

#### CATALOGACIÓN EN LA FUENTE

Buenos días buenos hábitos / Susana Ceballos ... [et al.]. - 1a ed. - Buenos Aires : Cultural Librería Americana, 2008.  
v. 2, 96 p. ; 28x20 cm.

ISBN 978-950-771-591-4

1. Educación Vial. I. Ceballos, Susana  
CDD 363.125 7

Todos los derechos reservados  
© **CULTURAL LIBRERÍA AMERICANA S.A.**  
Buenos Aires - Rep. Argentina  
Hecho el depósito de Ley 11.723

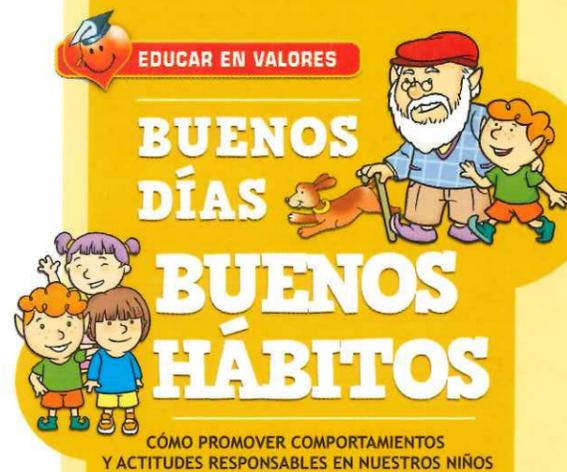
Realizado y editado en Argentina  
Impreso en Uruguay  
**Pressur Corporation S.A.**

**CIDIESA**  
COMPANÍA INTERAMERICANA DE  
IMPRESIONES EDITORIALES S.A.

Rep. Oriental del Uruguay

ISBN O.C.: 978-950-771-589-1  
ISBN Tomo II: 978-950-771-591-4  
Octubre, 2008 - 10.000 ejemplares.

Edición 2008-2009



# A modo de presentación

Los valores que una sociedad construye a lo largo de los años se transmiten de una generación a otra, gracias a la labor de los padres y de los maestros, que enseñan a los niños las reglas de comportamiento y de conducta básicas. Nuestra intención es acompañar a padres y maestros en la importante tarea de formar en valores a los niños. Por ello, abordamos el tema del comportamiento a través de situaciones cotidianas, relacionadas con los entornos más próximos: el hogar, la escuela, los espacios comunes como plazas y parques; con las otras personas, con los medios de comunicación, con los medios de transporte, con el medio ambiente y en los distintos espacios que el niño construye en su vida escolar. Se trata de una obra que busca acercar a los niños al mundo de los valores para que, a partir de este conocimiento, reflexionen sobre lo que se debe y lo que no se debe hacer y así puedan construir actitudes positivas para aplicarlas al diario vivir.

Nuestra intención no es adoctrinar, sino promover en los niños actitudes responsables para que, de este modo, asuman sus propias acciones, e incorporen los valores que hacen a su desarrollo personal y favorecen la convivencia, como la autoestima, el respeto por el otro, la tolerancia, la igualdad, la ética y la honestidad.

Además, hemos incluido un tablero para jugar a la CARRERA VIAL, actividad que les permitirá recordar y aplicar –de una manera divertida– las normas de seguridad vial.

Una valiosa herramienta para EDUCAR PARA LA VIDA a los niños de hoy, que ofrece un significativo aporte para la formación de aquellos valores deseables, a los que aspiran la familia y la escuela en el mundo actual.



La obra se organiza en cinco capítulos, en función de las diferentes experiencias vitales de los niños (ver páginas siguientes). A su vez, cada capítulo contempla una estructura fija.



En primer lugar, se plantea el eje temático y se reflexiona sobre éste.



Luego, se revisan actitudes que reflejan antivalores y se deben desestimar (¡Así, no!) y actitudes positivas que favorecen la convivencia y conviene imitar (¡Así, sí!).



Buenos ejemplos

A continuación, se promueve la observación y la reflexión sobre diferentes situaciones cotidianas y ejemplos de vida que reflejan los valores y hábitos positivos.

Textos para disfrutar, reflexionar y compartir

Seguidamente, se brindan textos informativos y literarios para disfrutar y reflexionar.



Síntesis del capítulo

Además, cada capítulo se cierra con una imagen que resume los valores exaltados en cada eje temático.

# ¿Cómo se organiza la obra?

Éste es el recorrido que te proponemos en este libro, para que construyas positivas **pautas de convivencia** en los distintos ámbitos sociales en los que interactúas, y **buenos hábitos** que favorecerán tu desarrollo personal.

## BUENOS HÁBITOS EN EL HOGAR

"Cada casa es un mundo" asegura un viejo dicho, y no se equivoca. En cada casa conviven seres distintos pero unidos por un mismo lazo: el amor. En algunas ocasiones, la convivencia puede ser una tarea complicada. Es difícil decir "¡buen día!" cuando los otros tienen un mal día. Es molesto ordenar lo que los demás desordenan. Es decepcionante no escuchar jamás las palabras "gracias" o "por favor". Sin embargo, también es maravilloso llegar a casa después de una jornada difícil y encontrar el afecto de nuestra familia.



Para que cada casa se convierta en un verdadero hogar, solo es necesario respetar algunas normas de convivencia basadas en el respeto y el cariño.

1

## BUENOS HÁBITOS EN EL HOGAR

Porque, como dice el refrán, las buenas costumbres primero deben practicarse en casa... ¡todos los días del año!

2

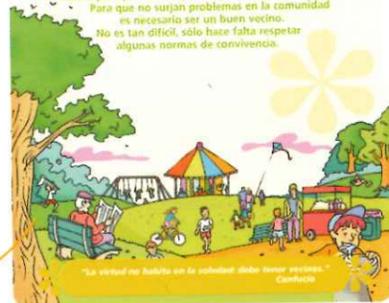
## BUENOS HÁBITOS EN EL VECINDARIO

Porque las normas de convivencia positivas crean buenos vecinos.

¡Para poner en práctica a diario!

## BUENOS HÁBITOS EN EL VECINDARIO

Un vecindario no es sólo un conjunto de casas, tiendas y edificios que comparten una misma calle. El vecindario es el lugar donde la gente vive y convive con sus vecinos. Cada vecindario necesita un espacio verde, parques y plazas, para que las personas puedan descansar y entretenerse. Pero también escuelas donde los niños puedan aprender, comercios para hacer las compras, clubes para practicar deportes y actividades recreativas. Para que no surjan problemas en la comunidad es necesario ser un buen vecino. No es tan difícil, sólo hace falta respetar algunas normas de convivencia.



La amistad no habita en la soledad. Sólo puede florecer en la convivencia.

¡No olvides revisar los textos sobre higiene personal!

## BUENOS HÁBITOS CON LOS OTROS

Los seres humanos nacemos, crecemos y vivimos en compañía de los otros. No podríamos imaginar un mundo en el que estuviéramos completamente solos. No tendríamos con quién pelear y siempre podríamos ver nuestro programa de televisión favorito. Sin embargo, tampoco nadie nos daría un abrazo ni se reiría de nuestros chistes, aunque sean malos. Muchas personas comparten con nosotros el camino de la vida. Son nuestros familiares y amigos, pero también están aquellos con los que sólo compartimos un tramo de nuestra existencia.



"Una alegría compartida es una doble alegría." Johann von Goethe

"El otro tiene que ser para nuestra vida una montaña, desde cuya altura se avistan distancias nuevas, paisajes nuevos, nuevas interpretaciones del vivir." Roberto Arlt

3

## BUENOS HÁBITOS CON LOS OTROS

Para descubrir la importancia y la alegría de compartir nuestra vida con los demás.

Si aprendemos a respetar a los otros y nos respetamos... ¡Nos ganaremos el respeto de los demás!

Pon en práctica las normas de seguridad vial y... ¡diviértete jugando a la Carrera Vial!

4

## BUENOS HÁBITOS FRENTE A LOS MEDIOS

Tener una actitud responsable frente a los medios de comunicación y los de transporte es fundamental en el mundo actual.

## BUENOS HÁBITOS FRENTE A LOS MEDIOS

Hoy más que nunca el hombre está comunicado. Autos, autobuses, trenes, motos y bicicletas circulan por millones de calles, vías, avenidas y autopistas que logran unir pueblos, ciudades y países. Pero también la televisión, la prensa escrita, la radio e internet nos permiten conectarnos y conocer qué sucede en los rincones más remotos del planeta. Los medios de comunicación y de transporte facilitan la vida del hombre en comunidad y favorecen la globalización. El conocimiento y el respeto de las normas de tránsito ayudan a la convivencia. La mirada crítica sobre los medios de información permite que formemos nuestra propia opinión sobre lo que ocurre en el mundo.



5

## BUENOS HÁBITOS PARA CON EL MEDIO AMBIENTE

Los hábitos positivos hacia el ambiente también son buenos para las personas.

## BUENOS HÁBITOS PARA CON EL MEDIO AMBIENTE

Los buenos hábitos no sólo son importantes en relación con los otros y con el medio urbano. También hoy que aprender a proteger, respetar y defender la biodiversidad natural. Es imprescindible que todos colaboremos para mejorar la situación de la naturaleza. De las personas depende adoptar nuevos hábitos, para que nuestro colorido mundo no se transforme en un oscuro desierto.



¡No te pierdas el cuento "Mensajes al viento" en la página 180!

# Índice del volumen 2



<b>Buenos hábitos con los otros</b> .....	97
Primeramente, la autoestima .....	98
<i>El cuervo negro y el cisne blanco (cuento)</i> .....	104
Los varones y las mujeres .....	106
<i>Lo que más quieren las mujeres (cuento)</i> .....	112
Los amigos .....	114
<i>Tres amigos (cuento)</i> .....	120
Los ancianos.....	122
Las personas con necesidades especiales.....	128
Otras culturas .....	134
Las diferencias .....	140
En resumen .....	146



<b>Buenos hábitos frente a los medios</b> .....	147
Los medios de comunicación .....	148
Los medios de transporte .....	154
Educación vial.....	160
En resumen .....	166



<b>Buenos hábitos para con el medio ambiente</b> .....	167
El medio ambiente .....	168
Consumo responsable .....	174
<i>Mensajes al viento (cuento)</i> .....	180
En resumen .....	182
Reglamento de la Carrera Vial .....	183



En la página 183  
encontrarás el reglamento  
de la CARRERA VIAL

# BUENOS HÁBITOS CON LOS OTROS

Los seres humanos nacemos, crecemos y vivimos en compañía de los otros. No podríamos imaginar un mundo en el que estuviéramos completamente solos. No tendríamos con quién pelear y siempre podríamos ver nuestro programa de televisión favorito. Sin embargo, tampoco nadie nos daría un abrazo ni se reiría de nuestros chistes, aunque sean malos. Muchas personas comparten con nosotros el camino de la vida. Son nuestros familiares y amigos, pero también están aquellos con los que sólo compartimos un tramo de nuestra existencia.



"Una alegría compartida es una doble alegría." Johann von Goethe

"El otro tiene que ser para nuestra vida una montaña, desde cuya altura se avisten distancias nuevas, paisajes nuevos, nuevas interpretaciones del vivir." Roberto Arlt



# Primero, la autoestima

Para relacionarnos bien con los demás y cumplir nuestras metas, primero debemos aprender a valorarnos y a querernos a nosotros mismos.

¡Todos somos valiosos!

Aunque las personas somos distintas físicamente y todas podemos tener diferentes formas de reaccionar, diferentes gustos y costumbres, todas somos importantes y valiosas.

Si hay algo que nos distingue como personas del resto de los seres vivos, es nuestra capacidad de pensar y razonar, de incorporar y transmitir conocimientos.

Además de pensamientos e ideas, tenemos sentimientos, curiosidades, emociones, fantasías, imaginación, creatividad para dar, recibir y compartir... Por eso, el ser humano es muy valioso, ¡tiene tantas cualidades! Sin embargo, no somos perfectos: todos tenemos defectos. **Todas las personas tenemos cualidades que nos hacen sentir bien con nosotros mismos. Y también tenemos cosas que nos hacen sentir mal, pero no debemos desvalorizarnos por ello.**

¿Qué cualidades ven en nosotros nuestros padres, hermanos, maestros, tíos, abuelos, amigos...? ¿Qué cualidades nos vemos nosotros mismos?



## Saber valorarse

Cada uno puede aprender a descubrir sus propias cualidades, así también podrá empezar a valorarse a sí mismo... ¡y a quererse! Es decir, autoestimarse. **La autoestima es la aceptación y el aprecio a uno mismo.** Requiere la valoración de las propias cualidades y aptitudes, así como la capacidad de tenerse confianza y respeto. Se construye desde que nacemos, y las actitudes de nuestros padres son muy importantes para tenernos confianza y ser capaces de valorarnos. Se expresa en la valentía y la templanza con que afrontamos los problemas que se nos presentan a lo largo de nuestras vidas, y en las distintas decisiones que debemos asumir. Es fundamental para poder actuar con madurez y responsabilidad.

Hay quienes tienen habilidades deportivas, otros son muy buenos para el estudio, algunos bailan con gracia y destreza. Cada uno tiene sus propias habilidades. Lo importante es que las desarrolle sin temor al fracaso, buscando superarse día a día. ¡Cuántas cosas podríamos hacer si realmente nos esforzáramos! La falta de habilidad puede compensarse con empeño.

## Autoestima y buenos hábitos

Los buenos hábitos dan lugar a acciones positivas que favorecen la autoestima, pues generan un clima de aceptación, que nos beneficia a nosotros mismos y a los demás. Las acciones negativas, en cambio, nos perjudican a todos y –en lo personal– nos alejan de tener una buena autoestima. Sin embargo, siempre se puede retomar el buen camino...



Para tener una buena autoestima, cada uno debe ser y hacer lo mejor posible, de acuerdo a sus propias capacidades y con una positiva actitud de superación.



## Es una cuestión de actitud

Muchas personas, niños y adultos, han logrado superarse:

*aprendieron a pedir disculpas y perdón cuando se equivocaron o hicieron algo que lastimó a otro;*

*aprendieron a ser amables, respetuosos y amigables con los demás;*

*aprendieron a ser responsables de sus actos, a responder y levantarse al primer llamado, a cumplir con sus deberes sin que se los recordaran...*

Descubrieron así que podían confiar en sí mismos y en sus propias capacidades, y entonces... ¡mejoraron su autoestima y se sintieron valiosos! Otros, en cambio, se dan por vencidos y así se dañan a sí mismos. Además, suelen causarle daño a los otros, como una forma de desquitarse de su propio fracaso.

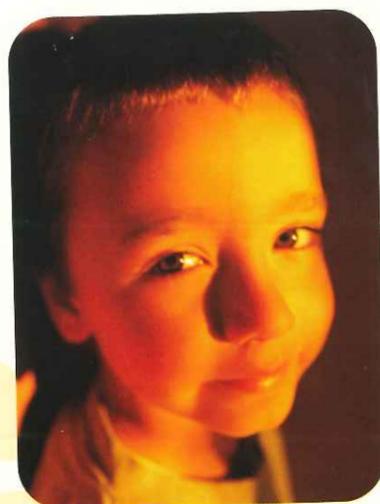
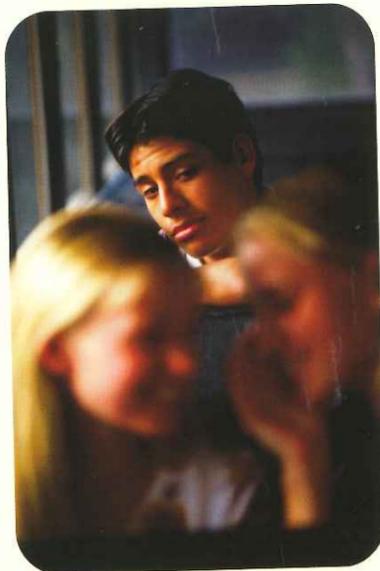


# ¡ASÍ, NO!



Ya sabemos que tener baja autoestima resulta negativo para uno mismo y para los demás. Por ello es preciso cambiar aquellos hábitos y actitudes que no favorecen a la autoestima, como:

- Descuidar la higiene personal, nuestro peinado, vestimenta y presentación general.
- Menospreciarnos o menospreciar a los demás.
- Criticar, desvalorizar o envidiar los logros merecidos de los otros.
- Desconocer o desvalorar las propias cualidades y capacidades.
- No esforzarse por desarrollar las propias capacidades para superar así limitaciones y obstáculos.
- Sentirse incapaz de tener amigos, de mejorar en los estudios, de aprender y saber, de relacionarse con los pares, de ser feliz.
- Burlarse de los demás o de uno mismo.
- Negarse al diálogo con la familia, los compañeros y amigos.
- Desinteresarse por saber y aprender.
- Comprometerse en tareas demasiado ambiciosas o exigentes, que superan las propias capacidades. Es decir, actividades que nos conduzcan al fracaso. Hay que ir paso a paso.
- Compararse con los demás y envidiar sus cualidades.
- Abandonar las metas ante las mínimas dificultades.
- Sentirse inútil, como víctima permanente.



