



Periódico etnoeducativo Encuentro

Mayo 2016

Diversidad, identidades e interculturalidad

Edición 7

El Nopal una planta medicinal

Múltiples aplicaciones salud

Pág. 3



Afrodscendientes en la actualidad

Política, identidad,
personajes .

Pág. 4



Contenido

Editorial 2

Elección de personero 2

El nopal
planta medicinal 3

Afrodscendientes
en la actualidad 4

Afrodscendientes
en la actualidad 6

Aprendamos más
sobre Fracciones 7

INSTITUCIÓN EDUCATIVA
MONSEÑOR RAMÓN ARCILA
Aprobado oficialmente por la
Secretaría de Educación Municipal
Resolución No. 4143.2.21.10973
de DIC. 17 de 2009

Sede Principal
MONSEÑOR RAMÓN ARCILA
Sede: RAUL SILVA HOLGUÍN
Sede: ALFONSO REYES ECHANDÍA
Sede: PUERTAS DEL SOL IV y V



Peinados Afro y pedagogía

Amparo Asprilla Jordán
Docente Sede Raúl silva Holguín

La licenciada Ereilis Navarro, cuenta como los peinados han sido utilizados en su región para enseñar la historia, ya que el Palenque de San Basilio fue conformado justamente, gracias a los “mapas de fuga”, escondidos en los peinados de niñas y mujeres cimarronas. Ella nos dice igualmente que hay diferentes clases de peinados que se usan de acuerdo con la ocasión por ejemplo: “la puerca parida”, la caparazón del armadillo o las trenzas libres”.

En su trabajo como docente ha integrado el ejercicio del trenzado a sus prácticas pedagógicas con el objetivo de visibilizar la importancia de los peinados como forma de resistencia cultural; como una estrategia para valorar, respetar y realzar, la autoestima de niñas, niños y jóvenes en el proceso de su identidad étnica y como una manera de contribuir a los procesos de interculturalidad.

Ereilis ha diseñado una propuesta pedagógica que ella denomina: “Origen y resistencia



de los peinados afrodescendientes” y que comprenden los siguientes temas:

- Componente histórico
- Los peinados como parte de la tradición oral.
- Creencias y mitología de los peinados afrodescendientes
- Prejuicio racial y social de los peinados por parte de otras culturas.
- Como elevar la autoestima de las mujeres afro a través de los peinados.
- Herramientas pedagógicas a través de los peinados afrodescendientes.
- Clasificación de los

peinados según su entorno.

Como resultado de dicho trabajo, se publicó en el año 2012 un calendario, llamado “El calendario de peinados afro”. La docente Ereilis Navarro Cáceres, es licenciada en español y literatura de la Universidad del Atlántico, presidente de la asociación afrocolombiana “Los peinados de nuestra gente” en la costa Atlántica, investigadora sobre el tema de los peinados afrocolombianos y ganadora nacional de peinados afro en Bogotá y Cali; con su lema “Con el cabello se escribe nuestra identidad”.



Editorial

Jorge E. Silva Bastidas
Rector

Para esta primera edición del 2016, tenía en mi mente una lista de temas sobre los cuales consideraba importante socializar:

El proyecto en prevención y desastres, a propósito de lo ocurrido en el Ecuador, por estar inmerso en el plan de Mejoramiento de la Institución Educativa y por el poco avance que tuvo el mismo el año pasado.

—La planeación y objetivos estratégicos de la Institución Educativa que fueron reformados hasta el 2020.

—La nueva política de Calidad institucional que quedó más contextualizada, realista y fácil de entender.

—Los cuidados y prevenciones que podemos tener para evitar enfermedades transmitidas por vectores.

—La nueva contratación del seguro estudiantil que ya no cubre el transporte a la clínica en caso de accidente.

—El proyecto de refuerzo académico para estudiantes de los grados 9°, 10° y 11° en convenio con la Secretaría de Educación y el Ministerio de Educación Nacional del cual logramos 145 cupos y nuestros estudiantes asistirán a la Universidad ICESI.

