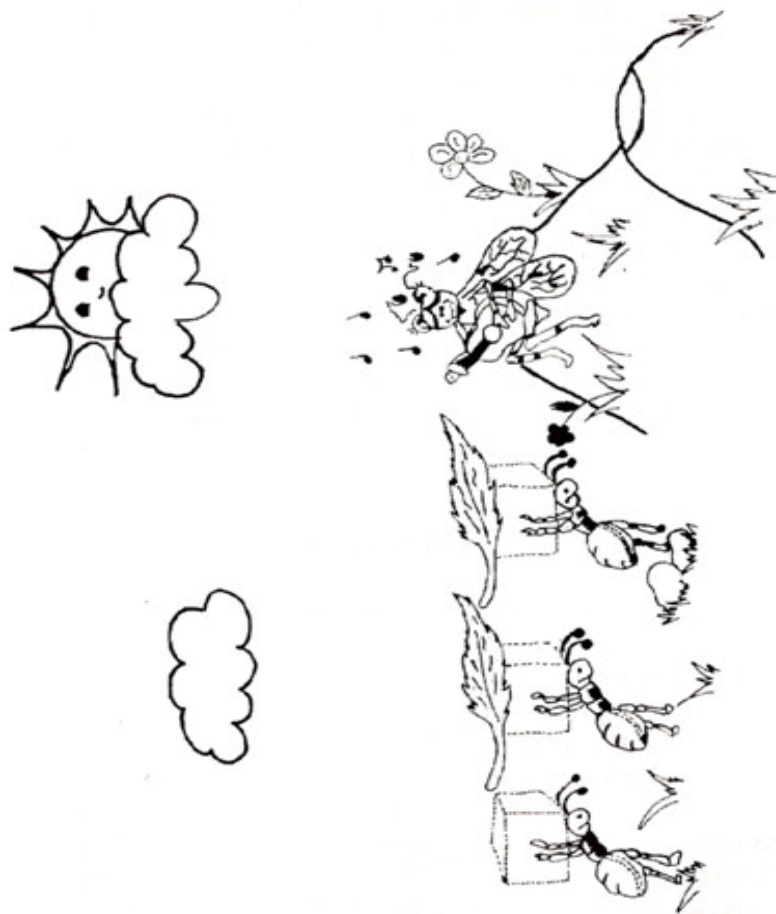
La perseverancia es luchar sin desanimarnos, es poner todo nuestro empeño al iniciar un nuevo curso, practicar nuestro deporte favorito, realizar las tareas que nos asignan, para que este esfuerzo diario de buenos resultados al finalizar el año y logremos alcanzar nuestras metas. La perseverancia brinda estabilidad, confianza y nos ayuda a prepararnos para el futuro. Perseverar es iniciar algo y no abandonarlo hasta haberlo terminado totalmente "El que persevera alcanza"

ACTIVIDAD

Analiza el mensaje de los siguientes versos

La Cigarra muy tranquila,
Solo quería cantar
Sin entender que en la vida
Todos deben trabajar.

Mientras tanto las hormigas
Apuraban su caminar
Con perseverancia y empeño
Su hormiguero querían formar



AUTOESTIMA

La autoestima es conocer a fondo nuestras fortalezas, es decir nuestras cualidades para cultivarlas y también ser conscientes de las debilidades que tenemos y poner de nuestra parte para corregir los aspectos que debemos mejorar. La autoestima nos da seguridad en nuestras capacidades, pero sin apartarnos de la sencillez, sin considerarnos mejores o peores que los demás, recordemos que una persona vale por lo que es, y no por lo que aparenta ser o por lo que tiene.

La autoestima consiste en aceptarnos tal como somos físicamente, altos, bajos, delgados, gruesos, de piel blanca u oscura, con cabellos lacios o rizados, porque lo mas importante es lo que cada uno de nosotros lleva dentro, los valores que practica y las enseñanzas que se van adquiriendo a lo largo de la vida.



RECUERDA QUE AUMENTAMOS LA AUTOESTIMA SI:

- Nos queremos a nosotros mismos
- Nos cuidamos permanentemente
- Reconocemos nuestras fortalezas y debilidades
- Asumimos una actitud de respeto hacia nosotros mismos
- Cuidamos nuestro cuerpo, nuestra mente y nuestro hábitat.