# ¡ASÍ, SÍ!



Hay actitudes positivas y buenos hábitos que nos ayudan a mejorar la autoestima, pues nos hacen sentir bien con nosotros mismos y con los demás, como:



- Ser ordenados, amables, respetuosos, y responsables.
- Cuidar nuestro aseo y presentación personal.
- Celebrar sin envidia los logros de los demás.
- Aceptarnos tal como somos, con virtudes y defectos, pero poniendo empeño para superarnos día a día.
- Proponernos metas posibles de alcanzar, teniendo en cuenta las propias capacidades, y esforzarnos en concretarlas paso a paso.
- No darnos por vencidos ante las dificultades, los fracasos o cuando no conseguimos los resultados deseados. Ser siempre perseverantes para obtener las metas propuestas y pedir ayuda cuando solos no podemos.
- Evaluar a diario el propio desempeño.
- Tener curiosidad por saber y aprender. Consultar libros para hallar respuestas a nuestras inquietudes.
- Valorar las propias cualidades y capacidades y trabajar con empeño para hacer que se desarrollen cada día más, pero sin menospreciar a nadie.
- Aceptar las propias equivocaciones y buscar el modo de corregirlas.
- Pedir perdón cuando se hizo algo que lastimó a otros.
- No exagerar las dificultades ni los problemas y no estar pendiente de los comentarios negativos de los demás.
- Tener buen humor. Ser alegres, positivos y entusiastas.
- Buscar empeñosamente el bienestar propio y el bien de los demás.



# Buenos hábitos

## Ejemplos de vida

Aquí te presentamos los ejemplos de algunas personas con vidas sorprendentes, que han sabido emprender a pesar de sus dificultades.



### Ludwing van Beethoven

(Bonn, 16 de diciembre de 1770 – Viena, 26 de marzo de 1827) Fue uno de los más famosos compositores de música clásica de la historia. A sus 26 años comenzó a notar los síntomas de una sordera que en poco tiempo sería total. Continuó produciendo. Sus últimas obras fueron compuestas cuando ya estaba completamente sordo.

### Ray Charles

(Albany, 23 de septiembre de 1930 – California, 10 de junio de 2004) Fue un famoso cantante e intérprete de jazz estadounidense. Ciego desde la infancia, fue autodidacta de piano y, luego de mucha insistencia, convenció a sus padres de inscribirlo en clases de música en lenguaje *braille*. Grabó numerosas canciones y participó en películas y series televisivas.



### Stephen William Hawking

(Oxford, 8 de enero de 1942) Es uno de los científicos ingleses vivos más relevantes en la historia de las Ciencias. Durante su carrera, ha recibido numerosos reconocimientos a su trayectoria investigativa. Padece de una enfermedad llamada *esclerosis lateral amiotrófica*, que desde sus 21 años lo ha discapacitado seriamente. Aunque su movilidad es casi nula, continúa realizando una intensa labor de divulgación científica.



Todos ellos han sabido apreciar sus virtudes, en lugar de centrarse en sus dificultades. ¿Cuáles son los aspectos positivos que debo explorar de mi persona?



# Textos para reflexionar

Si quieres ser feliz, ¡ayuda a que los demás lo sean!

## Gracias a la vida

*Gracias a la vida, que me ha dado tanto. Me dio dos luceros que, cuando los abro, perfecto distingo lo negro del blanco, y en el alto cielo su fondo estrellado... (...)*

*Gracias a la vida, que me ha dado tanto. Me ha dado el sonido y el abecedario, con él las palabras que pienso y declaro: madre, amigo, hermano y luz, alumbrando la ruta del alma del que estoy amando.*

*Gracias a la vida...*

Violeta Parra



*Buenas palabras y buenos modales agradan a todos.*

*Bueno es ser lo que se quiere parecer.*

*Rico eres de bienes si te bastan los que tienes.*

*Quien a todos quiere complacer, a nadie suele satisfacer (ni siquiera a sí mismo).*



# EL CUERVO NEGRO Y EL CISNE BLANCO

(CUENTO)

Por falta de autoestima hay quienes se menosprecian, no saben valorar sus propias cualidades y corren tras sueños inalcanzables. De ello nos habla esta historia, ¿la compartimos?

**H**abía una vez un cuervo negro que volaba muy alto y con gran destreza. Subía y bajaba por el aire haciendo piruetas asombrosas. Parecía feliz, se lo veía seguro... Sin embargo, él no valoraba su porte, ni el brillo de su plumaje, ni sus habilidades para el vuelo... Él sólo pensaba cómo aclarar el color de sus plumas. Creía que su suerte dependía de ello. Justamente en eso pensaba el cuervo, cuando divisó a lo lejos un lago y, en sus aguas cristalinas, descubrió a unos cisnes de blanco plumaje. Entonces, descendió veloz-

mente y se ocultó entre las ramas de un árbol, para contemplarlos sin ser visto.

—¡Qué blancos se los ve! ¿Será que el agua del lago les aclaró las plumas? ¡Brillan como perlas! —exclamó con emoción. Ilusionado, ¡plop!, saltó al agua y se fregó con fuerza las plumas del cuerpo, las alas, la cara... Pero, aunque fregó y refregó, sus plumas no se aclararon.

—¡Fracasé otra vez! —gimió el cuervo abatido y desilusionado, y se largó a llorar. Los cisnes se acercaron para consolarlo, pero él no quiso escucharlos y se refugió en la orilla. Allí descubrió un montoncito de plumas. ¡Eran blancas! ¡Qué alegría sintió!



¿POR QUÉ COMPARARNOS CON LOS DEMÁS, MENOSPRECIARNOS Y PERSEGUIR LOGROS INALCANZABLES? MUCHO MEJOR ES ESFORZARNOS PARA BRILLAR CON LUZ PROPIA.

Las tomó con cuidado y una a una las fue mezclando entre su negro plumaje. El cuervo ya no era negro, ¡su sueño se había cumplido! Se puso tan contento que cantó, brincó y bailó a rabiar. Con tanto movimiento, las plumas blancas se volaron de su cuerpo. ¡Volaron para todos lados! Al verse negro de nuevo, se sintió vencido otra vez, y en un rincón se ocultó para llorar.

Pronto divisó una playa de arena muy blanca y rápidamente se tendió en ella. Dio vueltas, vueltas y más vueltas, hasta que su plumaje se cubrió totalmente de

arena. El cuervo ya no era negro, ¡su sueño al fin se cumplió! Como estaba muy contento, cantó, bailó y brincó... Y esta vez lo hizo muy, muy suavemente, pero de repente, ¡AAATCHÍSS!, estornudó muy fuerte... Y la arena blanca se desprendió de su cuerpo.

Enojado consigo mismo y desanimado, el pobre cuervo se largó a llorar desconsoladamente.

—¿Por qué te menosprecias, amigo? El color no es importante —le dijo un cisne al oído—. Nadie vale más o menos por su aspecto exterior. Valioso es brindar amor,

ser amable, respetuoso... ¡y tener buen corazón! Prueba y comprueba que eres capaz de brillar tanto y más que un ave blanca.

Emocionado, el cuervo le dio las gracias al cisne por su consejo. Desde entonces, aprendió a valorarse. Descubrió que tenía habilidades y virtudes, y aprendió a compartirlas y a disfrutarlas. Y se lo vio feliz, radiante, ¡con un brillo nuevo en sus ojos... y en sus plumas!

Marta Ghiglioni (versión libre de la fábula de Esopo).

Ilustración: Damián Zain



# Los varones y las mujeres

¿Qué es la identidad? ¿Por qué es importante tener una identidad?  
¿Qué comportamientos te llevan a valorar tu identidad y cuáles no?  
Te invitamos a reflexionar sobre estas cuestiones  
y a encontrar algunas respuestas juntos, porque la identidad  
es el fundamento de tu persona.

## Hombres y mujeres

Seguramente escuchaste decir que "las mujeres son débiles" o que "los hombres no lloran". Sin embargo, la vida cotidiana demuestra que no es así. Todos los varones del mundo sienten que los ojos se les llenan de lágrimas cuando la persona amada les dice "te quiero". Todas las mujeres del mundo sacan la fortaleza que guardan en su corazón cuando ven que alguien que aman está en peligro. Y no sólo es cuestión de sentimiento, también de actitud. ¿Acaso las mujeres no juegan al fútbol? Y los varones, ¿no preparan ricas comidas?



## Machistas y feministas

El machismo es una idea equivocada que asegura que los varones son superiores a las mujeres y por eso se las menosprecia o se las trata como seres inferiores. Hasta el siglo XIX las mujeres eran consideradas ciudadanas de segunda clase, se creía que eran débiles, poco creativas e inestables. Pero las mujeres demostraron que podían realizar las mismas tareas que los varones y, aunque todavía existen muchos prejuicios, lograron avanzar en casi todas las áreas laborales y profesionales. Por otra parte, el feminismo no significa que las mujeres tengan que dominar a los hombres. El verdadero feminismo es la toma de conciencia sobre la situación que viven las mujeres y la aspiración a que tengan las mismas posibilidades económicas, políticas y culturales.

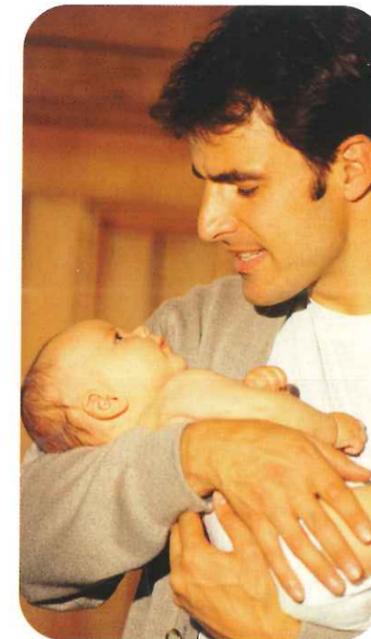
## Diferentes y complementarios

Ni los varones son el "sexo fuerte" ni las mujeres el "sexo débil". No existe la superioridad de sexos, porque ambos son diferentes y se complementan entre sí. Tampoco la inteligencia y la valentía son un patrimonio de los varones, ni la sensibilidad y la intuición, características exclusivas de las mujeres. Si así fuera, Miguel Ángel jamás habría pintado la Capilla Sixtina ni Marie Curie hubiera recibido el premio Nobel de Física, en 1903, y el de Química, en 1911. Mujeres y varones deben respetarse y ayudarse, cada uno con sus características propias, pero reconociendo las del otro.



## ¡Basta de etiquetas!

Ciertos programas de televisión y algunas letras de canciones colocan a los varones y mujeres en roles fijos. Los varones deben ser fuertes, deportistas, rudos y jamás llorar por amor. Si lo hacen se los califica de "débiles". Por otra parte, algunas revistas femeninas creen que las mujeres sólo se preocupan por recibir consejos sobre cocina, costura y decoración. Poco a poco debemos ir cambiando los prejuicios, juntos, educándonos unos a otros y sin olvidar que varones y mujeres no competimos, nos complementamos.



*"Tuve la sublime fortuna de estar ligado a madame Curie durante veinte años de sublime amistad. Llegué a admirar su grandeza humana hasta lo más alto, su esfuerzo, la pureza de su voluntad, su austeridad consigo misma, su objetividad, su incorruptible juicio, todo lo que raramente se encuentra en una sola persona."*

Albert Einstein



# ¡ASÍ, NO! 😞

Algunos varones creen que serlo significa ser fuerte y rudo. Algunas niñas piensan que ser mujer es ser linda y dependiente de los demás. Son algunas "etiquetas" que debemos esforzarnos por cambiar y desterrar.

## Los varones deben evitar:

- Tratar a las niñas como seres inferiores. Pensar que las mujeres no sirven para manejar un automóvil o hacer comentarios sobre fútbol, política o trabajo.
- No ayudar en las tareas de la casa por considerarlas "cosas de mujeres".
- Decir malas palabras, ser groseros o hacer chistes subidos de tono para impresionar a los demás.
- No permitir opinar a las mujeres delante de sus amigos y menospreciar sus ideas.
- No animarse a mostrar sus sentimientos delante de los otros por temor a las burlas.
- Fijarse sólo en el aspecto de una mujer y no en su corazón, su inteligencia y sus potencialidades.

## Las mujeres deben evitar:

- Ser groseras, decir malas palabras o hacer chistes subidos de tono para impresionar a los demás.
- Permitir que les digan groserías o las traten bruscamente.
- Ser impacientes cuando un varón trata de ayudarlas en las tareas del hogar y no lo hace tan rápido ni tan bien.
- Llorar o hacer "pucheros" para sacar ventaja en situaciones desfavorables.
- Interesarse sólo por ser lindas y no esforzarse por mostrar sus posibilidades y capacidades.
- Permitir que los varones no les den cabida en todas sus actividades.



# ¡ASÍ, SÍ! 😊

Varones y mujeres pueden compartir tareas y espacios. No existe un "sexo fuerte" ni un "sexo débil", sino seres humanos que pueden y deben respetarse y ayudarse.

## ¿Qué pueden hacer los varones?

- Animarse a mostrar sus sentimientos. Saber decir "te quiero" y poder llorar cuando están tristes o cuando algo los emociona.
- Colaborar en las tareas del hogar y, en el caso de los adultos, participar en la educación de los hijos.
- Ser amables y gentiles con los varones y las mujeres.
- Cuidar su vocabulario con los varones y las mujeres.
- Resolver las situaciones molestas racionalmente, sin violentarse.

## ¿Qué pueden hacer las mujeres?

- Ser femeninas y no sentirse inferiores ante los hombres.
- Colaborar con los varones en las tareas del hogar: animarse a pintar una puerta, reparar la grifería, etc.
- Animarse a estudiar carreras que tradicionalmen-

te eran para varones como ingeniería, cirugía o piloto de avión.

• Compartir con los varones la educación de los hijos: enseñarles a cambiar los pañales, a preparar los biberones y visitar al pediatra juntos.

• Aprender a ser independientes y no depender de la aprobación masculina.





# Buenos hábitos

## Pasado, presente y futuro

En los últimos años, los roles de la mujer y del varón cambiaron de manera acelerada. Observa los diálogos de estas personas y describe sus roles. Anímate a imaginar una situación del año 2104.



### A principios del siglo XX

Los varones.....

Las mujeres.....

Los niños.....

### A partir de la década del 60

Los varones.....

Las mujeres.....

Los niños.....



### En el siglo XXI

Los varones.....

Las mujeres.....

Los niños.....



# Textos para reflexionar

## Hagamos un trato



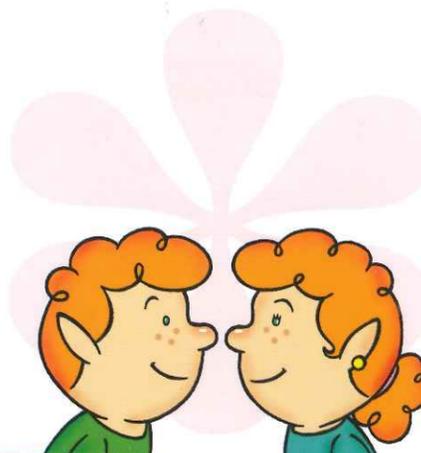
*Compañera, usted sabe que puede contar conmigo, no hasta dos ni hasta diez sino contar conmigo.*

*Si algunas veces advierte que la miro a los ojos, y una veta de amor reconoce en los míos, no alerte sus fusiles ni piense que deliro; a pesar de la veta, o tal vez porque existe, usted puede contar conmigo.*

*Pero hagamos un trato: yo quisiera contar con usted, es tan lindo saber que usted existe, uno se siente vivo; y cuando digo esto quiero decir contar aunque sea hasta dos, aunque sea hasta cinco.*

*No ya para que acuda presurosa en mi auxilio, sino para saber a ciencia cierta que usted sabe que puede contar conmigo.*

Mario Benedetti



### VALOR AGREGADO: GENEROSIDAD

La generosidad es un valor que nos impulsa a dar y a compartir, esperando como única recompensa el bienestar de los demás. Todos tenemos mucho para dar, no sólo bienes materiales. Podemos dar nuestro tiempo a alguien que necesita compañía, colaboración a alguna persona que precisa ayuda, consuelo a los que se sienten tristes... El peor enemigo de la generosidad es el egoísmo que nos hace indiferentes e individualistas. Entre todos podemos cambiar el "sálvese quien pueda" por el "ayudemos a todos los que podamos". ¿Te animas?



# LO QUE MÁS QUIEREN LAS MUJERES (CUENTO)

Muchos varones creen conocer muy bien a las mujeres que los rodean, sus gustos e intereses... ¿Es así?

LOS VARONES Y LAS MUJERES HEMOS NACIDO PARA VIVIR EN ARMONÍA. APRENDAMOS A RESPETARNOS MUTUAMENTE... ¡Y LO LOGRAREMOS!