—Las incomodidades y sacrificios que está viviendo la comunidad de la sede Monseñor Ramón Arcila a causa de la construcción de nuevas aulas.

—El día de la tierra, día del Idioma, día de la Secretaria, día



de la madre, día del niño, día del maestro, fechas que estamos viviendo recientemente.

La lista podría aumentar con unos temas específicos de las sedes, siendo todos reitero de alto interés e importancia para nuestra comunidad.

Sin embargo me he animado más a invitar a la comunidad educativa a reflexionar sobre la actitud diaria que tomamos hacia la vida, el amor con el que desempeñamos nuestro rol bien sea como Ama de casa, estudiante, hijo, maestro, directivo, administrativo o ciudadano.

Por eso importante hablar del amor que es el toque secreto para convertir un trabajo en un estilo de vida. El amor hace que tu trabajo sea tu mayor distracción, no se puede concebir a un profesional exitoso y próspero sin felicidad en su corazón, sería como un esclavo de su obra y no un amo de su prosperidad.

Ese amor con el que lo seres extraordinarios que trascendieron en la historia, plasmaron en sus obras y las convirtieron en obras de arte; imagínense a Davinci sin pasión por su trabajo. Imagínense a Lee Iacoca aburrido en las mañanas de ir a liderar su compañía automotriz. Ese desamor por nuestro trabajo nos hace mediocres con resultados mediocres, por lo tanto nuestros ingresos son mediocres y vives una vida de mediocre culpando a tu suerte o

al sistema.

En internet Leí sobre un conferencista y escritor Colombiano decir algo absolutamente cierto. Se refería a los estudiantes de química de una universidad, les decía: "no hay nada más peligroso que un profesional sin amor en su corazón. Porque un ingeniero químico con todo ese conocimiento sin amor puede ser el genio que construye bombas e ingenia fórmulas para destruir". Sencillamente: ¡ame lo que hace!

Por lo anterior les cuento la historia de un niño y su padre el cual cuando era niño, tenía la oportunidad de ver tratar a sus clientes y de ser testigo del valor de la honestidad y de la recompensa por el trabajo duro. Cada sábado en la mañana, lo llevaba a su taller y le mostraba en qué estaba trabajando. le explicaba las reparaciones que estaba haciendo, las técnicas, las herramientas y el asunto comercial. El niño no entendía la mayoría de estas cosas, pero en realidad tampoco tenía que hacerlo. El observar el brillo en sus ojos siempre que se emocionaba después de mostrarle algo nuevo y el ver la sonrisa en su rostro cuando arreglaba algún problema, era más que suficiente. El padre amaba su trabajo y por eso era el mejor, pero lo más importante, era feliz.

Su ejemplo enseñó al niño la importancia de amar su trabajo y le hizo enseñarle a ser una mejor persona. Los invito a amar a nuestro trabajo y sacarle el mejor provecho a nuestros niños (educando) ya que luego sin notarlo, nos encontraremos con

resultados extraordinarios. Por lo anterior es fundamental leer "Elogio de la dificultad" de Estanislao Zuleta.

Finalmente agradezco el que elevemos una oración por todos las personas que han estado afectadas en su salud o la de su familiares, igualmente por el eterno descanso de familiares fallecidos recientemente y el de nuestro estudiante MIGUEL ANGEL FERRIN LENIS del ciclo IV-B jornada nocturna que Dios lo tenga en su seno.

Elección de personero

En días pasados se desarrolló la elección de personero en la institución educativa donde hubo cinco candidatos uno de cada 11 las elecciones se desarrollaron el día 19 de marzo del presente donde fui elegido, para mí es un gran honor contar con tanto apoyo de usted mis compañeros les quiero decir que hoy más que nunca estoy comprometido a sacar adelante todos mis proyectos planteados en mi campaña y también agradecer a todos mis compañeros que siempre ahí estuvieron ayudándome.