ACTIVIDAD

Escribo un poema sobre el concepto que tengo de autoestima

LIDERAZGO

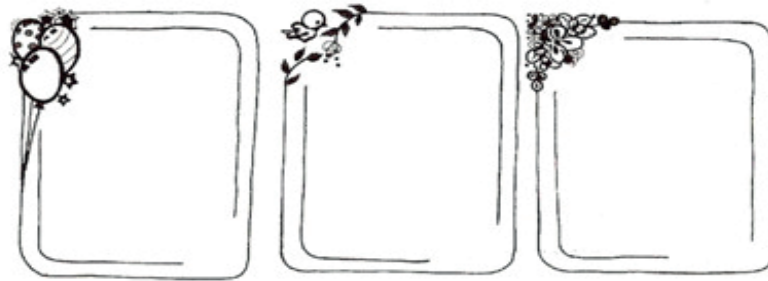
El líder es una persona que va adelante poniendo sus conocimientos y su capacidad de dirección a beneficio de todo el equipo por lo general se reconoce la figura de un líder por ser una persona emprendedora y con iniciativa, con la habilidad de saber transmitir sus pensamientos a los demás, porque siempre da buen ejemplo con sus actuaciones, tiene una gran facilidad para entablar relaciones y comprender a las otras personas; además está siempre dispuesto a motivar y empujar al grupo para conseguir objetivos trazados. Los líderes sobresalen también por poseer buenos hábitos y valores: Alegría, amabilidad, honestidad, orden, perseverancia, despertando en nosotros admiración y respeto. En otras palabras: son un digno modelo y ejemplo de personalidad.

RECUERDA QUE

Para ser un buen líder las personas deben ser justas, responsables y deseosas de servir a los demás. Quienes son líderes ayudan a las personas y no deben usar su poder para beneficio personal o para someter a otros

ACTIVIDAD

Coloca en estos portarretratos a las personas que tu reconoces como líderes



RESPONDE

Quién dirige las tareas en tu hogar?

Quién es el líder en tu colegio?

Escribe dos cualidades que poseas como líder?

JUSTICIA

La justicia es un derecho sagrado dado por Dios a todos los hombres, la justicia no significa darle a todo el mundo lo mismo, sino darle a cada uno lo que se merece o le corresponde.

La justicia se manifiesta en cada momento de la vida, por ejemplo cuando hablamos bien de los demás, cuando compartimos lo que tenemos, cuando tratamos a todas las personas con respeto y consideración, cuando decimos la verdad; la justicia se aplica de manera imparcial a todos por igual, no importa la posición social, el sexo, ni la raza

ACTIVIDAD

Colorea cada globo y coloca en cada uno los 5 criterios para ser justo

1. Igualdad
2. Mérito
3. Proporción
4. Imparcialidad
5. Reciprocidad



LA PRUDENCIA

La prudencia es buscar constantemente el equilibrio en todas nuestras actuaciones para no pecar por carencia ni por exceso. Es igualmente malo no comer lo suficiente que comer demasiado porque en ambos casos te enfermarías, la prudencia debe aparecer cuando sentimos que nos estamos acercando más de la cuenta a cualquier extremo.

ACROSTICO: PRUDENCIA ES

Pensar antes de actuar o de hablar
Respetar, ser precavido, responsable, moderado
Utilizar como regla: no hablar más de la cuenta en ninguna circunstancia
Dudar de lo desconocido
Escoger bien mis amistades
Negarme a lo malo,
Cerciorarse, comprobar
Invitación a cuidarnos unos a otros
Ahorrar