Cuentan que cuentan que en Inglaterra existió un rey legendario llamado Arturo. Por su sabiduría, nobleza y heroísmo, fue el líder de los Caballeros de la Mesa Redonda. Con ellos protagonizó innumerables hazañas que alimentaron la leyenda en torno a su figura. Cuentan que cuentan que todas las mañanas se lo veía cabalgar por los alrededores de Camelot. Una vez, abstraído en sus pensamientos, se alejó por parajes desconocidos. Sin darse cuenta, se encontró frente a un tenebroso castillo negro, de donde salió un hombre gigantesco, que amenazó con tomarlo como prisionero, por invadir su propiedad. Sin embargo, apenas el ogro reconoció al

rey Arturo, le propuso resolver un acertijo para conservar su libertad. Le dio un año de plazo para traerle la respuesta a una pregunta: ¿Qué es lo que más desean las mujeres? Y lo dejó partir. Preocupado, el rey regresó a Camelot y les confió a sus caballeros su encuentro con el gigante y el enigma que debía resolver. Pasó el tiempo... Como nadie pudo hallar la respuesta, el noble Arturo se dirigió al castillo, dispuesto a cumplir su palabra y a entregarse como prisionero del gigante. En el camino se encontró con una mujer horrenda que le ofreció la respuesta al enigma. —A cambio, te concederé lo que me pidas— dijo Arturo. La mujer cumplió su parte y el

rey pudo darle la respuesta al gigante. Luego, retornó a Camelot en compañía de la mujer. Al llegar, ella anunció que, a cambio de su favor, quería convertirse en la esposa del caballero Gawain, sobrino entrañable de Arturo. —Pídemelo que quieras, pero no que obligue a Gawain a casarse contra su voluntad. ¡Eso no!— respondió Arturo—. Prefiero presentarme ante el ogro y ser su prisionero. Y de inmediato comunicó su decisión a los Caballeros. Pero, al enterarse de todo, Sir Gawain se ofreció a desposar a la mujer, gozoso de poder ayudar a su querido tío. Pocos días después, muy a pesar del rey Arturo, se celebró la boda. Y cuando los novios se besaron, la mujer se



transformó en una bellísima y dulce joven: —¡Has roto la mitad del hechizo que me apresaba! Una bruja ocultó mi belleza, hasta que un gentil caballero me besara sin importarle mi fealdad, ¡y tú lo has hecho! Ahora debes escoger: ¿quieres que todos puedan verme hermosa, excepto tú? ¿O quieres que sea bella sólo ante tus ojos y horrible ante los del resto de la corte?

Gawain dudó un instante, luego miró a la joven con ternura y le dijo: —Creo, esposa mía, que eso debes decidirlo tú... —¡Has roto la otra parte del hechizo! Ahora tú y todos me verán hermosa— respondió la joven, con lágrimas de alegría en sus ojos—. Pues diste con la respuesta al acertijo del gigante: lo que más deseamos las mujeres es poder decidir por nosotras mismas.

Desde ese día, los esposos vivieron muy felices en la corte de Camelot. Y cuentan que cuentan que esta leyenda ayudó a muchos a escuchar y respetar a las mujeres que los rodeaban.

Marta Ghiglioni y Delfina Moroni (adaptación de una leyenda medieval).

Ilustración: Damián Zain



# Los amigos

Sin los amigos nos sentiríamos más solos, cansados e indefensos. Los amigos nos ayudan a caminar por la vida con la fuerza de la esperanza y la certeza de la compañía. Los verdaderos amigos no son perfectos, son amigos.

## ¿Qué es un amigo?

Los amigos son hermanos del alma, personas que la vida nos pone en el camino para que nos acompañen y ayuden a crecer. Porque la amistad es un intercambio de afectos y de confianza, donde la generosidad no permite entrar al egoísmo. Los amigos de verdad siempre están dispuestos a "dar una mano", a ayu-

No te preocupes, nosotras te ayudaremos con los deberes de matemática.

*"Es consuelo de la tristeza de esta vida tener alguien a quien confiar los secretos del corazón, que consuele en los casos adversos y se alegre en los prósperos; porque la alegría comunicada crece y la tristeza compartida disminuye."*

Francisco de Quevedo



Verás que podrás levantar tus notas.

## Los amigos, ¿son perfectos?

dar al otro, tanto en los momentos alegres como en los momentos difíciles. Un verdadero amigo no hace las cosas por interés. Un amigo de verdad nos acepta y nos quiere sin condiciones.

Un viejo refrán asegura: "Al amigo no lo busques perfecto, búscalo amigo". Es verdad, los amigos tienen defectos y se equivocan como todos los seres humanos. Pero nosotros también nos equivocamos y no todo lo que hacemos está bien hecho. Por eso, los verdaderos amigos saben reconocer errores y pedir perdón cuando hacen algo mal. No es fácil, a veces cuesta mucho, pero vale la pena intentarlo.

## ¿Compañeros o amigos?

Todos los días compartimos juegos, estudio o trabajo en equipo con distintas personas con las que establecemos una relación de compañerismo basada en la honestidad y el respeto. Sin embargo, aunque todos los amigos alguna vez fueron compañeros, no todos los compañeros son amigos. Eso sucede porque con los amigos se establece un vínculo más profundo, donde las coincidencias y las diferencias son muy importantes.



*"El auténtico amigo es el que lo sabe todo sobre ti y sigue siendo tu amigo."*

Kurt Cobain

## Te quiero, ¿me quieres?

*"No hay placer comparable al de encontrar un amigo, excepto el de lograr uno nuevo."*

Rudyard Kipling

Los verdaderos amigos no tienen que estar todo el tiempo juntos para demostrarse que se quieren. Sin embargo, es necesario que entre los amigos exista la reciprocidad. Si uno de los amigos da más de lo que recibe y el otro recibe más de lo que da, algo está fallando. A veces, por lograr la amistad de una persona, somos capaces de hacer cosas que no nos gustan o admitimos contestaciones y gestos hirientes. Es muy importante que aprendamos a aceptar cuando alguien no nos quiere o no nos acepta. Nuestro corazón se entristece cuando no nos quieren. Sin embargo, si miramos bien, seguramente descubriremos que hay otro amigo que está esperándonos.





# ¡ASÍ, NO!



Igual que las plantas, una amistad florece si la regamos con paciencia, cariño y reciprocidad. ¿Qué actitudes y gestos harán que la amistad se marchite?

- Ser celosos y querer la "exclusiva" de la amistad. Enojarnos si nuestros amigos tienen otros amigos.
- Pretender tener siempre la razón y pelearse por temas o cosas que no son importantes.
- Negarse al diálogo y dejar que el odio y el rencor ocupen nuestro corazón después de una pelea.
- Insistir para que una persona sea nuestra amiga aunque ella no sienta la misma afinidad con nosotros.
- Traicionar la confianza que depositaron en nosotros y contar secretos.
- Burlarnos de hechos o cosas que nuestros amigos consideran importantes.
- No demostrarles jamás que los queremos y valoramos.
- Acercarnos a una persona por interés: porque tiene un juguete que nos gusta, porque tiene acceso a un lugar donde no podemos entrar, porque es la más linda del aula, etc.
- Minimizar sus problemas, dejarlos solos en momentos difíciles o cuando tienen problemas o tristezas.
- Querer estar con ellos todo el tiempo sin aceptar que también necesitan estar solos o en compañía de otras personas.



# ¡ASÍ, SÍ!



La verdadera amistad se construye día a día con pequeños gestos de cariño, compromiso y entrega. Los amigos saben comunicarse sin palabras y escuchar con el corazón.

- Tratar con cariño y respeto a amigos y compañeros.
- Comportarnos con ellos como nos gustaría que se comportaran con nosotros.
- Quererlos como son y no como nos gustaría que fueran.
- Pedir perdón cuando nos equivocamos.
- Llamarlos por teléfono y visitarlos no sólo cuando nos necesitan o cuando los necesitamos.
- Guardar los secretos que nos cuentan. Escucharlos con atención, hacerles confidencias y pedirles consejo.
- Alegrarnos cuando al otro le pasa algo lindo y preocuparnos si se siente triste.
- Acompañarlo en las buenas y en las malas.
- Expresar nuestro cariño y gratitud con palabras y gestos.
- Esforzarnos por conocer sus gustos, preferencias, cantantes favoritos. Recordar su fecha de cumpleaños.





# Buenos hábitos

## Amigos de verdad

Marca con una X qué harías en las siguientes situaciones. Luego, reflexiona sobre tus respuestas.

**Primera situación:** Tu mejor amigo te pide que lo acompañes hasta la casa de Santiago, un chico al que no soportas...

- Le explicas que no te agrada Santiago y que prefieres no acompañarlo.
- Inventas una cita con el médico para no tener que acompañarlo.
- Empiezas a hablarle mal de Santiago para que no tenga ganas de ir a visitarlo.

**Segunda situación:** Daniela te cuenta un secreto y te pide que no se lo repitas a nadie...

- Le dices a Daniela que se lo cuente a Juana, ya que ella también es su amiga.
- Se lo cuentas a Juana y le pides que no se lo diga a nadie.
- Guardas el secreto, aunque sientes unas ganas enormes de compartirlo con Juana.

**Tercera situación:** Llegas a un grupo donde están hablando mal de otro que no saben que es tu amigo...

- Lo defiendes delante de todos, aunque empiecen a burlarse.
- Te quedas en silencio y te haces el distraído para que crean que no lo conoces.
- Escuchas todo con atención y después le cuentas lo que decían de él.

**Cuarta situación:** Discutiste con un amigo porque tu equipo de fútbol perdió...

- Te quedas en tu casa enojado, esperando que llame para pedir perdón.
- Lo llamas por teléfono y te disculpas por tu enojo.
- Se encuentran en la escuela y actúan como si jamás se hubieran peleado.

# Textos para reflexionar

## La interpretación de los silencios

Hay ciertas cosas de las que un hombre nunca habla y que son aún más preciosas porque se mantienen en silencio. Las más profundas comunicaciones sólo necesitan que les prestemos un oído silencioso... En las relaciones humanas, la tragedia comienza no cuando no se interpretan las palabras, sino cuando no se interpreta el silencio. El lenguaje de la palabra no está hecho con palabras sino con significados. Es una inteligencia por encima de las palabras. Supongamos que alguien va a despedir a un amigo que parte de viaje. ¿De qué otra forma puede expresar sus sentimientos más que con un apretón de manos?

Henry David Thoreau

**"No tengo todo lo que quiero, pero quiero todo lo que tengo."**

Anónimo

**"El dinero no puede comprar amor."**

John Lennon

## Amigo, tú eres para mí...

...como un espejo donde miro la verdad de mi rostro, sin sentirme reprochado;

como un sol que ilumina mi camino, sin pretender que lo esté mirando;

como una puerta siempre dispuesta a abrirse ante mi llamada;

como un camino que me acompaña hasta la meta, sin retenerme;

como un oasis en el que puedo hacer un alto y luego proseguir mi marcha.

René Juan Trossero



## VALOR AGREGADO: AUSTERIDAD

La austeridad nos ayuda a diferenciar lo que es necesario o conveniente y lo que es prescindible o se puede postergar. Lo contrario de este valor es el consumismo, que nos lleva a desear todo el tiempo nuevas cosas y a comprar cosas innecesarias que no precisamos y que hasta pueden perjudicarnos. El consumismo dice que valemos por lo que tenemos; la austeridad nos permite demostrar que valemos por lo que somos y nos ayuda a valorar todo lo que tenemos. La avaricia y el egoísmo son los principales enemigos de este valor, y el ahorro, su aliado principal.



## TRES AMIGOS (CUENTO)

Los verdaderos amigos te alientan a decir la verdad...  
¡aunque hayas hecho una travesura!

**M**echi tenía pecas, flequillo rubio y la nariz más chiquita del mundo. Vivía en una ciudad casi tan chiquita como su nariz. Aquel día, después de comer, su mamá le dio permiso para esperar a su amigo Javier, acompañada por Fluc, el perro ovejero. Cuando apareció Javier, fueron al muro de la casa abandonada —que estaba a unos pocos pasos— “para jugar a descubrir arañas”. Fluc los siguió, moviendo la cola. El juego consistía en rozar con un palito las telarañas que había en la unión de los ladrillos. Al escuchar el ruido, las arañas creían que pasaba un insecto, ¡una presa! Salían tan veloz-

mente, que Javier y Mechi no podían contener algún grito y risitas nerviosas. Pero ese día, Javier estaba con ganas de hacer algo más que molestar a las arañas. Se trepó al muro y desde allí arriba invitó a Mechi a hacer lo mismo. Ella se negó, pero por poco tiempo... Con las manos extendidas a los lados, mirando el mundo desde el muro ¡qué distinto se veía todo! Podía acariciar las ramas de los árboles, imaginar que volaba como los pájaros, cantar, descubrir flores nuevas en el jardín. —Mira, Mechi, ¡con una pierna! —gritó Javier. Y Mechi vio a Javier caminar sobre el muro con una sola pierna. Así que Mechi hizo lo mismo.

¡Con una pierna! Pero no alcanzó a festejarlo, porque en un instante Javier ya no estaba. Había desaparecido. Los ladridos de Fluc descubrieron a Javier en medio de unos arbustos.

—¡Me caí...! Mechi bajó del muro y le tendió la mano para ayudarlo a levantarse. Javier, poquito a poco, se fue recuperando. Pronto se consoló con los lengüetazos de Fluc y la compañía de Mechi. Y ahora... la mamá iba a verle los raspones. ¿Qué harían?

—¿Qué le digo a mamá? —preguntó Javier.

—La verdad, tienes que decirle la verdad —le contestó Mechi, preocupada por el reto que ambos se lle-

varían. Pero era mucho peor andar inventando mentiras. La mamá de Javier, al verlo así, con los ojos enrojecidos y raspones en los brazos y la cara, se llevó las manos a la cabeza. Superada la sorpresa, se conmovió por la sinceridad de los niños. Javier le rogó: —Mamá, ¡por favor, no me prohíbas jugar con Mechi!

La mamá, entonces, los miró a los dos y les dijo:

—Está bien, pero... ¡no vuelvan a subirse al muro!

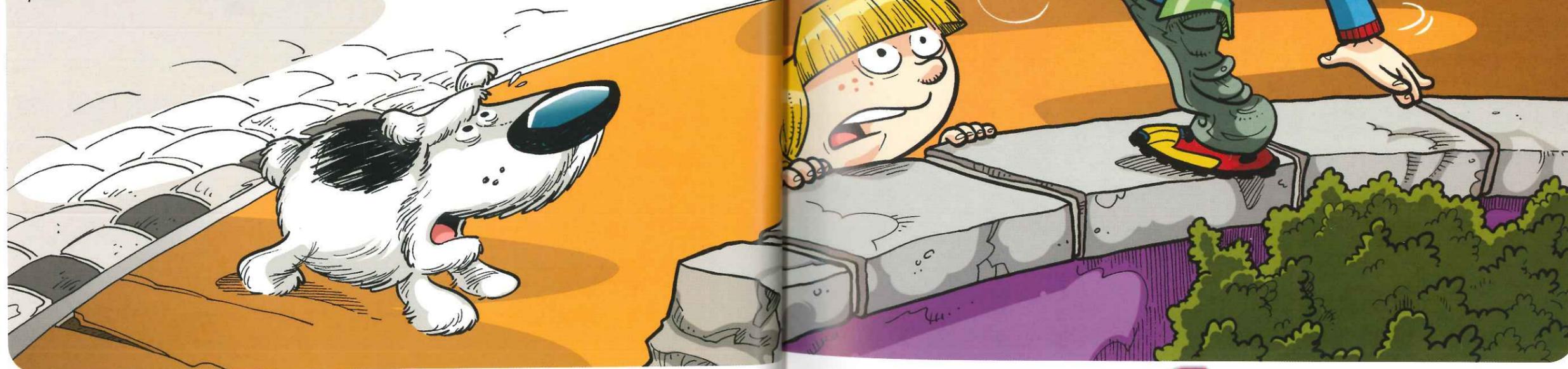
Sacó un caramelo y se lo dio a Javier:

—Esto es porque me dijeron la verdad, pero sólo tengo uno —aclaró la mamá de Javier. Entonces, el niño partió la golosina en dos. Mitad

para él, mitad para Mechi. Porque si no hubiera sido por su gran amiga... ¡seguro que él inventaba una mentira! Y enseguida fue por unas galletas para Fluc, él también merecía un premio.