Gildardo Gil
Docente

☼ Esta planta es oriunda del continente americano pertenece a la familia de las cactáceas esta crece en lugares sobre el nivel del mar hasta los 4700 metros y es una planta fuerte porque puede sobrevivir tanto en el desierto como en la nieve.

Componentes: posee calcio, potasio, y fósforo, sodio, y también contiene, en varias proporciones, diferentes glúcidos o carbohidratos y componentes nitrogenados. El nopal es rico en fibras, vitaminas (A, B, B2, C y K), riboflavina, vitamina B6, clorofila y proteínas.

Beneficios: sirve como antibiótico natural ya que evita el crecimiento de varias especies bacterianas. Se puede utilizar en caso de tener arterosclerosis porque el nopal tiene antioxidante y los componentes antiinflamatorios, éstos están bajo la forma de poli fenoles, esteroides y glicoproteínas.

Sirve contra del Cáncer el nopal contiene buena cantidad de fibra dietética estas ayudan a diluir concentración de células potencialmente cancerígenas que se presentan en el colon

Reduce los dolores del

Sistema Urinario. Ayuda a mantener el estado de ánimo balanceado convirtiéndose en un gran aliado para el sistema nervioso.

Es súper bueno contra las úlceras gástricas ya que las fibras vegetales del nopal controlan el exceso de producción de ácido gástrico y protegen la mucosa del estómago e intestinos.

El nopal elimina toxinas, desintoxica el cuerpo apoyando las labores del hígado dentro del cuerpo y de otros órganos debido a que el nopal posee 17 aminoácidos y algunos minerales que luchan contra los radicales libres.

Gracias a la gran cantidad de fibra que posee el nopal, ayuda retardar el tiempo en que se absorben los nutrimentos y entran a la sangre y por lo tanto facilita su eliminación. De igual manera, las proteínas vegetales hacen que los líquidos se movilicen más rápido por el torrente sanguíneo, contribuyendo a la disminución de la celulitis y la retención de líquidos

El nopal actúa de muy diversas formas para reducir el riesgo de cualquier enfermedad del corazón. Primero, debido a que la fibra que se encuentra en

El Nopal

<https://lpcdedios.wordpress.com/2013/11/22/los-beneficios-del-nopal/>

el nopal actúa para absorber y excretar el colesterol. Segundo, porque los aminoácidos, la fibra y la niacina que se encuentran en el nopal previenen la conversión de azúcares en grasa mientras que reduce los niveles de triglicéridos y de colesterol malo.

Regula el azúcar en la sangre para pacientes de diabetes. Los 18 aminoácidos presentes en el nopal proveen más energía y reducen la fatiga ayudando a reducir el nivel de azúcar en la sangre. El nopal refuerza al hígado y al páncreas por medio de incrementar la sensibilidad a la insulina, la que estimula el movimiento de la glucosa en las células del cuerpo donde es usada como energía, regulando así, el nivel de azúcar de la sangre. También disminuye la digestión de carbohidratos por lo que reduce la producción de insulina.

Las vitaminas naturalmente disponibles en el nopal, como la B1, B2, B3 y C, además de minerales como calcio, magnesio, sodio, potasio y hierro, colaboran en la desintoxicación del organismo en general. Su poder antioxidante brinda adecuada protección ante las toxinas del medio ambiente y aminora los efectos perjudiciales al fumar o beber alcohol.

Las fibras del nopal contribuyen a una buena digestión evitando problemas de estreñimiento.

En comparación con otras plantas, el nopal es muy alto en nutrientes que ayudan a reforzar el hígado y el páncreas. La salud

de estas dos glándulas es muy importante para poder convertir los carbohidratos en glucógeno que pueda ser utilizado como energía para el cuerpo.

Chismecito veloz

Lic. WILFRIDO ARROYO. RSH.
Docente

☼ Día por día me asombro del avance tecnológico en todos los campos. Parece que la realidad fuera magia. No me queda más remedio que gritar ¡ por Dios ¡ frena ésta carrera de loc@s , méteme de nuevo a la realidad real por favor.

