



BOLETÍN MONTERINO

**"CON SABIDURIA, DISCIPLINA Y AMOR,
MONTERO TRIUNFADOR"**

SAN MIGUEL, AGOSTO 2021

AÑO 2 Nº 11





YO CRECÍ ENTRE MAESTRAS



Mi nombre es Milagros, tengo 62 años de los cuales llevo siendo parte del área educativa 10 años de estudios escolares, 6 años de estudios universitarios y 36 como profesional, es decir, 52 años entre libros y profesores.

Mi abuela materna, maestra de profesión egresada de la Universidad Nacional de San Marcos, ya abrigaba esta profesión desde que estaba en el colegio, pues siendo una estudiante muy destacada la directora le pedía que enseñara a las estudiantes de otros grados lo cual ella hacía con mucho agrado, hasta que su padre o sea mi bisabuelo se enteró y se lo prohibió, quién acercándose al colegio le dijo a la directora "Yo he traído a mi hija para que aprenda no para que enseñe".

Al pasar los años su vocación por la enseñanza se afianzó aún más y decidió fundar un colegio de mujeres ubicado en el centro de Lima. Ya por ese tiempo estaba casada y con 9 hijos, 5 de ellas mujeres que desde luego estudiaron en el colegio fundado por su madre.

Cuatro de ellas abrigaron la misma vocación todas maestras: Lengua y literatura, Historia, inglés y Educación Familiar mi mamá.

Vivíamos en una casa muy grande también en el centro de Lima y en la mesa del comedor se sentaban todas a preparar sus clases desde mi mamita (así le decíamos a mi abuela) y todas mis tías. Una mesa llena de libros, lápices, lapiceros, reglas, hojas y todo lo que se puedan imaginar para preparar sus clases.

Como se imaginan yo también estudié en el mismo colegio y mis tías y mamita eran mis profesoras, era imposible no cumplir con las tareas y obtener buenas notas, aunque a veces sentía que ser la nieta de la directora me quitaba libertad.

En todo este tiempo aprendí a valorar la labor incansable del maestro, la dedicación, el compromiso, la honestidad. Una vez escuché decir a mi mamita "Un maestro jamás abandona a sus alumnos" y aunque no estamos en el día del maestro quise a través de estos hermosos recuerdos valorar y reconocer la labor que ustedes queridos maestros realizan a diario, sin importar las circunstancias, antes con lápiz, papel, pizarras y tizas, hoy computadoras, Classroom, Zoom y otras herramientas, pero con el mismo amor, dedicación y corazón sincero.

Dios los bendiga y guarde por siempre, los admiro.



Milagros VILLANUEVA Villarreal
Coordinadora de TOE





6 DE AGOSTO, BATALLA DE JUNÍN

<https://www.youtube.com/watch?v=YprAGEASy6Y>



9 DE AGOSTO, DÍA INTERNACIONAL DE LAS POBLACIONES INDÍGENAS

<https://www.youtube.com/watch?v=qe9LI8WQGdo>



15 DE AGOSTO, DÍA DEL NIÑO

<https://www.youtube.com/watch?v=F2Ctz8hMmUY>



17 DE AGOSTO, MUERTE DEL GENERAL DON JOSÉ DE SAN MARTÍN MATORRAS

<https://www.youtube.com/watch?v=G3URslD1yTw>



22 DE AGOSTO, DÍA MUNDIAL DEL FOLCLOR

<https://www.youtube.com/watch?v=8TZHzZ8ARoc>



26 DE AGOSTO, DÍA DEL ADULTO MAYOR

<https://www.youtube.com/watch?v=DJzmeOU7bkk>



27 DE AGOSTO, DÍA DE LA DEFENSA NACIONAL

<https://www.youtube.com/watch?v=QSgQWYiqJdA>



**28 DE AGOSTO, REINCORPORACIÓN DE TACNA
AL SENO DE LA PATRIA**

<https://www.youtube.com/watch?v=xqlv35Q5Nj0>



30 DE AGOSTO, DÍA DE SANTA ROSA DE LIMA

<https://www.youtube.com/watch?v=LXDUrmBILCA>



31 DE AGOSTO, DÍA DEL MARISCAL RAMÓN CASTILLA

<https://www.youtube.com/watch?v=qQ-ntaDIsuc>

José Andrés Rázuri, una audaz “desobediencia”



José Andrés Rázuri Esteves nació un 28 de septiembre de 1791 en San Pedro de Lloc. Cuando los aires independentistas soplaron con fuerza, Rázuri no dudó en unirse a la Expedición Libertadora de don José de San Martín.