Escribe ejemplos de acciones que demuestren prudencia



PATRIOTISMO

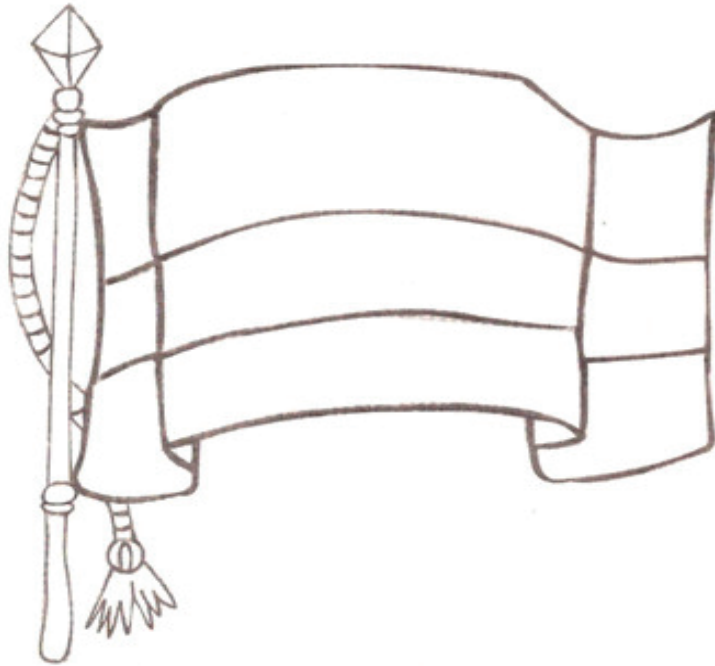
Es el valor que nos hace vivir como ciudadanos y fomentar el respeto que debemos a nuestra nación y que se demuestra con nuestra conducta, con los buenos modales; el verdadero patriota no habla mal de su país, sino que por el contrario entra en su defensa cuando otra persona lo hace.

Ser patriota es sentir emoción cuando se escucha el himno nacional, cuando vemos la bandera o el escudo; es izar la bandera en las fiestas patrias, es conocer la historia, la cultura y las tradiciones de nuestro país; es participar en actividades de servicio comunitario atendiendo enfermos, ancianos, niños discapacitados, ya que esta es una forma de colaborar al desarrollo social.

ACTIVIDADES

- 1 Colorea la bandera y escribe al frente que significa para ti cada color
2. En el salón de clase, colocarse de pie y entonar el himno nacional
3. Dibuja el mapa de Colombia en una hoja y moldea sus bordes con el material de tu gusto.

TRABAJO EN EQUIPO



Trabajar en equipo significa aprovechar las capacidades y conocimientos de cada persona para el servicio de un grupo que está motivado por la búsqueda de un objetivo común. Un partido de fútbol es un buen ejemplo de trabajo en equipo porque cada jugador pone lo mejor de sí en la cancha para lograr el triunfo de su camiseta.

Trabajar en equipo requiere respetar otras ideas, aceptar posiciones diferentes, valorar y comprender cuál es el mejor punto de vista para realizar una tarea que nos ha sido encomendada y que seguramente será mas sencilla si unimos los esfuerzos y las ideas de todos y al final reconocer que el triunfo no se debe a una sola persona sino a un Trabajo en conjunto. Los equipos deben aprender a explotar el potencial de muchas mentes para ser más inteligentes que una mente sola. Tal sentimiento puede formularse con una frase como: 'Ninguno de nosotros es más inteligente que todos nosotros'.

ACTIVIDADES

Con la orientación de tu profesor conforma grupos para embellecer tu institución, luego en una mesa redonda comparte los logros y dificultades que tuvo tu equipo



ECOLOGIA Y MEDIO AMBIENTE

El respeto por el medio ambiente se convierte hoy en un valor de supervivencia, porque necesitamos cuidar los ríos porque son fuente de agua, los árboles ya que estos purifican el aire; el respeto por el medio ambiente se ve en el aseo de nuestra casa, las calles de mi barrio, cuando no arrojo papeles al piso y cuando no destruyo las matas y los árboles cuando le enseño a mis compañeritos y amigos a no tirar basuras a las quebradas, cuando reciclamos es decir separamos las basuras que se producen en nuestro hogar colocando en bolsas diferentes cartones, vidrios, plásticos y en otras los desechos de alimentos. Si hoy cuidamos la tierra garantizamos que las generaciones del futuro encuentren también un lugar agradable para vivir.

ACTIVIDAD

Con algunos amigos ensaya una forma de reciclar papel

1. toma hojas de papel periódico y córtalas en trozos muy pequeños, que iras colocando en un recipiente con agua.



2. Para que el papel se desmenuce poco a poco, agita



3. En otro recipiente, prepara con almidón un engrudo y mézclalo con la pasta de papel. Consigue una malla o colador y vierte sobre ella la plasta de papel de manera que forme una pasta delgada



4. Luego coloca encima un pedazo de papel parafinado o plástico y pasa un frasco redondo presionando para que escurra el agua. Retira con cuidado el papel encerado, deja que la mezcla se seque durante uno días. Así habrás obtenido un cartón hecho por ti.