Veo los avances continuos, la conquista del universo y sus alrededores, el impulso de la robótica, ver y hablar con mi ser querido a diez mil kilómetros de distancia ¡qué inmensidad! teléfonos superinteligentes, nos comunicamos desde cualquier punto de la tierra moviendo solo los dedos de nuestras manos ¡qué barbaridad! pasamos los límites de la velocidad.

Pero amiguit@s, no quiero aguar la fiesta, pisemos el piso hay algo más veloz y es de nosotros los Colombianos, invento ancestral y autóctono, es que las noticias nos llegan más rápido por CHISMES que por internet, así como les digo por chismes.

Navega plácidamente en www.elchismelocombia.com y lo compruebas.

Me atrevo a decir...

Lic. WILFRIDO ARROYO. RSH.
Docente

Los grandes administradores de la naturaleza, desde épocas antiquísimas sin lugar a dudas han sido el hombre y la mujer, ¿recuerdas a Adán y Eva?. De allí en adelante cada individuo ha puesto su grano de arena en bien o en mal pero hemos participado.

Estoy preocupado por las nuevas generaciones, si bien muchos de los jóvenes tienen los pies sobre la tierra otros son como los CEFALÓPODOS, no están construyendo su proyecto de vida por el bien de ellos, sus congéneres, por la sociedad que tanto espera de ésta nueva generación aportando los cuidados y beneficios a LA NATURALEZA y al MEDIO AMBIENTE para sentir y disfrutar un mejor futuro en Colombia, estoy seguro que aquellos personajes que no viven y sienten esto tienen los pies en la cabeza como los cefalópodos.



Valoremos el refrigerio

Junior Landazuri grado 7-2
Monseñor jornada mañana

En la institución Educativa Monseñor Ramón Arcila, los estudiantes botan los refrigerios que le brinda la institución.

En el transcurso del mes de Abril se le ha llamado la atención aproximadamente cuatro veces a los estudiantes del grado 7, por esta razón en muchos casos se les ha llevado a coordinación; también como castigo los han llevado a recoger la basura y dejarlos sin refrigerio.

Valoremos El refrigerio es algo muy importante y fundamental en la institución. El cual, es un beneficio para nosotros y aún más para aquellos estudiantes que su familia está pasando por un difícil momento económico.

En días pasados muchos estudiantes de la institución se estaban tirando panes y naranjas ¿será que ellos se dan cuenta de cuantas personas necesitan frutas y pan?, no parece que se dieran cuenta porque personas que conocieran el problema de mucha gente que no tiene para



comer, no lo recibirían si es para botarlo.

Tenemos que aprender a valorar lo que nos brinda en la institución; si no te gusta no lo recibas; quizás no te importe los problemas de los demás pero el día de mañana es incierto y puede ser tú familia que esté pasando por un mal o difícil momento.

AFRO



AFRODESCEND

Henry Lobo Ocampo
Docente

Este documento ofrece una mirada de la situación de los afrodescendientes en la región del sur Occidente y el pacífico del país en aspectos tales como la situación laboral, y de personas que tienen papel de líderes en organizaciones y sectores de los indígenas y afrocolombianos en el desarrollo, la búsqueda de reconocimiento dentro del aporte regional y nacional.

Es menester mostrar las brechas de inequidad que separan a los afrodescendientes e indígenas de la diversidad de los grupos sociales y su nivel de organización en la sociedad civil, con la idea de contribuir a la transversalización del enfoque étnico en la región y resaltar

algunos personajes afrodescendientes de nuestra región.

Situación laboral: La situación laboral es preocupante dado que, según el estudio elaborado por la Misión de Movilidad Social y Equidad, una de cada dos personas afrocolombianas está desempleada.

En este sentido, la Gran Encuesta Integrada de Hogares (2007) señala que cuatro de cada diez trabajadores afrocolombianos e indígenas son trabajadores por cuenta propia, mientras que para el resto de la población la razón es de tres por cada 10. Lo anterior, evidencia los altos niveles de informalidad y las precarias condiciones laborales que atraviesan los grupos étnicos en Colombia.