Por instrucciones de Simón Bolívar, José Andrés Rázuri contribuyó a reclutar e instruir al Regimiento Húsares del Perú, que junto con el resto del ejército patriota partió a la sierra central en busca de las tropas realistas.

En la gélida llanura de Junín, a 4,200 metros sobre el nivel del mar, se encontraron frente a frente los ejércitos realista y patriota el 6 de agosto de 1824. El terreno era difícil por lo que la caballería independentista tuvo que avanzar en columnas por un desfiladero entre un cerro y un pantano.

Al ver esto, el general español José de Canterac ordenó a su caballería que atacara a la vanguardia patriota que venía en ofensiva. Cuando los primeros escuadrones patriotas comenzaron a descender a la pampa, fue sobrepasada por la arremetida realista.

Los patriotas confundidos por la caballería enemiga iniciaron la retirada perseguidos por las fuerzas de Canterac. La batalla fue sangrienta. Cuerpo a cuerpo solo con sables, lanzas y espadas. La victoria de los realistas era segura.

Rázuri, como ayudante del primer escuadrón de los Húsares del Perú que se encontraba esperando en la retaguardia, recibió la orden del coronel Isidoro Suárez de pedir instrucciones al general La Mar. El mayor Rázuri se desplazó con su caballo a toda prisa a la posición del Estado Mayor ubicado en una loma desde donde se podía ver todo el campo de batalla.

Rázuri pidió instrucciones para su escuadrón al general La Mar. El general le respondió: – “Diga usted al comandante Suárez que salve a su escuadrón como pueda”.

Rázuri emprendió retorno con su vehemencia característica. En el camino, desde una colina, logró divisar que las tropas realistas en su afán de perseguir a los patriotas habían descuidado su retaguardia. Pensó que sí había una posibilidad de victoria y que no había tiempo que perder así que decidió cambiar la orden.

Cuando llegó al sitio donde le esperaba Suárez, Rázuri le dijo: - “Mi comandante, el general La Mar ordena que cargue usted de todos modos”. Y mirando el campo de batalla, Rázuri se lanzó al ataque.

El coronel Suárez al ver el ímpetu de Rázuri, ordenó el ataque a los realistas que no esperaron semejante respuesta.

El factor sorpresa tomó desprevenido al ejército español que se creía victorioso y comenzaron a dispersarse. Este hecho alentó a las tropas patriotas dispersas que contraatacaron con bravura. Los perseguidores se vieron perseguidos. La batalla fue encarnizada. El triunfo que parecía esquivo a las tropas independentistas se hizo realidad con la retirada definitiva de las tropas españolas del campo de batalla.

La valentía del escuadrón “Húsares del Perú” en la Batalla de Junín motivó al libertador Bolívar a cambiar el nombre por el de “Húsares de Junín”.



Liceo Naval "CONTRALMIRANTE MONTERO"



QALI WARMA

QALI WARMA es un programa del Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social (Midis) que brinda alimentación variada y nutritiva a niñas y niños de nivel de Educación Primaria en las escuelas públicas de todo el Perú. En esta oportunidad se está brindando al Liceo Naval "Contralmirante Montero" del nivel de Educación Primaria, a fin de contribuir a mejorar la atención alimenticia de nuestros estudiantes. Se han recibido 395 (trescientas noventa y cinco) raciones de desayunos escolares los cuales se han realizado la entrega a los padres de familia, según cronograma. Del 18 al 23 de agosto con las medidas de seguridad correspondiente.

Cada ración está comprendida por:

CANTIDAD	ALIMENTO	PRESENTACION
02	Aceite Vegetal	200 ml
01	Azúcar rubia	250 g
07	Conserva de pescado en aceite	170 g
02	Fideos	500 g
01	Harina extruida de Trigo	250 g
01	Hojuelas de avena con quinua	250 g
03	Leche evaporada entera	400 ml
02	Quinua	250 g

Agradecemos a QALI WARMA por el apoyo a nuestras Familias Monterinas de nuestros estudiantes de 3°, 4°, 5° y 6° del Nivel Primaria.