Franco Vaccarini

Ilustración: Damián Zain



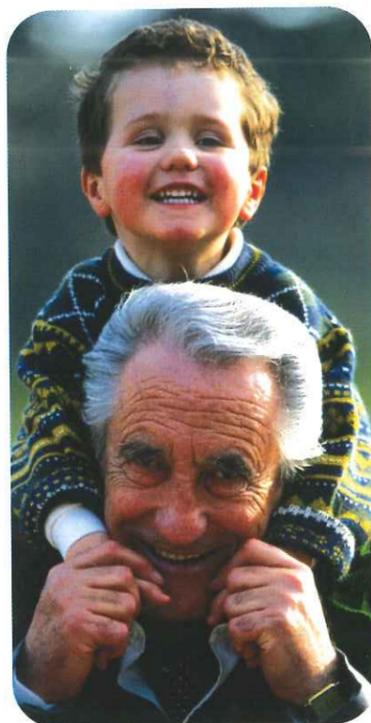


# Los ancianos

**Caminan despacio, ven y escuchan con dificultad, pero siempre tienen tiempo para responder preguntas o contar un cuento. Se sienten orgullosos cuando les dicen "abuelo" y su mirada se nubla cuando les dicen "viejo". Los ancianos son nuestra memoria. ¿Sabemos respetarlos y valorarlos?**

## Nuestros mayores

Los ancianos son las personas que ya vivieron gran parte de su existencia y entran en la "tercera edad", a eso de los 60 ó 65 años. El cuerpo se cansa y se fatiga más rápidamente, comienza a disminuir la capacidad auditiva y visual, y la memoria no es tan precisa. Por otro lado, es el momento en el que a las personas les llega el retiro del trabajo habitual, la jubilación. A muchos, sobre todo a los varones, les cuesta no contar con su rutina, se sienten desorientados, creen que ya no son útiles y empiezan a perder el interés por las cosas cotidianas. Por eso, un viejo dicho asegura que "un hombre envejece cuando los lamentos ocupan el lugar de los sueños". La vejez no es el comienzo del fin, es una nueva etapa que se puede y se debe disfrutar.



## ¿Cómo tratamos a los ancianos?

En las antiguas civilizaciones y en muchas tribus aborígenes, los ancianos eran las personas más respetadas. Eran los sabios, la memoria del pasado, los que hablaban por la experiencia. Se valoraba su palabra y los gobernantes decidían sus acciones según sus consejos. Hoy, la sociedad actual muchas veces margina a los ancianos porque cree que ya no son fuertes, ni hermosos físicamente.



### La voz de la experiencia

"El anciano debe constituir para los adultos y los jóvenes un polo seguro de orientación en tiempos de incertidumbre, un estímulo para vivir los valores superiores del espíritu que jamás envejecen y un vínculo entre las generaciones pasadas y las presentes."

Juan Pablo II

## ¿Y los abuelos? Algo para recordar

Cuando una persona se convierte en abuelo, junto con la alegría del nacimiento de su primer nieto, también comienza a tomar conciencia de que está envejeciendo, aunque aún no sea "vieja". Los abuelos son muy importantes para sus nietos: tienen tiempo para responder sus preguntas, saben escucharlos y a veces son más objetivos que sus propios padres. Los abuelos son como árboles que ya no tienen fuerzas para dar madera, pero que pueden seguir brindando sombra, reparo y abrigo.

No debemos olvidar que seguramente llegará el día en que todos seamos viejitos. Las manos nos temblarán, no recordaremos dónde dejamos las cosas y la jubilación será menos de lo que deberíamos recibir por una vida de trabajo. Entonces, ¡qué bueno será tener cerca a las personas que nos quieren! Saber que no estamos solos, que llegó el momento de desprenderse de los rencores y quedarnos con la sabiduría que sólo dan los años. Porque al envejecer lo único que queda en nuestras manos no es lo que uno ha recibido sino lo que ha dado.

"En África, cuando un anciano muere, toda una biblioteca desaparece."

Amadou Hampaté Ba

"La vejez es 'el tiempo de perder el tiempo' para estar más disponible a los demás, escuchándolos gratuitamente, sin ocupaciones siempre urgentes."

Alfredo B. Trusso





# ¡ASÍ, NO! 😞

Los valores de una sociedad pueden medirse según cómo tratan a sus ancianos. Si una sociedad sólo valora la juventud, la belleza y el éxito económico, ¿qué lugar le dará a sus abuelos?

- Considerar a los ancianos una carga y desentendernos de ellos.
- Hacerles sentir que ya no son útiles o pedirles tantos favores –que cuiden a los niños, hagan los mandados, arreglen el jardín o cosan un botón– que se queden sin tiempo para ellos.

- Perder la paciencia cuando no escuchan bien o no pueden reaccionar con rapidez. Enojarnos si tardan mucho para realizar las cosas.

- Restarle importancia a sus problemas físicos o magnificarlos tanto que los preocupemos más.

- Pedirles o exigirles regalos costosos sabiendo que su jubilación no le alcanza para comprarlos.

- Visitarlos a las apuradas y sólo por compromiso sin dedicar un tiempo a charlar con ellos.

- Burlarnos de ellos o permitir que otros lo hagan en público o privado.

- No permitirles ver a sus amigos o ex compañeros de trabajo.



# ¡ASÍ, SÍ! 😊

Los pequeños gestos y actitudes que tengamos con los ancianos, harán que ellos puedan gozar de esa nueva etapa de su vida sin temores y con alegría.

- Conocer sus problemas y necesidades e involucrarnos con ellos. Preocuparnos y ocuparnos de su salud.
- Interesarnos por los acontecimientos que vivieron o los hechos que protagonizaron.

- Agradecer todo lo que nos dieron e hicieron por nosotros. Expresarles nuestro cariño con gestos y con palabras también.

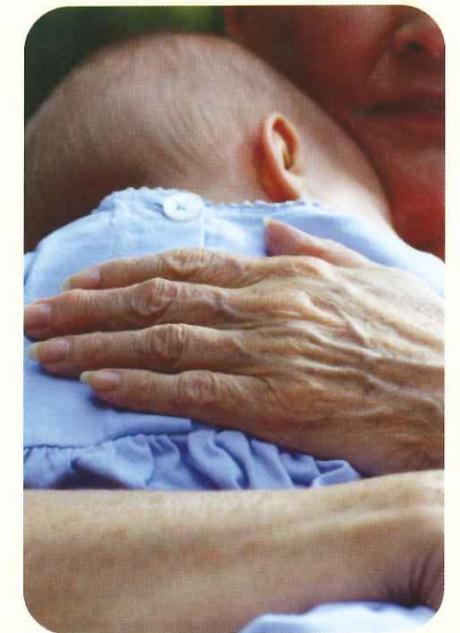
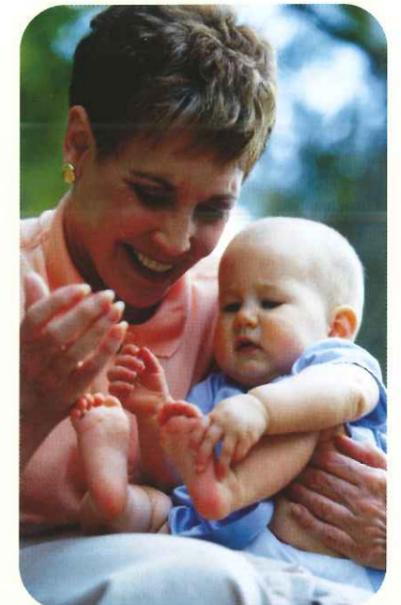
- Perdonar sus errores y no echárselos en cara.

- Escuchar sus historias, aunque sean repetidas.

- Darles participación en las actividades y acontecimientos familiares.

- Explicarles con palabras sencillas y mucha paciencia sus preguntas sobre tecnología, como el uso de Internet, el correo electrónico, la programación de la videograbadora, etc.

- Cederles el asiento, ayudarlos a subir y descender en el transporte público.





# Buenos hábitos

## Abuelos con derechos

● Observa las siguientes escenas y señala en las líneas de puntos las situaciones en las que se respetan los derechos de los ancianos y en las que no.



# Textos para reflexionar

## Un plato para el abuelo Miguel

Ignacio vive con sus padres, su hermana Analía y también con su abuelo Miguel. El abuelo, don Miguel, como lo llaman en el vecindario, no nació viejito. Cuando era joven trabajaba en una fábrica de relojes, hasta que abrió su propio taller. Sus enormes manos arreglaban con precisión desde un reloj pulsera hasta el reloj del campanario. Pero pasaron los años y el abuelo envejeció. Aunque escuchaba y veía bien, una enfermedad atacó su pulso, y sus manos se volvieron débiles y torpes. Se le caían las tazas y los platos, que se hacían añicos contra el piso. El hijo y la nuera se cansaron de ver la vajilla rota y decidieron servirle la comida en un plato descartable. El abuelo lo aceptó en silencio, aunque le dolía el corazón y no era por un problema médico. Cuando Ignacio vio lo que pasaba tampoco habló. Despacito, sin pronunciar una sola palabra, empezó a

hacer un plato con un trozo de cartón. Sus papás lo miraron intrigados y le preguntaron qué hacía. –Estoy preparando los platos que van a usar ustedes cuando sean viejitos –respondió el niño. Los papás se miraron avergonzados. Desde ese día el abuelo volvió a comer en platos de loza. Ya no le duele el corazón, su nieto fue el mejor remedio.

Adaptación de Susana Ceballos



¿Qué piensas de la actitud de Ignacio? ¿Qué hubieras hecho tú? ¿Te parece que nuestra sociedad respeta a las personas mayores?



### VALOR AGREGADO: LABORIOSIDAD

La laboriosidad es la dedicación, la constancia y el cuidado que ponemos en nuestras tareas; es una actitud y un valor que se lleva a la práctica cuando buscamos conseguir un objetivo concreto. La inteligencia, el compromiso y la responsabilidad van de la mano de la laboriosidad. La pereza y el desgano nos impiden ser laboriosos. Pero ¡cuidado! El exceso de trabajo y de ocupaciones, sin espacio para la recreación o el tiempo para compartir con los demás, tampoco es bueno.



# Las personas con necesidades especiales

Algunas personas necesitan una estimulación o una adaptación especial para desarrollarse, son las personas con necesidades especiales. Integrarlos y respetarlos es una tarea de todos...

## ¿Necesidades especiales?

Desde hace unos años, muchos especialistas dejaron de utilizar la palabra "discapacidad" para hablar de "personas con necesidades especiales". Todos tenemos alguna limitación: podemos ser torpes para dibujar y desentonados para cantar. Sin embargo, la vida no nos resulta más difícil por esas limitaciones. Para la mayoría de la gente, caminar es un acto sencillo, pero para alguien con parálisis cerebral esto significa un esfuerzo similar a subir una escalera en forma permanente.

Una persona con necesidades especiales es alguien que necesita un apoyo, un seguimiento, una adaptación o una estimulación especial para desarrollarse.



## Juntos es más fácil

Todas las personas desean que a los miembros de su familia la vida les resulte lo más fácil posible. Ante la llegada de un niño con necesidades especiales es importante que todos puedan hacer, con mayor o menor dificultad, su proceso de adaptación, sabiendo que deberán afrontar mayores desafíos y dificultades.

Pero poco a poco el amor alejará los temores.

El cuidado, la estimulación y el cariño que una familia le brinda a esa persona con necesidades especiales hará que su vida sea más o menos complicada.



¿Qué cosas podrías ofrecerle a una persona con necesidades especiales?



## La mirada y la ayuda de los otros

Durante mucho tiempo, se pensó que los no videntes no podían leer ni escribir. En el siglo XIX el docente francés Louis Braille, que era ciego desde los tres años, inventó un método de escritura y lectura para ciegos, basándose en puntos grabados en relieve. El método no sólo posibilitó la lectura y escritura a los ciegos, sino que también nos enseñó a todos que con ingenio y ganas pueden crearse y diseñarse instrumentos, métodos y aparatos que faciliten la integración a la sociedad de las personas con necesidades especiales.

El "no pueden" cambia cuando se inventan soportes técnicos, o se adaptan reglas —como en los juegos paralímpicos— que permiten a las personas con necesidades especiales integrarse al mundo de lo cotidiano.



## Un mundo para otros

Debemos esforzarnos por cambiar nuestra mirada sobre las personas con necesidades especiales. Lo importante no son sus características —sordo, no vidente, con síndrome de Down—, sino sus capacidades y lo que pueden ofrecernos. Es necesario descubrir sus posibilidades, recuperar sus valores e integrarlos a la sociedad.

Por eso debemos exigir a los gobernantes y a los organismos privados y públicos que cumplan con las leyes que les permiten a estas personas formar parte de nuestra sociedad. Porque entre todos podemos construir un mundo para todos.

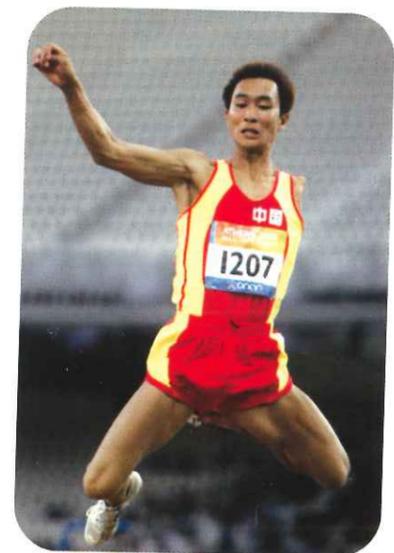


## Una lección para padres

"Pancho nos enseñó a ser mejores padres de nuestros otros hijos. Nos enseñó que valemos por lo que nos esforzamos y no por lo que no podemos hacer."

"Con Lourdes comprendimos que la felicidad es vencer nuestras propias debilidades."

Testimonios publicados en "El espectacular desafío de criar un niño con síndrome de Down", de Marta Maglio





# ¡ASÍ, NO!



Las personas con necesidades especiales todos los días se encuentran con barreras físicas. Sin embargo, las peores barreras son la indiferencia y los prejuicios sociales y culturales.

- Mirar con lástima o con "superioridad" a las personas con necesidades especiales.
- Impacientarse cuando realizan una tarea con dificultad o exigirles que la hagan a la perfección.
- Permitir que se aprueben construcciones que no cuenten con accesos o instalaciones que todos puedan utilizar.
- Preocuparse sólo por los logros terapéuticos de los niños con necesidades especiales y no dedicar tiempo solo al placer de jugar por jugar.
- Creer que nuestros padres nos dejan de lado o nos quieren menos porque dedican más tiempo a nuestro hermano con necesidades especiales.
- Permanecer indiferentes cuando vemos que necesitan ayuda para realizar alguna actividad o cuando son maltratados por otros.



# ¡ASÍ, SÍ!



Ayudar a las personas con necesidades especiales no sólo es cuestión de rampas y aparatos adaptados. También es ser capaz de valorar sus capacidades y no sólo recordar sus limitaciones.

- Respetar y apoyar a las personas con necesidades especiales sin sentir lástima por ellas.
- Valorar el esfuerzo que realizan. Poner atención y esforzarse por comprenderlas cuando tienen dificultad para hablar o escuchar.
- Ofrecer colaboración sin que la pidan. Por ejemplo, para ayudar a un no vidente a cruzar la calle, o a una persona en silla de ruedas a subir un escalón.
- Defender a las personas con necesidades especiales de las burlas o los maltratos.
- Exigir a las autoridades que todos los edificios y organismos públicos cuenten con rampas de acceso para personas con discapacidad.
- Abrazarlos y dejar que nos abracen, aunque lo hagan con torpeza.
- Pedir a los gobiernos de cada ciudad que las veredas cuenten con rampas de acceso para que las personas con sillas de ruedas se puedan movilizar.





# Buenos hábitos

## Una historia para pensar

Fabián es un gran jugador de fútbol. Cuando sea grande sueña con jugar en la Selección y que toda la gente grite sus goles. En un partido, otro jugador sin querer lo "trabó", Fabián intentó esquivarlo y los dos cayeron. Fabián se golpeó feo: tuvieron que enyesarle la pierna, además el médico ordenó: "Nada de movimiento. Por un mes, habrá que usar silla de ruedas". Al principio, Fabián pensó que lo peor sería no jugar al fútbol. Sin embargo, tuvo otros problemas. Intentó ir al cine: imposible, la sala estaba en el primer piso, no había elevador, sólo una empinada escalera. Para consolarlo, sus papás quisieron llevarlo a comer a un restaurante. Primero, varias personas pusieron "mala cara" porque tuvieron que correr sus asientos para que la silla pudiera pasar. Cuando fue al baño ¡otra barrera!, la puerta era demasiado estrecha y la silla no entraba. Esa noche Fabián decidió que cuando le sacaran el yeso no sólo se preocuparía por jugar al fútbol, también por pelear por una ciudad apta para todos...

### Lápices en acción

¿Qué impedimentos encontró Fabián para trasladarse por la ciudad?

¿Qué otros impedimentos encuentran las personas con alguna capacidad reducida?

El lugar donde vives, ¿está adaptado a todos?