AFRODESCENDIENTES en la actualidad

Ausencia de políticas de acción afirmativa: el informe elaborado por el Comité para la Eliminación de la Discriminación Racial de 2009 recomendó al Estado colombiano implementar acciones afirmativas en educación y empleo.

Si bien fueron creados programas de acceso diferenciado en universidades públicas y privadas como el Fondo del ICETEX para comunidades negras, aún no existe una política coordinada y eficaz de acciones afirmativas para indígenas y afrocolombianos.

Búsqueda de reconocimiento: la diversidad cultural de los grupos humanos que habitan el país es un hecho que en los últimos años ha empezado a visualizarse en el escenario internacional, donde la creciente preocupación por la variedad étnica se ha visto reflejada en la competencia de la normatividad existente, y de la cual Colombia ha registrado relevantes convenios y tratados. Por otro lado, se trata de la presión de la acción social de organizaciones y sectores de los indígenas y afrocolombianos han desarrollado, en la búsqueda de reconocimiento y efectiva implementación de sus derechos fundamentales, económicos y sociales. Es de destacar los importantes avances de Colombia en la visualización y creación de mecanismos para garantizar los derechos territoriales de indígenas y afrocolombianos.

Un hecho relevante que lleva a la reflexión en el campo de los



valores y respeto, la ha hecho Roberto Lozano en el ámbito humorístico quien personificara al 'Soldado Micolta' en sábados felices, Dice él, no se acabará pero sí se transformará. Este personaje nació hace más de 12 años y según su creador no surgió para burlarse de los afrocolombianos sino "para imitar con humor la situación militar en el país.

Política: el 53% de los vallecaucanos votaría el plebiscito para refrendar acuerdo de paz, que les permitan también a los grupos afrodescendientes e indígenas no estar al margen de estos acuerdos de paz.

Crece el miedo de que las comunidades afrodescendientes e indígenas, así como sus territorios, queden a la deriva luego de la firma de la paz entre las Farc y el Gobierno colombiano. Organizaciones defensoras de derechos humanos prenden las alarmas sobre el futuro de estas comunidades y sus territorios durante el posconflicto.

Se calcula que aproximadamente el 14 % del territorio colombiano —es decir, cerca de ocho millones de hectáreas de tierra— sería liberado de la presión de las Farc una vez se firme la paz. Todo un fortín territorial que tanto grupos criminales como explotadores de recursos naturales y multinacionales se pelearán centímetro a centímetro.

Por otro lado en Buenaventura ha pasado un año desde que el presidente Santos prometió su programa integral para Buenaventura, pero la realidad del puerto no ha cambiado: un informe internacional sugiere pasos concretos y soluciones a la situación.

Personajes afrodescendientes

Política

Nuevo Secretario de Bienestar Social, **Esaud Urrutia Noel** Chocoano de nacimiento, hijo adoptivo de Santiago de Cali desde hace 30 años, profesional emprendedor y comprometido con lo social, este Comunicador



Social de la Universidad Autónoma de Occidente, Magíster en Estudios Políticos de la Universidad Javeriana y diplomado del Gaylord College of Journalist and Mass Communication de la Universidad de Oklahoma, Estados Unidos, por el programa Edward R. Murrow, pone a disposición sus conocimientos y experiencia al bienestar de la población caleña y vallecaucana.

El Presidente de la República, Juan Manuel Santos Calderón, >>>

designó este jueves a **Zulia Mena Garcia**, la exalcaldesa del choco, como nueva viceministra de Cultura.



Josefina Klinger Zúñiga. Líder Social. Mujer Cafam Choco 2016. Nace en el año 1965 en Nuqui (Choco)



Más Personajes Sociales

La Playa D.C es la historia de **Tomás**, película que habla de un joven afrodescendiente que ha huido de la Costa Pacífica colombiana a causa de la guerra y trata de abrirse camino en Bogotá. Tomás iniciará un viaje que pondrá a prueba su valor para enfrentar el miedo, la nostalgia y las heridas del pasado.