¡MUCHAS GRACIAS!



Anthonella RODRIGUEZ Salazar



Yamile SEGOVIA Delgado



Luis ABANTO Jiménez



Sophia RAMOS Salazar



Andrea CARDENAS Barrantes



Mattias CASTILLO Rodríguez

EL DÍA DEL NIÑO se celebra en nuestro país, desde el año 2002, cuando el Congreso de la República hizo efectivo que cada tercer domingo de agosto, se celebre el día de los niños. Este año la celebración se dio el domingo 15 de Agosto y todos nuestros niños bellos y risueños del Liceo Naval , se divirtieron y disfrutaron toda la semana sin parar. Con mucho cariño, agradecimiento y amor, este acróstico inspirado con mucha pasión que sale de mi corazón.

"FELIZ DIA DEL NIÑO"



DULCES Y CARIÑOSOS PEQUEÑOS,
CONO IDEAL DE INFANCIA CELESTIAL,
AMADOS Y SIEMPRE CONSIDERADOS.

DE LOS PAPITOS TESOROS PRECIADOS,
EJEMPLARES MAESTROS DE JUEGOS,
LUCIÉRNAGAS DE ALEGRÍA Y EMOCIÓN.

NIÑOS QUERIDOS, SON MI INSPIRACIÓN
INCADESCENTE LUZ DE MI CORAZÓN.
ÑAÑITOS QUERIDOS, SIEMPRE QUIERO,
OBSEQUIARLES MI CORAZÓN ENTERO.

DIANA E. HITO ZÚÑIGA



MIS ABUELITOS

POESÍA: ❤️ A MIS ABUELITOS MIS SEGUNDOS PAPÁS ❤️

MIS ABUELITOS SON MIS SEGUNDOS PAPÁS,
ELLOS ME QUIEREN Y GUÍAN CADA DÍA MÁS Y MÁS.
BRAZOS DE CARAMELO Y MIRADA DE DULCE SENTIR,
HOY LES AGRADEZCO POR ALEGRAIR MI EXISTIR.
GRANDES AMIGOS Y LEALES CONFIDENTES SON,
ALIADOS PRECIOSOS QUE ALEGAN MI CORAZÓN.
LOS AÑOS TRANSCURREN Y SI YA NO LOS PUEDO VER,
EN MI MENTE, VIDA Y CORAZÓN SIEMPRE LOS TENDRÉ.

❤️ DIANA E. HITO ZÚÑIGA



ACRÓSTICO
❤️ MIS ABUELITOS ❤️

MUNDO HOY QUIERO COMPARTIR UN MOMENTO,
INMENSO CARÍÑO Y MUCHO AGRADECIMIENTO,
SON PARA LOS SERES MARAVILLOSOS Y TIERNOS.

ABUELITOS CARIÑOSOS, BELLOS Y AMADOS,
BESOS Y ABRAZOS, HOY LES DAMOS.
UNOS ÁNGELES SON, Y MUY PRECIADOS,
EN CADA MOMENTO SIEMPRE LOS ESTRECHAMOS.
LOS TENGAMOS CERCA O AÚN UN POCO LEJOS,
IGUAL SIEMPRE ESTÁN EN NUESTROS RECUERDOS.
TODOS LOS DÍAS NUESTROS OJOS Y CORAZÓN,
OBSERVAN Y SIENTEN CON MUCHO AMOR,
SUS DULCES CARICIAS DE SU INMENSO CORAZÓN.

❤️ DIANA E. HITO ZÚÑIGA



¡ORGULLO MONTERINO!



Hoy nuestra estimada estudiante Deyanira, nos cuenta sobre Softbol su deporte que practica y a la fecha ya ha ganado una medalla de oro.



Sus palabras:

¿Qué significado tiene para ti representar al Perú en los Juegos Olímpicos?

- Más que un significado es una responsabilidad en mostrar nuestra cultura y costumbres a diferentes personas dándoles una idea sobre la población del país.