## Una ciudad para todos

Te proponemos que te encargues de diseñar una ciudad "apta para todos". Anímate a completar la lista de los elementos que no deberían faltar en ese lugar:

*Rampas para acceder a los edificios y lugares públicos, como templos, escuelas, bancos.*

*Servicio de ómnibus con rampas y asientos adaptados a personas con necesidades especiales.*

*Semáforos sonoros para no videntes...*

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

# Textos para reflexionar

## Derechos de los niños con necesidades especiales

- 1 Todos los niños tienen derecho a aprender juntos.
- 2 Los niños no deben ser discriminados ni desvalorizados por su discapacidad o dificultad de aprendizaje.
- 3 Los niños no necesitan ser protegidos de los otros niños.
- 4 La segregación enseña a los niños a que tengan temores infundados y sean ignorantes de las necesidades ajenas. Promueve el prejuicio y la intolerancia.
- 5 Todos los niños requieren una educación que los ayude a establecer relaciones y a prepararse para la vida.
- 6 Sólo la educación integrada tiene el potencial para reducir el miedo a lo desconocido y promover la amistad, el respeto, la comprensión y la cooperación.
- 7 Los niños con necesidades especiales tienen derecho a recibir tratamientos médicos, psicológicos y terapéuticos adecuados.

## Deportes y discapacidad

"En el entrenamiento de un ciego, se parte de que lo único que esa persona no puede hacer es ver. Después todo es igual a un deportista vidente. El desempeño es fabuloso: el récord olímpico de ciegos en los 100 metros está por debajo de los 11 segundos, contra los 9s 78 del récord en los corredores 'convencionales'."

*Diario "La Nación deportiva", (Argentina), sábado 25 de septiembre de 2004*

### VALOR AGREGADO: COMPASIÓN

La compasión nos permite ver los padecimientos de los demás, comprenderlos sin juzgarlos y nos mueve a tratar de remediarlos. No es lo mismo sentir compasión que lástima. La lástima nos permite ver la pena del otro, pero no nos alcanza para comprometernos con su problema. Las personas compasivas evitan criticar las conductas de los otros, pero intentan escucharlos y colaborar con ellos. Las personas compasivas no se sienten "superiores" cuando ayudan a un necesitado ni alardean de lo que hacen.



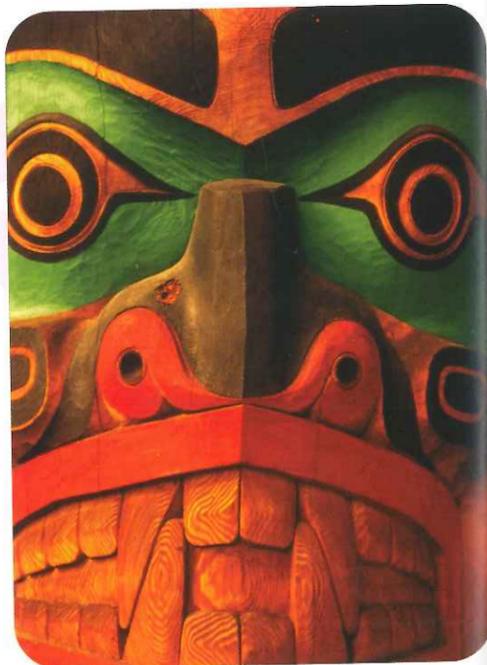
# Otras culturas

Cada pueblo tiene su propia cultura. En ocasiones, cuando se relacionan grupos que pertenecen a distintas culturas pueden presentarse problemas y diferencias. Para poder vivir en paz es necesario que aprendamos a respetar a las personas y grupos que tienen una forma distinta de vida.

## ¿Qué es la cultura?

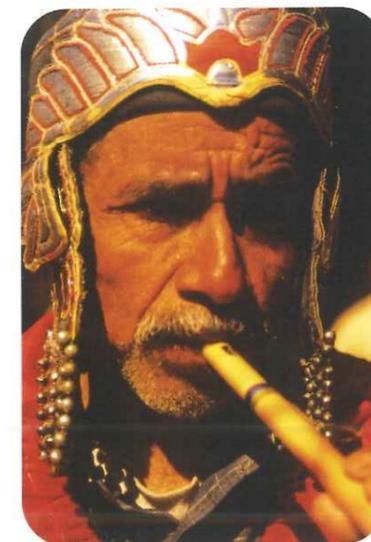
Existen varias definiciones. Según el diccionario, es el conjunto de conocimientos científicos, literarios y artísticos de una persona, pueblo o época. Para los antropólogos, es lo que el hombre aprende en contraposición a lo que adquiere por herencia biológica. También es el conjunto de manifestaciones en que se expresa la vida tradicional de un pueblo.

Las artesanías, las tradiciones de cada pueblo, las formas de preparar los alimentos, de vestirse, la lengua y la escritura, las distintas formas de arte y hasta las herramientas que se utilizan son expresiones de una cultura.



## ¿Cultos o instruidos?

Durante mucho tiempo se asoció cultura sólo con instrucción. Se creía que una persona era culta si sabía mucho de diversos temas y había recibido una gran educación formal. Poco a poco se comenzó a valorizar otras expresiones de la cultura. Una mujer aborigen quizá nunca estudió Medicina en la facultad, sin embargo, la tradición familiar le permite conocer el poder curativo de muchas plantas de la región que habita. Lo mismo ocurre con las actividades culturales. **Cultura es presenciar un ballet en un teatro importante, pero también una danza folclórica bailada en la calle; es escuchar una orquesta filarmónica y también a un músico del altiplano.**



"La palabra cultura indica el modo particular como, en un pueblo, los hombres cultivan su relación con la naturaleza, entre sí mismos y con Dios, de modo que puedan llegar a un nivel verdadero y plenamente humano."

*Documento de Puebla*

## ¿Y las leyes?

Muchas de las costumbres de los pueblos aparecen traducidas en sus leyes. A lo largo de la historia, las leyes dictan lo que se considera mejor para la vida de todos. Por eso, cuando se relacionan grupos de personas que pertenecen a culturas distintas pueden presentarse situaciones conflictivas. Por ejemplo, entre los musul-

manes es aceptada la posibilidad de que un varón se case con muchas mujeres, algo inaceptable en nuestra cultura. Sin embargo, no todos los elementos de una cultura tienen la fuerza de una ley. Que muchos creen que el "martes 13" trae mala suerte no significa que se sancione una ley para que nadie trabaje en esa fecha.

## Las lecciones de la historia

A lo largo del tiempo, muchos pueblos con culturas diferentes, se enfrentaron. Cuando los españoles llegaron a América y se encontraron con los aborígenes, chocaron dos culturas, pero en desigualdad de condiciones. Como ocurre siempre, los que vencieron impusieron sus leyes, costumbres e ideas a los derrotados. Y los aborígenes debieron someterse a una cultura totalmente distinta, con dioses desconocidos y gobernantes que no los protegían. No fueron los únicos, lo mismo les sucedió a los nativos africanos que fueron traídos a América como esclavos. ¿Cómo crees que hubiera sido la historia si los europeos hubieran respetado a las demás culturas?



# ¡ASÍ, NO!



No existen culturas superiores ni inferiores. Despreciar o burlarse de las personas que tienen costumbres distintas a la nuestra no ayuda a la convivencia.

- Burlarse de las personas que tienen una cultura diferente a la nuestra.
- Creer que lo propio no vale y que todo lo de afuera es mejor o, por el contrario, valorar tanto lo propio que llegamos a despreciar todo lo que es diferente.
- Apoyar a gobernantes o partidos que promueven leyes contra las personas de otras culturas u otros países e instigan a la xenofobia o al racismo.
- Despreciar la cultura de los sectores más pobres, de los aborígenes o de los grupos minoritarios.
- Evitar el contacto y la comunicación con personas de otras culturas.
- Olvidar que una persona es primero una persona y no "un árabe", "un japonés" o "un indio".
- Esforzarse por acentuar las diferencias que nos separan de otras culturas y no intentar descubrir lo que puede unirnos o enriquecernos.

## Palabras para saber pero no usar

### Marginar:

Dejar de lado, apartar de la sociedad a alguien.

### Xenofobia:

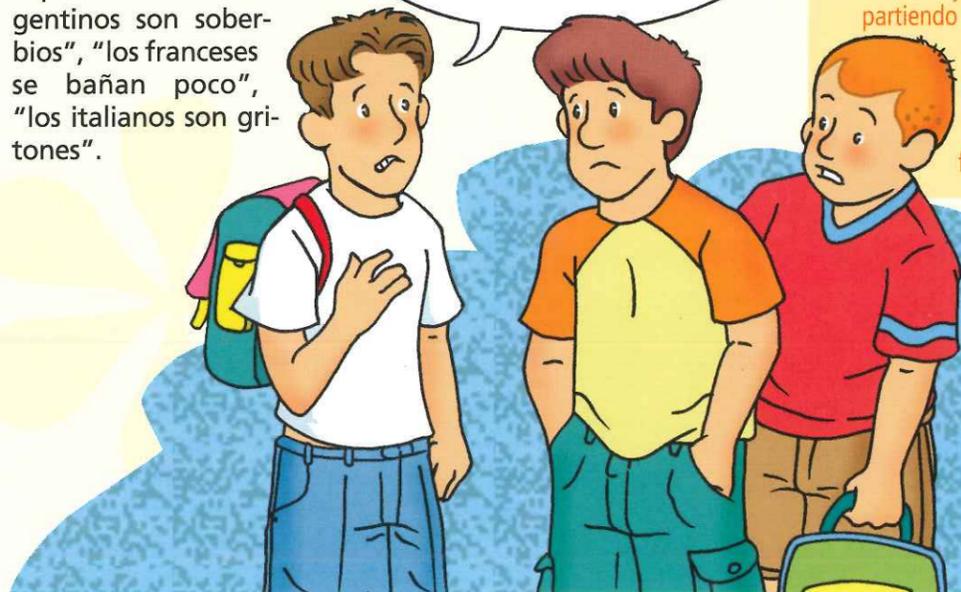
Aversión hacia los extranjeros.

### Racismo:

Teoría y/o actitud que, partiendo de una supuesta existencia de las razas, sostiene la superioridad de un grupo racial frente a los demás.

• Encasillar a las personas según el color de su piel o su país de origen con expresiones como "los argentinos son soberbios", "los franceses se bañan poco", "los italianos son gritones".

Yung Li me invitó a su cumpleaños pero no voy a ir porque no sé qué van a dar de comer.

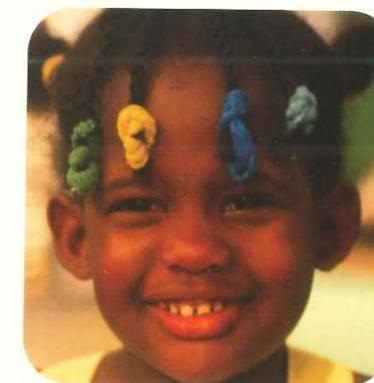


# ¡ASÍ, SÍ!



Conocer una nueva cultura puede ser una buena oportunidad para descubrir distintas formas de arte, probar nuevas comidas y escuchar otra música. Sólo se necesita un corazón y una mente abierta al aprendizaje.

- Preocuparse por conocer las costumbres y creencias de las personas que nos rodean. Respetarlas y valorarlas aunque su cultura sea diferente a la nuestra.
- Llamar a cada persona por su nombre y no ponerle apodos por su nacionalidad o sus rasgos como "la negra", "el chino", etcétera.
- Valorar las propias creencias y costumbres sin pensar que todo lo que viene de afuera es mejor.
- Entender que todos somos iguales y que no existen pueblos ni culturas superiores a nosotros ni tampoco inferiores. Respetar la cultura de los demás y hacer respetar la propia.
- Interesarse por conocer la cultura de nuestro país: el folclore, la música, las artesanías, las distintas formas de preparar los alimentos, el arte y las tradiciones.
- Dialogar con personas mayores que puedan contarnos cómo eran las costumbres en otras épocas.



• Olvidar prejuicios sobre los distintos pueblos y países, ya que nos limita para conocer a las personas.

• Participar de distintas expresiones culturales: un concierto de rock y un espectáculo de ballet; visitar un museo de arte o ver una muestra de artesanías locales.

Hace dos meses que me escribo con Tania, una chica de Zaire, que me cuenta cosas interesantísimas del lugar donde vive.





# Buenos hábitos

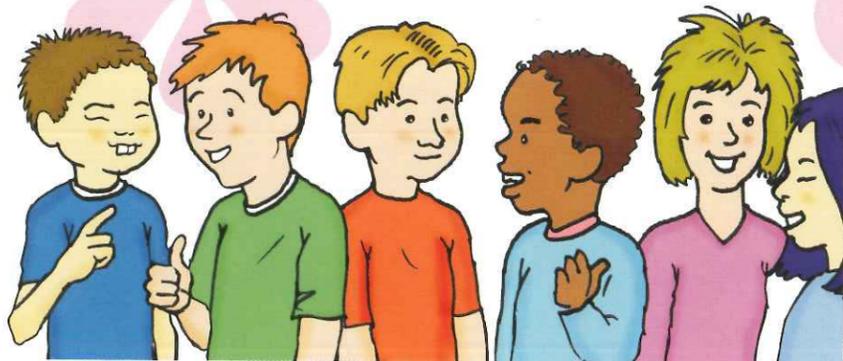
## Representante de la Tierra

Es el año 2345 y se acaba de descubrir que existe vida en otro planeta. Se decidió que un niño de cada país le escriba a los nuevos habitantes contando rasgos de su cultura y te eligieron como representante de tu nación. Anímate a completar esta ficha para enviar.

### En mi país:

- Nos gusta comer.....
- Nuestras danzas son.....
- Festejamos el día de..... y de.....
- El deporte favorito de la mayoría de la población es.....
- .....
- La población está integrada por.....
- Creemos en.....

¿Cómo sería la lista de un niño árabe? ¿Y la de un estadounidense, un japonés, un hebreo o la de un hindú? ¿Te animas a escribirlas?



# Textos para reflexionar

## La cultura es la sonrisa

**L**a cultura es la sonrisa que brilla en todos lados: en un libro, en un niño, en un cine o en un teatro, sólo tengo que invitarla para que venga a cantar un rato. ¡Ay, ay, ay, que se va la vida mas la cultura se queda aquí!

*La cultura es la sonrisa para todas las edades, puede estar en una madre, en un amigo o en la flor. O quizá se refugie en las manos duras de un trabajador. ¡Ay, ay, ay que se va la vida mas la cultura se queda aquí!*

*La cultura es la sonrisa con fuerzas milenarias, ella espera malherida, prohibida o sepultada a que venga el señor tiempo y le ilumine otra vez el alma. ¡Ay, ay, ay que se va la vida mas la cultura se queda aquí!*

*La cultura es la sonrisa que acaricia la canción y se alegra todo el pueblo, quien le puede decir que no. Solamente alguien que quiera que tengamos triste el corazón. ¡Ay, ay, ay que se va la vida, mas la cultura se queda aquí!*

León Gieco

### VALOR AGREGADO: ESPERANZA

La esperanza es el estado de ánimo que nos permite creer que podremos conseguir o lograr lo que deseamos. Eso no significa que debemos quedarnos de brazos cruzados esperando que se cumplan nuestros deseos. Al contrario la esperanza siempre va acompañada de la libertad, la responsabilidad y la confianza. Libertad, para saber elegir lo que nos conviene; responsabilidad, para luchar por lo que buscamos; y confianza en nosotros mismos y en nuestras posibilidades.

## Sueños de libertad

*"Sueño que un día los hijos de los antiguos esclavos y los hijos de los dueños de los esclavos se puedan sentar juntos a la mesa de la hermandad. Sueño que un día esta nación se levantará y vivirá el verdadero significado de su credo: que todos los hombres son creados iguales (...). Ésta es nuestra esperanza. Ésta es la fe con la cual regreso al Sur (...). Con esta fe podremos trabajar juntos, luchar juntos, defender la libertad, sabiendo que algún día seremos libres."*

Martin Luther King



# Las diferencias

No todos tenemos la misma religión, no todos pertenecemos a un mismo partido político o al mismo grupo étnico. Pero todos tenemos derecho a la libre expresión de nuestras opiniones y creencias.