¿Cuál es su intención con 'La Playa D.C.'?

Visibilizar a la población afrocolombiana urbana, ver cómo los afrocolombianos en Bogotá cambian la identidad cultural de la ciudad y que los bogotanos empecemos a ver que son personas que llegaron para quedarse, que le están aportando a la ciudad una vitalidad impresionante y que tenemos que abrirles las puertas.



Personaje de la actualidad social

Elkin de Jesús Salcedo Hurtado

• Profesor Titular Departamento de Geografía de la Universidad del Valle

• Director del OSSO (Observatorio Sismológico del Suroccidente Colombiano).

• Doctor (Ph.D) en Ciencias de la Tierra de la Universidad Estatal de Moscú, Rusia.

Elkin de Jesús Salcedo, dice que la gente de Cali debe educarse mucho más en prevención sísmica.

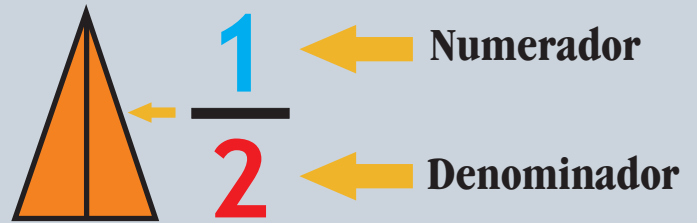
• El Observatorio Sismológico del Suroccidente está ubicado en la Universidad del Valle.

Afrosur Occidente



FRACCIONES

Elementos de la fracción



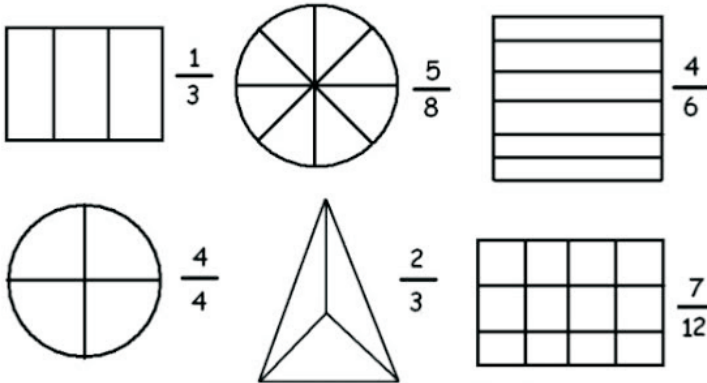
1. Escribe las siguientes fracciones:

Dos quintos
Tres octavos
Cuatro medios
Cinco sextos
Seis tercios
Siete décimos

Ocho cuartos
Nueve séptimos
Diez quinceavos
Once novenos
Cinco doceavos
Ocho tercios

Trece medios
Quince cuartos
Seis sextos
Diez quintos
Cuatro sextos
Nueve octavos

2. Colorea para representar las fracciones siguientes:



www.perejilypimienta.blogspot.com



• Encierra la fracción correcta que se representa en los círculos

<p>$\frac{2}{4}$ $\frac{2}{3}$ $\frac{1}{3}$</p>	<p>$\frac{4}{6}$ $\frac{2}{4}$ $\frac{2}{6}$</p>
<p>$\frac{1}{3}$ $\frac{4}{7}$ $\frac{3}{4}$</p>	<p>$\frac{1}{3}$ $\frac{2}{3}$ $\frac{1}{2}$</p>

$\frac{2}{3}$	$\frac{2}{6}$	$\frac{2}{12}$

Culminadas las actividades los estudiantes consignaran en su cuaderno de Matemáticas el siguiente concepto que será copiado en el tablero:

- **Fracción:** Una fracción es una parte de un total, es una forma de escribir una división.
- **Numerador:** Indica el número de partes iguales que se han tomado o considerado de un entero.
- **Denominador:** Indica el número de partes iguales en que se ha dividido un entero.

(((Organizarlo de forma creativa)))