¿Desde qué edad practicas este deporte? ¿Cuántas medallas tienes a la actualidad?

He practicado el Softbol desde los 8 años y actualmente tengo 1 medalla de oro.

Te gustaría que el Pentatlón sea considerado como deporte escolar.

Si me gustaría, aparte de mostrar diferentes deportes es una gran experiencia hacia la persona sobre nuevos deportes que anteriormente no se hacía.

¿Cuándo comenzó la pandemia y todo tuvo que cerrar incluyendo las prácticas deportivas? ¿Qué paso por tu mente?

En un principio se sentía muy tranquila los entrenamientos no eran todos los días. Me sentí más relajada entre el liceo y el deporte. Luego me choco mucho la inactividad me hacía falta movimiento, me sentía encerrada pero pronto se inició mi entrenamiento en casa y me alivio un poco.

Mensaje para sus compañeros de tu liceo:

Mi mensaje sería: que nunca es tarde para empezar algo nuevo, obviamente siempre va a haber alguna dificultad, pero está en nosotros seguir avanzando, quizás en esta nueva aventura conozcas a nuevas personas encantadoras.

Agradecemos y felicitamos la participación de la estudiante, Deyanira, en nuestro Boletín.



**Esfuézate
siempre al
máximo.**





¿Cómo proteger a su mascota en medio de la pandemia por Covid-19?



Ante la propagación del brote, expertos recomiendan poner en práctica medidas de cuidado sanitario no solo para los cuidadores, sino también para los perros y gatos con los que se conviven en casa.

El cuidado de las mascotas en medio de la pandemia es uno de los temas que más incertidumbre genera entre quienes conviven con gatos y perros durante los periodos de aislamiento preventivo.

A fin de guiar a los cuidadores, dos científicas del Centro de Investigaciones en Microbiología y Parasitología Tropical de la Universidad de Los Andes, en Colombia, establecieron algunas pautas claves para que, tanto sus animales como usted, puedan permanecer tranquilos. Aquí, algunas de las recomendaciones de las expertas, sumadas a las ofrecidas por la Organización Mundial de la Salud (OMS):

Limite el contacto de sus mascotas tanto con otros animales como con personas desconocidas.

Reduzca la exposición al realizar los paseos diarios de máximo 15 minutos en las áreas más cercanas a su casa con su respectivo collar y bozal, para los casos en los que sea requerido.

Lave sus manos antes y después de tocar a sus mascotas, desinfécteles las patas solo con agua y jabón, no con otras sustancias que puedan afectarlos, y séquelas, en lo posible, con toallas desechables de papel.

Dele un baño completo a su mascota con agua y jabón en caso de que haya jugado con otros animales o que se haya ensuciado con barro, tierra o agua.

No le ponga mascarilla a su mascota, dado que pueden interferir con su proceso respiratorio y, además, provocarle episodios de estrés.

Si usted, como cuidador, es diagnosticado con el brote, mantenga la distancia con la mascota y use mascarilla en casa.

Desinfecte frecuentemente con agua y jabón los juguetes y el espacio de su mascota y cambie con mayor regularidad la arena de las cajas para gatos.

Deposite los desechos fecales de su mascota de la manera más higiénica posible y siempre lave sus manos antes y después de hacerlo.

Consulte al veterinario en caso del registro de alguna afección.

Si bien la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Centro Panamericano de Fiebre Aftosa y Salud Pública Veterinaria de la Organización Panamericana de la Salud han insistido en que los animales de compañía no representan una amenaza en medio de la propagación del brote de coronavirus, todavía son

muchas las dudas provocadas por la circulación de información falsa que llevan a sus cuidadores a tomar la decisión de abandonarlos.

De acuerdo con lo señalado por las citadas autoridades sanitarias, lo primero que la ciudadanía debe tener claro es que, dado que no existen evidencia científica de que estos animales puedan transmitir el virus, no hay razón para dejarlos a su suerte, sin techo ni comida, en un entorno de crisis global y, mucho menos, para solicitar su eutanasia.