## ¿Qué es la religión?

La religión es el conjunto de creencias acerca de la divinidad, y el culto que se le tributa. Desde los comienzos de la historia, las religiones lograron ser un punto de encuentro entre los hombres y el o los seres superiores en los que creen. La religión ayuda a que muchas personas puedan vivir con fe y esperanza y así poder fortalecerse para enfrentar las dificultades cotidianas. Todas las religiones tienen un conjunto de normas morales o mandamientos que rigen la vida cotidiana de los creyentes, y prácticas rituales

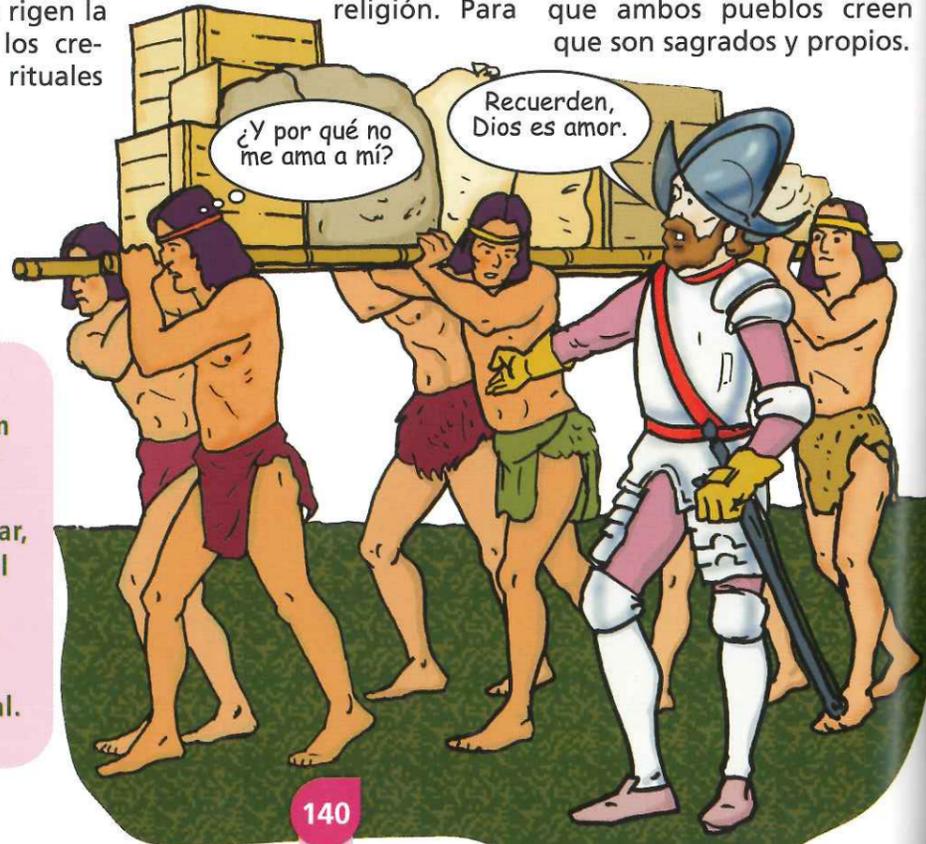
—oraciones, celebraciones religiosas, ritos— que expresan su espiritualidad.

**Dios es amor,  
te lo impongo  
por la guerra**

En nombre de Dios muchas veces los hombres se pelearon o cometieron grandes abusos. Por muchos años, católicos y calvinistas lucharon en las llamadas guerras de religión. Para

unificar España, los Reyes Católicos no dudaron en expulsar a los moros y a los judíos de su territorio. Los conquistadores españoles se asombraban de los sacrificios humanos que los aztecas ofrecían a sus dioses, sin recordar que en Europa la Inquisición condenaba a morir en la hoguera a las personas acusadas de brujería. En la actualidad, en Medio Oriente, hebreos y palestinos pelean hace décadas para quedarse con territorios que ambos pueblos creen que son sagrados y propios.

Los pueblos indígenas tienen derecho a vivir dignamente, a trabajar, estudiar, compartir con el resto de la sociedad... sin perder su identidad cultural.



## ¿Quiénes son las minorías?

Se considera minoría a las agrupaciones que, como su nombre lo indica, no constituyen la mayor parte de un grupo determinado dentro de un partido político, de una religión, de un grupo étnico, etc. **Toda la gente tiene derecho a sus propias opiniones y creencias y también a expresarlas, si esto no ocasiona daños a los demás.** Minoría no significa necesariamente que sean menos. Hasta fines del siglo XX, en Sudáfrica los nativos eran el 80% de la población. Sin embargo, no accedían a cargos públicos ni podían transitar libremente como lo hacían los dominadores blancos. En varios países de Latinoamérica, los pobres son mayoría, mas no

tienen las mismas posibilidades de salud, trabajo o educación que el resto. También se considera minoría a los grupos aborígenes, las personas con necesidades especiales, los afroamericanos, los homosexuales y los grupos étnicos, como los gitanos.

## Tolerancia y respeto por las minorías

No todos tenemos la misma religión. Hay quienes profesan religiones diferentes a la nuestra, hay quienes no profesan ninguna. No todos tenemos las mismas ideas políticas, ni todos pertenecemos al mismo grupo étnico o cultural. Pero todos

los grupos y todos los individuos tienen derecho a la libre expresión, así como todos tienen derecho a cambiar de opiniones y creencias. No se puede obligar a nadie a que crea u opine de determinada manera. Las opiniones religiosas y políticas nunca deben dar lugar a la violencia. Discriminar es establecer diferencias entre las personas y tratarlas de distinta manera según el color de su piel, por la religión que practiquen, por su edad, sus ideas o su clase social. Es suponer que hay seres humanos que valen más que otros. Las personas que discriminan se creen superiores y no dudan en impedir que todos gocen de los mismos derechos y posibilidades.





# ¡ASÍ, NO!



Las opiniones religiosas y políticas nunca deben dar lugar a la violencia. La historia de los hombres está llena de peleas y guerras por irrespetar a las personas que no tienen la misma fe o las mismas ideas.

- Burlarse de las creencias, costumbres y prácticas religiosas diferentes a la propia.
- Creernos menos o vivir resentidos por pertenecer a una minoría.
- Creernos superiores porque podemos acceder a una buena educación o una posición económica más holgada que otras personas.
- Imponer nuestras creencias y prácticas religiosas.
- Discriminar a los inmigrantes que vienen a buscar mejores oportunidades laborales a nuestro país o ciudad.
- Mostrarse hostil, desconfiado o resentido con las personas de los grupos minoritarios.
- Desconocer los valores de las religiones distintas a las nuestras.
- Creer que todos los que no piensan o creen lo mismo que nosotros están equivocados o son menos inteligentes.
- Evitar el contacto, el intercambio y hasta el diálogo con grupos o personas que consideramos que pertenecen a una clase o grupo distinto al nuestro.
- Encasillar a las personas por el grupo social al que pertenecen y decir frases que muestran prejuicios o estereotipos como "los pobres no quieren trabajar", "los negros sólo pueden cantar", etcétera.
- Cerrarse al diálogo con las personas que no comparten nuestra fe, nuestras costumbres o nuestras ideas.



# ¡ASÍ, SÍ!



No se puede obligar a nadie a que crea algo o a que opine de determinada manera. Nuestras opiniones y creencias no pueden limitar las opiniones y creencias ajenas.

- Respetar todas las religiones, aunque no sea la que practicamos. Y respetar también al grupo social al que pertenecen.
- Respetar y valorar los aspectos positivos de todas las religiones.
- Permitir que todos puedan practicar su religión en público y en privado.
- Oponernos a aquello que nos parece injusto y tratar de aportar soluciones para construir un mundo mejor.
- Apoyar a los partidos políticos y grupos que defienden la libertad de culto y también a las minorías y no a aquellos que los tienen en cuenta sólo en sus campañas electorales.
- Ser solidarios con las personas que menos tienen. Si los ayudamos con cosas materiales –ropa, útiles para la escuela, alimentos...– no debemos hacerlo esperando una recompensa sino con generosidad y humildad.
- Dar nuestras opiniones políticas y religiosas pacíficamente para que nunca den lugar a la violencia.
- Tratar del mismo modo a todas las personas sin hacer distinción según el grupo al que pertenecen. Hablar y tratar a todos con la misma amabilidad y respeto.
- Ser justos con aquellos que se encuentran en inferioridad de condiciones y no creernos superiores a las personas que tienen menos dinero o educación.





# Buenos hábitos

## Ser raro

La oveja y el carnero miraban al perro pastor.

Dijo la oveja:

-¡Qué lindo tipo!

-Es un poco raro.

-¿Qué cosa es ser raro? -preguntó la oveja.

-Ser raro es no ser como yo -contestó el carnero.

Leonardo Castellani

## Para reflexionar...

¿Qué nos quiere decir el cuento? ¿Recuerdas alguna situación de marginación o discriminación? ¿Por qué fue? ¿Alguna vez te marginaron? ¿Por qué? ¿Qué sentiste?

## Valores y antivalores

Anímate a completar las listas con lo que se valora y se margina en nuestra sociedad y responde: ¿Quiénes marginan? ¿Por qué lo hacen?

### Se valora a:

Los ricos / los fuertes

### Se margina a:

Los pobres / los débiles

## Una mirada y una actitud

¿Cuál de estas personas habrá conseguido la sonrisa de Dios? ¿Por qué?



# Textos para reflexionar

## Yo quiero

Yo quiero que a mí me quieran, yo quiero tener un nombre. Yo quiero que a mí me cuiden si me enfermo o estoy triste porque yo quiero crecer.

Yo quiero saberlo todo. Yo quiero que a mí me enseñen, mi familia y mi maestra, a contar y a hacer las letras. Y me quiero divertir.

A jugar, a cantar, que me enseñen a ser libre y me digan la verdad. A jugar, a cantar, que me escuchen cuando hablo y que no me hagan llorar.

Pero quiero que también todos los niños del mundo tengan todo lo que quiero, pues lo quiero compartir.

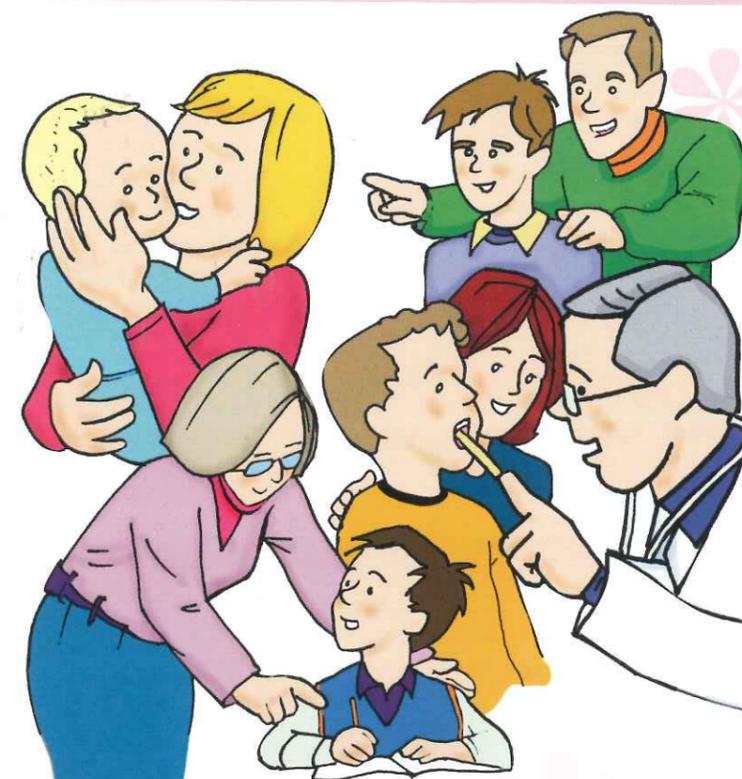
A jugar, a cantar, que tengan todos los niños en el mundo su lugar. ¡Vamos todos a ayudar! Todos los niños del mundo merecemos un lugar.

Leonardo Croatto

## Palabras de ida y vuelta

"El diálogo es búsqueda y encuentro, es tender puentes, es fiesta de comunión, es dejar las armas para último momento..., que se decide que no llegará nunca; es volverse un hombre hacia otro hombre (...) es volverse del presente incomprensible al futuro esperanzado."

Antonio Alonso Alonso



## VALOR AGREGADO: DIÁLOGO

El diálogo no es sólo decir lo que queremos: es el intercambio de ideas, de opiniones y experiencias; también es la comunicación de sentimientos. Para que la conversación no sea un "diálogo de sordos" debemos aceptar la posibilidad de que nuestras creencias, certezas y convicciones puedan no ser ciertas para quien nos escucha. Dialogar no es sólo hablar, también es saber escuchar lo que el otro quiere o intenta decirnos. Los prejuicios y la soberbia son los principales enemigos del diálogo.



## En resumen

En este capítulo aprendimos que todos somos diferentes, pero también únicos e irrepetibles. Para desarrollarnos plenamente, las personas necesitamos relacionarnos con nuestros semejantes. Por eso, debemos aprender a aceptar y respetar a los demás con sus diferencias, sus virtudes y sus defectos, sus características buenas y malas. Entre todos podemos construir un planeta donde los ancianos y los discapacitados sean respetados y valorados, donde los varones y las mujeres tengan las mismas posibilidades y los amigos sigan valiendo más que todo el oro del mundo.

Repasemos juntos algunas normas que aprendimos



## BUENOS HÁBITOS FRENTE A LOS MEDIOS

Hoy más que nunca el hombre está comunicado. Autos, autobuses, trenes, motos y bicicletas circulan por millones de calles, vías, avenidas y autopistas que logran unir pueblos, ciudades y países. Pero también la televisión, la prensa escrita, la radio e Internet nos permiten conectarnos y conocer qué sucede en los rincones más remotos del planeta. Los medios de comunicación y de transporte facilitan la vida del hombre en comunidad y favorecen la globalización. El conocimiento y el respeto de las normas de tránsito ayudan a la convivencia. La mirada crítica sobre los medios de información permite que formemos nuestra propia opinión sobre lo que ocurre en el mundo.





# Los medios de comunicación

Vivimos en la era de las comunicaciones. Leemos diarios y revistas, escuchamos la radio, vemos televisión y nos conectamos a Internet.

Los medios de comunicación nos ayudan a relacionarnos, conocer otras culturas y entretenernos, pero debemos mantener una mirada crítica sobre sus contenidos.

## ¿Qué son los medios de comunicación?

Son aquellos que nos permiten la comunicación, el diálogo y el intercambio. El teléfono, el telégrafo, las cartas personales, el correo electrónico, nos ayudan a transmitir sentimientos, deseos, intenciones, descubrimientos y experiencias de persona a persona. En el cine, la televisión, la radio y los periódicos, la tecnología permite que el mismo mensaje llegue a miles de personas. Todo lo que se transmite a través de ellos causa un profundo impacto y deja huellas en la sociedad.



## ¿Y los medios masivos de comunicación?

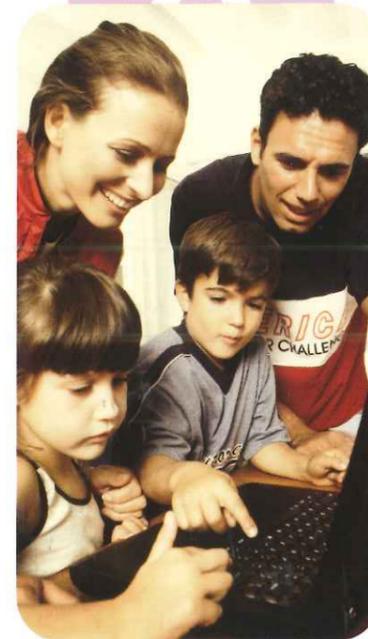
Cuando la gente quiere saber cómo salió su equipo favorito de fútbol, qué dijo el Presidente o quién ganó las elecciones en el Japón, recurre a los periódicos, la radio y la televisión: medios masivos de comunicación.

Los medios informan sobre distintos temas: resultados deportivos, hechos policiales, espectáculos, actividades de gobierno... También a través de ellos distintas personas —políticos, economistas, deportistas— comunican sus opiniones.

Además, los que trabajan en los medios producen sus propias opiniones. El soporte de los periódicos es la escritura, sólo los que saben leer pueden acceder a la información. La radio se basa en el sonido y su principal característica es la inmediatez. La televisión es imagen en movimiento con sonido: es un medio audiovisual.

## ¿Debemos creer todo lo que aparece en los medios?

Por supuesto que no. No todo lo que en ellos aparece es verdadero o correcto. Muchas personas e instituciones que salen en los medios lo hacen porque creen que lo que les sucede es una gran noticia, pero también en algunas ocasiones estas apariciones pueden responder a intereses económicos, políticos o personales. También debemos aprender a diferenciar lo que se publica en la prensa escrita, de lo que escuchamos y vemos en la radio y la televisión. Los periódicos relatan los hechos que ocurrieron en las últimas veinticuatro horas. Sus periodistas cuentan con más tiempo para chequear datos y fuentes. En la televisión y la radio, con la transmisión en vivo, la prioridad es lo inmediato y a veces el apuro por dar una primicia hace olvidar la noticia o equivocar la información.



## Para unir a la gente

Cuando en el año 1876 el estadounidense Graham Bell logró transmitir la voz humana a través de un aparato, el teléfono, provocó una revolución en la forma de comunicación de las personas. Poco a poco, los llamados telefónicos reemplazaron las cartas personales.

El teléfono se popularizó y casi todas las familias lograron tenerlo. Con el avance de las computadoras, Internet y el correo electrónico, volvió a cambiarse el modo de comunicación que retomó la senda del texto escrito. Todos estos adelantos tecnológicos, bien empleados, ayudan a las personas a relacionarse, a derribar fronteras y a acercar culturas; en suma a hacer del mundo un lugar más agradable.



## ¿Será así?

La verdad y el conocimiento permiten la formación de un pensamiento crítico y autónomo. ¿Qué significa esto? Analizar los mensajes recibidos, reflexionar y sacar nuestras propias conclusiones. Esto nos aleja de las ideologías y de las ideas impuestas por otros y nos permite diferenciar lo verdadero de lo falso.