Con el reciclaje podemos aprovechar objetos que aparentemente no sirven.

EL AHORRO

Ahorrar es ser mesurado en el gasto del dinero o de los bienes materiales necesarios para la familia, se ahorra cuando utilizamos con prudencia el agua, la luz, cuando cuidamos nuestros libros y cuadernos, cuando tratamos bien nuestra ropa para que no se deteriore; también se ahorra cuando hacemos a tiempo las tareas que nos dejan en la escuela porque así nos queda un rato para descansar, para ayudar en los quehaceres de la casa y para practicar los juegos que nos gustan.

Ahorrar es no gastar todo el dinero que nos dan nuestros padres y familiares y si es posible abrir una cuenta de ahorros porque los grandes capitales se van formando de la suma de pequeños ahorros



ACTIVIDADES

1. Escribe como se puede ahorrar en

La familia _____

La escuela _____

Tu comunidad _____

2. Además de dinero que otras cosas podemos ahorrar

EL QUE BUSCA ENCUENTRA

Colorea las palabras de acuerdo con los dibujos y descubrirás un lindo mensaje con las palabras sobrantes

Ar	pro	pa	te	bol	ja	to	mos
la	va	na	ca	tu	sol	ra	le
za	un	es	be	el	go	me	tas
jor	lla	re	ve	ga	vi	lo	drios
pa	sa	ra	po	nues	ca	tros	ne
hi	ca	jos	car	ta	ni	No	



SOPA DE LETRAS

f	e	l	i	c	i	d	a	d	l	z	p
m	a	a	u	t	o	e	s	t	i	m	a
n	x	m	r	p	i	b	e	n	d	y	t
r	i	o	i	k	l	e	n	e	e	x	r
a	l	m	a	l	g	r	s	g	r	a	i
r	j	u	s	t	i	c	i	a	a	i	o
e	r	a	g	o	h	a	b	h	z	c	t
v	a	l	o	r	e	s	i	o	g	n	i
e	q	u	i	d	a	d	l	r	o	e	s
s	a	g	u	a	s	c	i	r	h	d	m
r	x	f	x	m	z	o	d	o	h	u	o
e	c	o	l	o	g	i	a	m	s	r	v
p	w	q	o	r	n	o	d	r	e	p	b

Encuentra las siguientes palabras en esta sopa de letras

Familia
Perseverar
Liderazgo
Prudencia
Ecología
Perdón
Amor
Valores
Deber
Alma

Sensibilidad
Autoestima
Justicia
Patriotismo
Ahorro
Equidad
Felicidad
Hogar
Rio
Agua

60
años



coopetraban
Cooperativa Nacional de Trabajadores

Todo nuestro interés puesto en tí y en los tuyos

**Coopetraban tiene para su servicio
14 sucursales ubicadas en**

CIUDAD	DIRECCIÓN	TELÉFONO
APARTADÓ	Cll. 96 No. 99 - 07	828 04 11
CAUCASIA	Crr. 12 No. 20C - 57	839 26 54
FRONTINO	Cra. 32 No. 30 - 26	859 67 60
ISTMINA	Cra. 7 No. 19 - 55	670 25 18
MONTERÍA	Cll. 28 No. 1 - 65	782 25 41
NECOCLÍ	Cll. 51 No. 52 - 02	821 54 29
PUERTO BERRIO	Cra. 8 No. 5 - 37	833 08 05
QUIBDÓ	Cra. 4 x Cll 23	671 16 07
RIONEGRO	Cll. 48 No. 51 - 22	531 80 80
SINCELEJO	Cra. 17 No. 15 - 131	282 16 02
TURBO	Cll. 102 No. 14 - 43	827 20 56
LORICA	Cll. 2 No. 18 - 22	773 10 75
SAN JUAN DE URABÁ	Cra. 20 No. 19 - 11	821 26 32

SUCURSAL MEDELLÍN

Carrera 55 No. 52 - 42

Tel: 231 89 55 Fax: 231 39 69

A.A. 12984

LÍNEA GRATUITA 01 8000 946 522