"Abandonar o matar animales es algo que les ocasiona sufrimiento y alimenta el ciclo de pánico; es un crimen, es cruel, para nada ético y no resuelve la pandemia. Las mascotas han demostrado ser una excelente compañía e inclusive pueden reducir niveles de estrés y tendencias suicidas, algo que es muy positiva en nuestra actual situación de cuarentena. Les recomendamos a los dueños de mascotas que las sigan cuidando y que mantengan la calma. El abandono no puede ser, bajo ningún concepto, una opción", insta la OMS en su espacio dedicado a resolver preguntas acerca del cuidado de animales.

Pese a que han circulado versiones oficiales sobre el diagnóstico de algunos felinos con coronavirus en Estados Unidos, lo cierto es que, aunque ellos hayan adquirido la enfermedad, aún no ha sido probado que puedan pasarla a humanos.

¿Vacunas para mascotas?

Con el comienzo de la pandemia, se viralizaron datos sobre las vacunas que regularmente les ponen a los caninos para protegerlos contra un tipo de coronavirus capaz de provocarles afecciones digestivas. Sobre ello, es crucial comprender que ese tipo de coronavirus no es el mismo que el Covid-19.

A diferencia de la inicialmente llamada "Neumonía de Wuhan", el coronavirus que afecta el sistema digestivo de los perros es el identificado como CCoV y, si bien su vacuna los protege a ellos, tampoco debe ser usada en humanos.

En tiempos de crisis, las mascotas se convierten en fuentes ideales de compañía y diversión para sobrellevar los efectos del aislamiento, por lo que, hoy más que nunca, es tiempo de retribuirles con cuidado y buenos tratos todo el amor que entregan con sus ladridos, maullidos y miradas juguetonas.

Fuente:



Eel María Angulo





DIFERENCIAS ENTRE LOS ALIMENTOS ORGÁNICOS, NATURALES Y SALUDABLES



Aunque algunos han dicho que los alimentos orgánicos tienen mayor concentración de algunos nutrientes, la evidencia demuestra que es una combinación. El contenido nutricional de los alimentos también varía grandemente de acuerdo al momento en que el alimento fue cosechado y cómo se ha almacenado o procesado.

Aunque son más frescos, tampoco existe evidencia de que los alimentos orgánicos, naturales o los alimentos saludables tengan mejor sabor que los alimentos regulares. Sin embargo, el sabor se determina por la genética de la planta, en lugar de si el cultivo se ha hecho de manera orgánica o convencional. La cosecha y la manipulación también afectan el sabor. Un durazno o tomate que ha sido cosechado cuando está demasiado verde nunca desarrollará el sabor completo de la fruta que se ha dejado madurar en el árbol o planta.

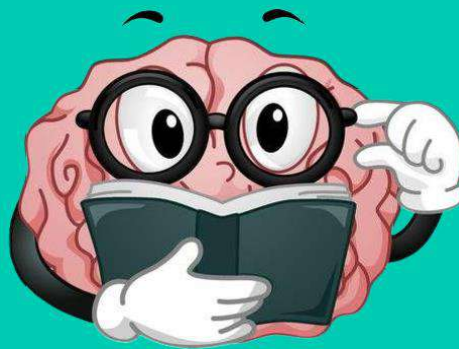
Aunque el tipo de fertilizante posiblemente no afecte el sabor o la nutrición sí tiene un efecto en el ambiente. Muchas personas prefieren pagar precios más altos por los alimentos orgánicos ya que su producción no ocasiona daño al ambiente a causa de los pesticidas y herbicidas, y los fertilizantes de composta ayudan a restaurar el suelo y no son tan dañinos para el ambiente como los fertilizantes artificiales. Sin embargo, simplemente indicar "orgánico" no protege al alimento de contaminarse del campo al mercado.

Aunque estos términos con frecuencia son intercambiables, tienen diferentes significados.

- Los alimentos orgánicos son cultivados sin pesticidas artificiales fertilizantes o herbicidas. La carne, los huevos y los productos lácteos orgánicos, se obtienen de animales que se alimentan con comida natural y no se les administra hormonas o antibióticos.
- Los alimentos naturales están libres de ingredientes sintéticos o artificiales, o aditivos.
- "Alimentos saludables" es un término general que se puede aplicar a los alimentos naturales u orgánicos, o a los alimentos regulares que han pasado por menos procesamiento de lo usual, como las harinas molidas en piedra o de grano entero.