# ¡ASÍ, NO! 😞

Diariamente usamos el teléfono, miramos la TV y navegamos por Internet. Sin embargo, si abusamos de estos medios, podemos causar molestias y peleas entre nuestros familiares y amigos.

## La televisión

- Convertir a la televisión en un miembro más de la familia y transformarnos en teleadictos, dependientes de la pantalla.
- Tratar de imponer siempre nuestros programas favoritos.
- Distraer a los otros con comentarios en voz alta o subir el volumen, molestando a los que en ese momento trabajan o descansan.
- Protestar cuando nos impiden ver un programa de TV, leer una revista o visitar un sitio de Internet que tienen escenas o contenidos no aptos para nosotros. Intentar verlo a escondidas y sin permiso.
- Creer todo lo que nos dicen y cuentan los medios masivos de comunicación sin tener un pensamiento crítico de sus contenidos.

## El teléfono

- Hacerse el gracioso cuando se atiende un llamado para uno o para otra persona. Realizar bromas por teléfono y cortar la comunicación.
- Llamar en horas de descanso o de trabajo cuando la persona está durmiendo o está ocupada en sus tareas.
- Acaparar el teléfono sin preocuparnos por si alguien lo necesita o espera un llamado.
- En los teléfonos públicos, no preocuparnos por finalizar la conversación cuando notamos que varias personas esperan para usarlo.



# ¡ASÍ, SÍ! 😊

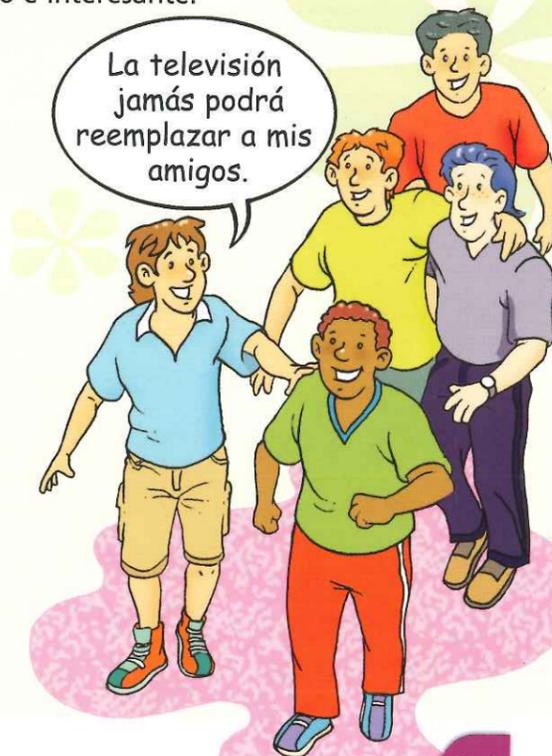
Hablar por teléfono, ver nuestro programa favorito de televisión son actividades cotidianas. Pero, ¡cuidado!, si abusamos de ellos podemos perjudicar a los otros.

## La televisión

- Recordar que todos tienen derecho a ver su programa favorito de TV. Si deseamos mirar algo especial, debemos avisarlo a los demás de antemano. Para evitar peleas es bueno fijar turnos para ver los programas favoritos.
- Al terminar de ver un programa, comentarlo en familia, preguntar sobre los aspectos que no entendimos o compartir lo que nos resultó más divertido e interesante.

## El teléfono

- Al contestar un llamado, usar un tono de voz agradable sin mostrar fastidio, enojo o desinterés. Preguntar quién llama y con quién desea hablar.
- Si se marca un número equivocado hay que pedir disculpas a la persona que atiende.
- Si se recibe un llamado equivocado, hay que explicarlo con amabilidad y despedirse de igual forma.
- Siempre debemos evitar dar información a personas desconocidas.
- Llamar a amigos y familiares en horarios de tarifa reducida, de este modo evitaremos que la cuenta del teléfono sea demasiado abultada.
- Tener siempre junto al teléfono papel y lápiz por si debemos tomar notas y así evitar que la persona con la que hablamos se quede esperando.
- Si se atiende un llamado para una persona que no está, dejarle un mensaje con: hora de llamada, nombre de quién llamó, mensaje dejado, hora y teléfono en el que se lo puede ubicar.





# Buenos hábitos

## Incorrecto - correcto

Las siguientes situaciones no respetan las normas de convivencia. Piensa y escribe cuál sería para ti la forma correcta de actuar en cada uno de estos casos.



# Textos para reflexionar

## Medios y libertad

*"Las publicaciones periódicas son como la respiración diaria. No hay libertad, progreso ni cultura sin este vehículo que, a cada hora, nos hace sentir miembros de la especie humana, a través de la repercusión de los acontecimientos de unos pueblos sobre otros."*

Domingo Faustino Sarmiento

*"Cada vez que un periodista arroja leña en el fuego fatuo del escándalo, está apagando con cenizas el fuego genuino de la información. El periodismo no es un circo para exhibirse, sino un instrumento para pensar, para crear, para ayudar al hombre en su eterna lucha por una vida más digna y menos injusta."*

Tomás Eloy Martínez

## VALOR AGREGADO: RESPECTO

Sin el respeto es imposible la convivencia entre las personas. El respeto hace que cada uno asuma una actitud responsable con los otros, pero que también acepte sus diferencias. Ser respetuosos no es lo mismo que ser sumisos, sin capacidad de decisión. Implica que uno reconozca los derechos de los demás y por eso evite tener actitudes que puedan ofenderlos o perjudicarlos. Las personas respetuosas son tolerantes y comprenden el valor de las diferencias.

## Columna de opinión

¿Qué piensas de las siguientes frases? ¿Estás a favor o en contra? ¿Por qué?

*"Encuentro la televisión muy educativa. Cada vez que alguien la enciende, me retiro a otra habitación y leo un libro."* Groucho Marx

*"La radio marca los minutos de la vida; el periódico, las horas; el libro, los días."* Jacques De la Lacretelle

*"La televisión nos proporciona temas sobre los que pensar, pero no nos deja tiempo para hacerlo."* Gilbert Cesbron

*"Modestamente, la televisión no es culpable de nada. Es un espejo en el que nos miramos todos, y al mirarnos nos reflejamos."* Jaime Armiñán



# Los medios de transporte

Los medios de transporte unen pueblos, ciudades y países. Automóviles, ómnibus, trenes y aviones facilitan la vida de las personas, pero es necesario respetar las normas de tránsito para evitar problemas, discusiones y accidentes...

## ¿Qué son los medios de transporte?

Los hombres siempre tuvieron la necesidad de trasladarse y viajar. Al principio, recorrían largas distancias a pie, hasta que aprendieron a domesticar animales que emplearon como medios de transporte y de carga. El deseo de comerciar y explorar nuevos territorios incentivó la creación de naves. Egipcios, fenicios, grie-

gos y romanos aprendieron a dominar las aguas de mares como el Mediterráneo o el Mar Negro. En la Edad Moderna, el hombre perfeccionó los barcos que le permitieron cruzar mares y océanos y descubrir tierras inexploradas. Con la Revolución Industrial hizo su aparición en el mundo el ferrocarril.



## Se hace camino al andar...

La expansión del ferrocarril pretendió eclipsar al transporte por carreteras. Pero llegó la invención del automóvil y después surgieron los ómnibus y camiones que invadieron rutas y caminos. El hombre podía trasladarse por tierra y por mar, pero el cielo parecía seguir siendo propiedad de los pájaros. Sin embargo, aparecieron los planeadores y después los aviones y helicópteros. Las distancias que se recorrían en días, comenzaron a demandar sólo algunas horas y los aviones ocuparon el lugar de los barcos de pasajeros. Finalmente, el hombre decidió conquistar el espacio y lo logró! El 21 de julio de 1969, la nave espacial Apolo XI llegó con tres astronautas a la Luna.

## Convivir en la ciudad

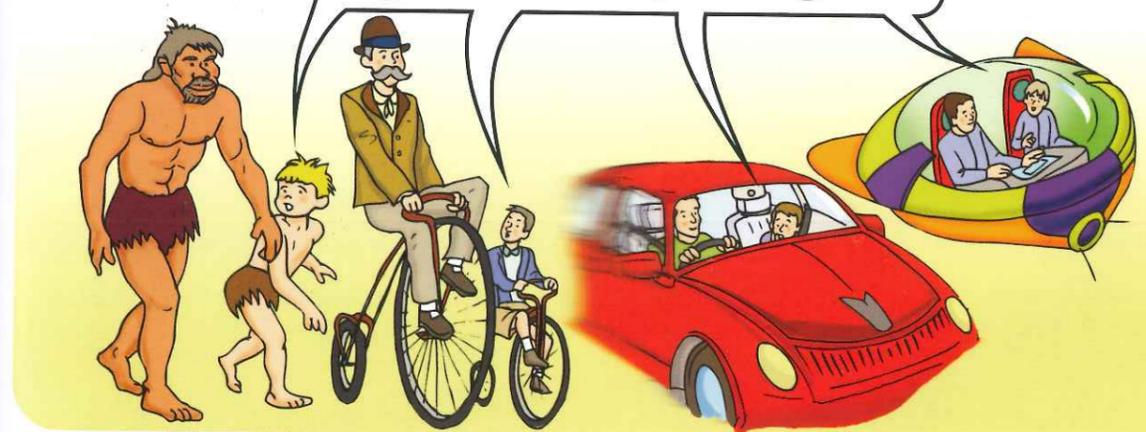
Los medios de transporte facilitan la vida de las personas. Sin embargo, para convivir en las ciudades es necesario conocer y respetar las normas de tránsito. De otro modo, la ciudad se convierte en un lugar caótico donde se impone la ley del más fuerte. Las normas viales establecen límites para los conductores y reglas para los peatones. Así se evitan los accidentes de tránsito, en los que mucha gente queda lastimada y, en los casos extremos, puede llegar a perder su vida.



## Respetar y ser respetado

Los semáforos, las sendas peatonales y las señales de tránsito ayudan a ordenar el tráfico en la ciudad. No sólo hay que conocerlos, también debemos obedecerlos. Muchos conductores sólo acatan las reglas cuando les imponen multas costosas o les suspenden sus permisos para conducir. Algunos peatones, por ahorrar algunos metros de camino, prefieren cruzar por un lugar peligroso en vez de hacerlo por la senda peatonal. Todos debemos respetar las normas de educación vial: son indispensables para preservar la vida y evitar accidentes.

¿Falta mucho para llegar?





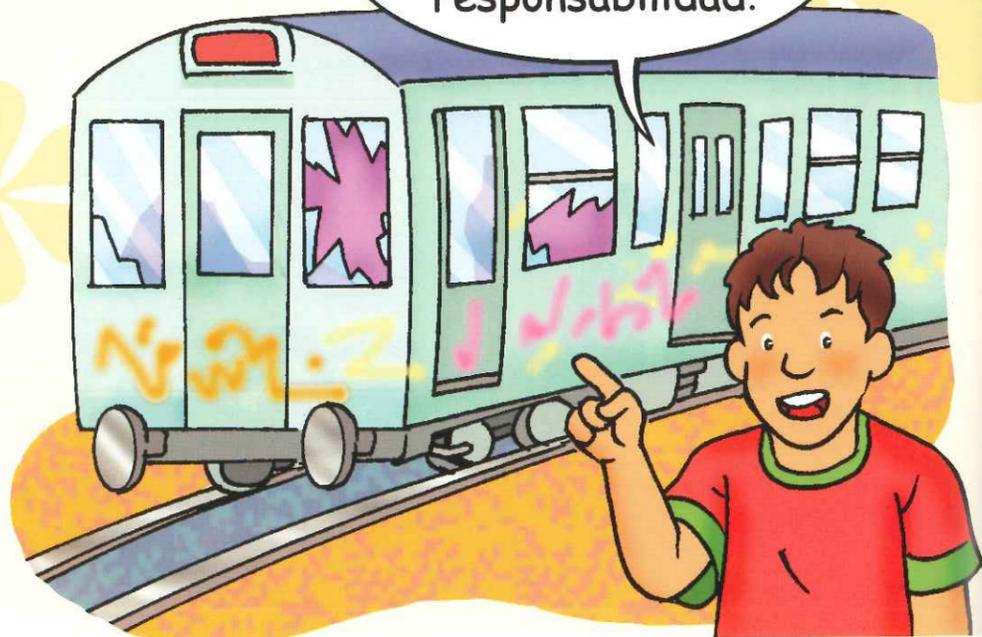
# ¡ASÍ, NO!



Las normas de educación vial son indispensables para conservar el orden de la ciudad y evitar accidentes de conductores y peatones. Respetarlas es respetarnos.

- Atropellar o empujar a la gente para bajar o subir del metro, del tren o del ómnibus o para conseguir un asiento.
- Ignorar las señales de tránsito o adaptarlas según nuestra conveniencia.
- Cruzar por la mitad de la cuadra o hacerlo entre dos vehículos estacionados, sin tener en cuenta que podrían moverse y aprisionarnos las piernas.
- Cruzar calles y avenidas distraídos, sin prestar atención a lo que hacemos, escuchando música, jugando o leyendo.
- Ascender o descender de cualquier transporte público cuando éste todavía no se detuvo.
- Hacernos los distraídos para no cederle el asiento a una persona que lo necesita.
- Alentar a los conductores que manejan rápido.
- Creer que conducir a gran velocidad y sin cinturón de seguridad no ocasiona riesgos.
- Enojarse con los agentes de tránsito que nos hacen alguna advertencia o nos hacen una multa cuando cometimos una infracción.
- Si vamos en bicicleta, andar por la vereda, o viajar de noche sin luces, no dejar pasar primero a los peatones y no respetar las reglas de tránsito como cualquier otro conductor.

Cuidar el transporte público es nuestra responsabilidad.



# ¡ASÍ, SÍ!

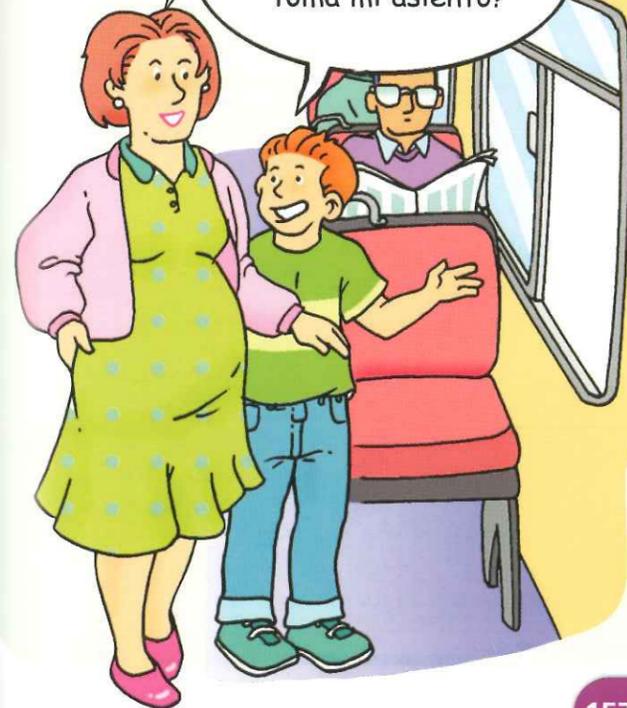


Para que la ciudad no se convierta en una "jungla de cemento" es preciso que conozcamos y aprendamos a respetar las reglas de tránsito sin necesidad de multas y advertencias. Sólo por nuestra seguridad.

- Conocer y respetar las normas y señales de tránsito.
- Colaborar con el cuidado del transporte público, evitar el deterioro de los asientos, no arrojar basura en el piso ni rayar la carrocería o las ventanas.
- Esperar y abordar el transporte público en las paradas establecidas.
- Mantener y revisar el buen estado mecánico de nuestro vehículo.
- Ceder el asiento a una persona anciana, impedida, a una mujer embarazada o a cualquier persona que lleve en sus brazos un bebé o un niño pequeño.
- Procurar no molestar con nuestros bolsos y mochilas a los otros pasajeros.
- En el automóvil, usar siempre el cinturón de seguridad. Hasta los doce años viajar en el asiento trasero del auto, sin protestar porque preferimos ir adelante.
- Ser amable con los conductores, permitirles manejar tranquilos sin tocar el tablero con los controles, o distraerlos charlando con ellos.
- Si vamos por la calle con la bicicleta, respetar las normas de tránsito, del mismo modo que lo hace cualquier otro conductor.

¡Muchas gracias!

Permítame, señora, ¿por qué no toma mi asiento?