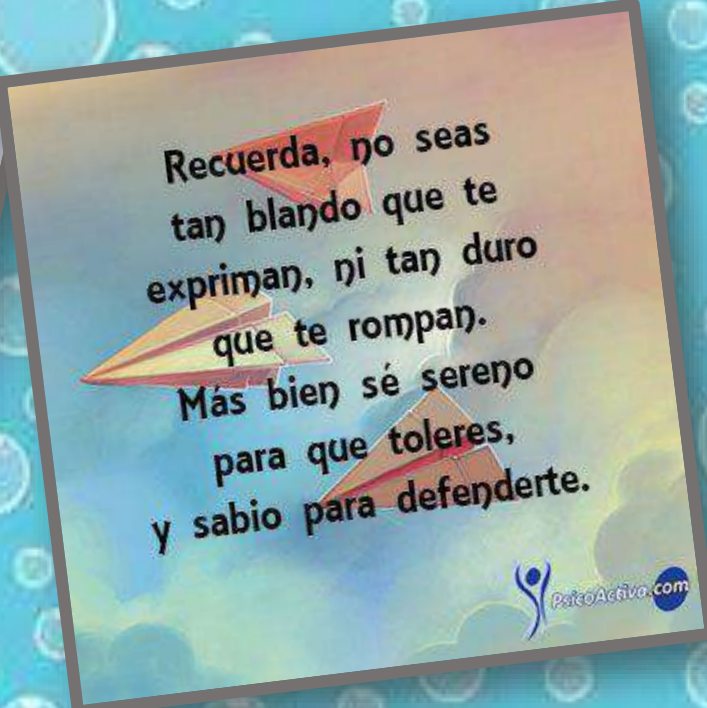
FE Y CIENCIA
INSTITUTO DE NEUROCIENCIAS
Doctor LUIS CANCHIS

“Cerebro que lee, cerebro que se respeta”





La paz
básicamente, debe
nacer en nosotros
mismos.
(Dalai Lama)



Recuerda, no seas
tan blando que te
expriman, ni tan duro
que te rompan.
Más bien sé sereno
para que tolere,
y sabio para defenderte.



Madurar es:
cuidar lo que dices,
respetar lo que escuchas
y meditar
lo que callas.



Si la mente está ocupada
con pensamientos
positivos, es más difícil
que el cuerpo enferme.
Dalai Lama
Sherezade

JESÚS EN TI CONFÍO

SEÑOR, TÚ ERES MI FUERZA CUANDO ESTOY DÉBIL.
TÚ ERES MI REFUGIO SEGURO EN MEDIO DE LA TEMPESTAD.
TÚ ERES MI RIQUEZA CUANDO VEO MI POBREZA.
TÚ ERES MI LUZ EN MEDIO DE MIS TINIEBLAS.
TÚ ERES EL AGUA VIVA, EN MI DESIERTO.
TÚ ERES MI AMIGO FIEL CUANDO LOS DEMÁS ME HAN ABANDONADO.

SEÑOR, SÁNAME DE MIS HERIDAS Y ENFERMEDADES,
SÁLVAME DE MIS TEMORES. CÚBREME BAJO TUS ALAS.

TÚ ERES EL DIOS DE LA MISERICORDIA.
TÚ ERES EL DIOS DEL AMOR.

GRACIAS POR CONCEDERME LA FE,
LA ESPERANZA Y EL AMOR POR MEDIO DE TU HIJO
QUE FUE ENCARNADO EN EL BENDITO VIENTRE
DE LA SANTÍSIMA VIRGEN MARÍA.

AMÉN.



RESPONSABLES DEL BOLETÍN

Luz María RONDÓN Ponce de León
Directora

Angelica María MORENO Cisneros
**Coordinadora de Actividades
e Imagen Institucional**

José Eduardo DEL CARMEN Pando
Responsable de Impresiones y Publicaciones

COLABORADORES

Milagros VILLANUEVA Villarreal
Coordinadora de TOE

Diana E. HITO Zuñiga
Docente Nivel Inicial

Luis CANCHIS
Dr. Instituto de Neurociencias

Deyanira TELLO Eguilas
Alumna 3° "F" Secundaria

San Miguel, Agosto 2021