CUIDEMOS LOS MEDIOS DE TRANSPORTE PÚBLICO

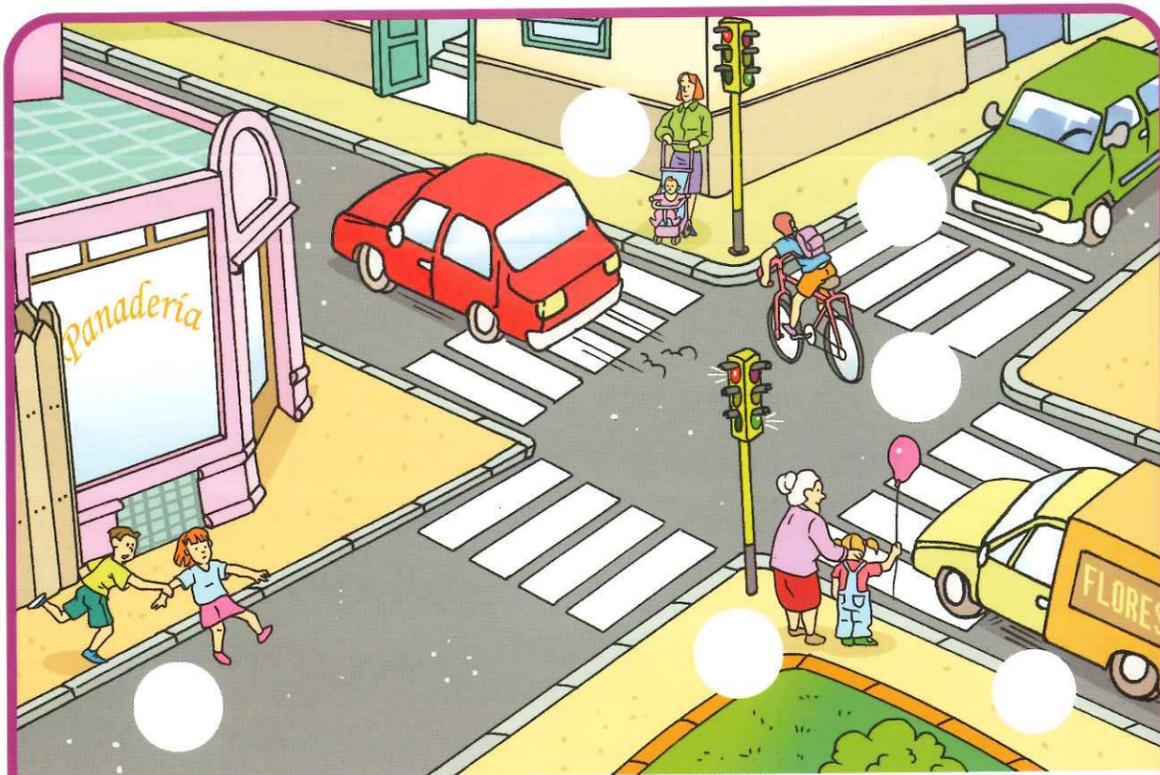




# Buenos hábitos

## Lecciones de urbanidad

En esta ciudad, algunos peatones y conductores respetan las normas de tránsito y otros no tanto. Coloca en los círculos en blanco el número que corresponde a cada una de las reglas de tránsito y las recomendaciones que deben cumplir las personas que circulan.



- 1 Los peatones no deben bajar a la calzada carritos o cochecitos de bebé hasta que el cruce sea autorizado.
- 2 Los vehículos pueden avanzar cuando el semáforo está en verde. El amarillo indica precaución.
- 3 Los vehículos se detendrán con el semáforo en rojo, sin pisar la senda peatonal.
- 4 Las bicicletas deben circular por el lado derecho, junto a la acera y en la misma mano que circulan los vehículos.
- 5 Los peatones deben cruzar por la línea peatonal, nunca por la mitad de la calle.
- 6 Los peatones deben esperar sobre la vereda la luz que autorice el cruce.

# Textos para reflexionar

## En tren

*Yo para todo viaje  
-siempre sobre la madera  
de mi vagón de tercera-  
voy ligero de equipaje.*

*Si es de noche, porque no  
acostumbro a dormir yo,  
y de día, por mirar  
los arbolitos pasar,  
yo nunca duermo en el tren  
y sin embargo, voy bien.  
¡Este placer de alejarse!  
Londres, Madrid, Ponferrada,  
tan lindos... para marcharse.*

*El tren camina y camina  
y la máquina resuella,  
y tose con tos ferina.  
¡Vamos en una centella!*

Antonio Machado



## Rutas

*Por allí, por allá,  
a Castilla se va.  
Por allá, por allí,  
a mi verde país.*

*Quiero ir por allí,  
quiero ir por allá.  
A la mar, por allí,  
a mi hogar, por allá.*

Rafael Alberti

## VALOR AGREGADO: RESPONSABILIDAD

Una persona es responsable cuando actúa con cuidado y atención en lo que hace y decide; cuando tiene conciencia de sus obligaciones. La gente responsable actúa por convicción. La responsabilidad siempre va acompañada de la coherencia, la libertad y la lealtad. Ser responsables es cumplir lo que prometemos, y preocuparnos por la comunidad que nos rodea. El premio será la confianza de quienes nos rodean y la alegría de haber actuado bien.



# Educación vial

El paisaje de las grandes ciudades está caracterizado por la presencia de muchos vehículos, carreteras y señales de tránsito. Para comprenderlas, respetarlas, cuidarnos a nosotros mismos y a los demás... ¡la educación vial es muy importante!

¿Cómo pueden afectarnos los medios de transporte?

Los modernos medios de transporte acortan tiempos y distancias, facilitando la vida de las personas en las ciudades y las áreas rurales. Pero, a la vez que simplifican, han complicado algunas cosas. La contaminación ambiental, por ejemplo, es cada día más grave, especialmente en las grandes ciudades, y se debe —entre otras causas— al ruido y al humo que provocan los motores de muchos vehículos. Esto ocasiona riesgos de daño físico. Al mismo tiempo, ha aumentado la posibilidad de sufrir un accidente de tránsito.



¡A respetar las normas de tránsito!

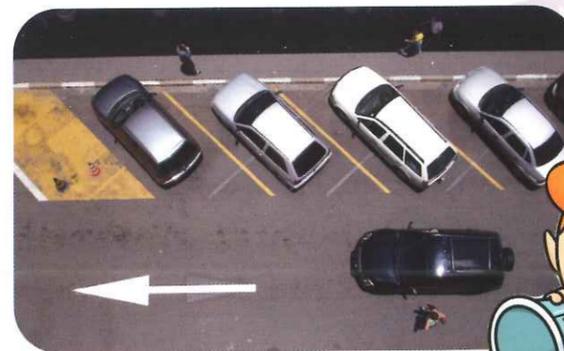
Las normas de tránsito establecen reglas acerca de cómo deben proceder los conductores, los peatones, los ciclistas... Es decir, cuáles son las responsabilidades de cada uno de los integrantes del sistema vial. Si todos las respetamos, podremos mejorar nuestra convivencia, disminuir los riesgos de accidentes... ¡y colaborar para la vida en armonía! Es importantísimo promover buenos hábitos y

conductas responsables, en casa, en la escuela, entre nuestros amigos... ¡educarnos en todas partes! Recuerda la importancia de circular sin exceder las velocidades máxima y mínima; de usar siempre cinturón de seguridad y, en las motos y bicicletas, casco; de cruzar la acera por la senda peatonal y de hacerlo con atención, mirar a ambos lados sin hablar por teléfono móvil ni distraerse con música en los auriculares.

**¡Atención!**  
Estos veloces vehículos son herramientas muy útiles para nuestra vida. Pero, según el uso que las personas hagamos de ellos, pueden convertirse en instrumentos peligrosos.

Entonces... ¿cuáles son nuestras responsabilidades?

Todos tenemos la obligación de manejarnos con cuidado, de ser conscientes de nuestras responsabilidades... ¡y cumplirlas! A los niños no les toca conducir, pero sí pueden alertar a los conductores que no cumplan las normas. Diles que ponen en riesgo su vida... ¡y la tuya!



## Nuestras responsabilidades

### Responsabilidades de los conductores

- Conducir en un estado óptimo, sin sueño, sin estar nervioso y sin haber consumido alcohol o algún tipo de sustancia que perturbe sus reflejos o su juicio.
- Usar siempre el cinturón de seguridad.
- Conocer bien las señales de tránsito y las normas vigentes, y respetarlas SIEMPRE.
- Mantener su vehículo en un estado óptimo.

### Responsabilidades de los peatones

- Conocer bien las señales de tránsito y las normas vigentes, y respetarlas SIEMPRE.
- Cruzar siempre por las sendas peatonales y no por el medio de la calle.
- Prestar atención por dónde camina o cruza.

### Responsabilidades de los pasajeros

- Utilizar SIEMPRE el cinturón de seguridad.
- No molestar al conductor (ya sea en un vehículo particular o un transporte público).
- Mirar a ambos lados antes de descender de un vehículo.
- Descender siempre del lado de la acera y no en el medio de la calle.



# ¡ASÍ, NO!



¿Sabías que el ser humano es el mayor causante de los accidentes de tránsito? Algunas de las faltas de responsabilidad que cometemos en la vía pública son...

• **Cruzar la calle distraído**, escuchando música, jugando con amigos, leyendo o hablando por el teléfono móvil. Tu distracción puede ocasionar un accidente, puedes salir herido junto a otras personas, conductores, pasajeros o peatones.

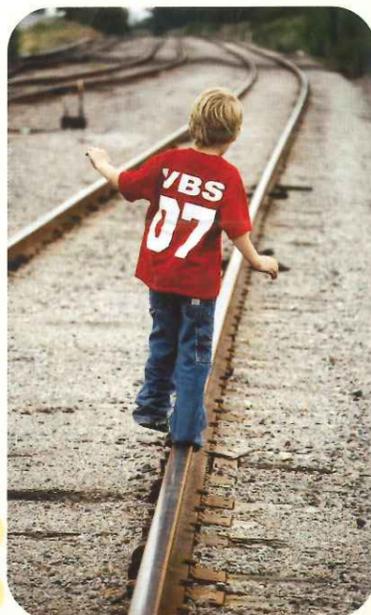
• **Sacar a pasear a tu perro sin correa**. Si algún ruido o movimiento brusco llegara a asustarlo, podría correr hacia cualquier parte, ocasionando trastornos en la vía pública.

• **Cruzar la calle entre dos automóviles estacionados**. A veces, particularidades del terreno podrían desplazarlos y quedarías con las piernas aprisionadas entre ellos.

• **Viajar en el asiento delantero del vehículo, si eres menor de 12 años**. Las posibilidades de salir herido de un accidente son más altas en los asientos delanteros. Por eso, en muchos países prohíben a los niños viajar en ellos.

• **Esperar sobre la acera**. Un vehículo puede aparecer inesperadamente y causar así un accidente verdaderamente innecesario.

• **Distraer a la persona que está conduciendo**, ya sea un automóvil particular o un transporte público. Es de suma importancia que el conductor se mantenga atento a los otros vehículos, a las señales de tránsito y a demás signos viales.



# ¡ASÍ, SÍ!



Los buenos hábitos para transitar por la vía pública son fundamentales, ya que de ellos dependen –muchas veces– nuestra vida y la de quienes nos rodean. Por ello, siempre hay que...

• **Mirar a ambos lados antes de cruzar la calle** y por la senda peatonal. Debes tener en cuenta que incluso una bicicleta que viene a mucha velocidad puede hacerte daño.

• **Utilizar siempre cinturón de seguridad**. No importa si viajas en los asientos delanteros, si eres chofer o pasajero, usar el cinto puede salvar tu vida e incluso evitarte golpes en caso de maniobras bruscas.

• **Controlar que, al subir a un automóvil, las puertas estén correctamente cerradas y trabadas**. Esta precaución resultará importante para evitar que caigas a la acera ante una maniobra brusca.

• **Descender del vehículo siempre del lado de la acera**. Si abres rápidamente la puerta del lado contrario, podrían llevársela por delante, causándote daño a ti y también a quienes viajen en el otro vehículo, más aún si se trata de una persona que viaja en motocicleta o bicicleta.





# Buenos hábitos

## Un viaje en autobús

Contesta las siguientes preguntas. Luego reflexiona sobre las distintas actitudes.



¿Dónde deberían estar esperando el autobús estos jóvenes?  
.....



¿Es correcto ascender o descender del autobús cuando aún no se detuvo?  
.....

¿Por qué? .....



¿Qué podría sucederte si viajas de pie y no te tomas del pasamanos?  
.....

¿Por qué? .....



¿A quiénes debemos cederles el asiento?  
.....

### PARA NO OLVIDAR

Para subirte al autobús debes esperar que esté.....  
porque si está en movimiento puedes.....  
Además, debes dejar que suban primero las mujeres embarazadas, las que llevan  
en sus brazos.....,  
los ancianos y todas aquellas personas que.....

# Textos para reflexionar

## Para cruzar la calle

*No crucéis atolondrados,  
mirad bien a los lados.*

*Si se escapa la pelota  
párate en seco. ¡No cruces!  
Te puedes caer de bruces,  
y en la selva del asfalto  
los tigres son autobuses  
y los leones, autos.*



## ¡Atención!

*Antes de cruzar la calle,  
la marcha hay que detener:  
mirar para ambos lados  
y escuchar a la vez.*

*Primero hay que usar los ojos  
y los oídos también,  
después, recién entonces,  
se pueden usar los pies.*



Marta Ghiglioni



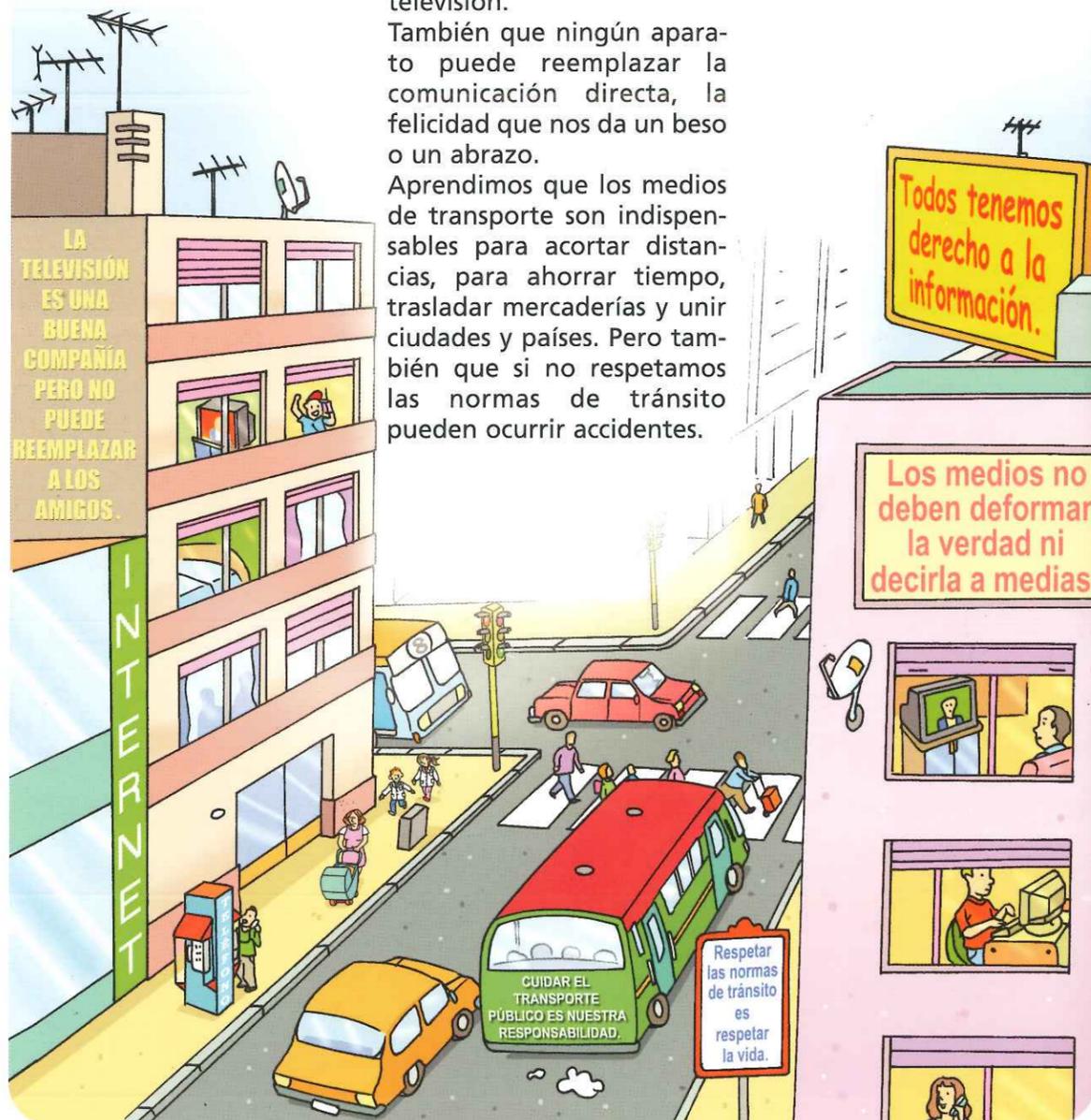
## En resumen

En este capítulo aprendimos que los medios de comunicación son muy importantes, que debemos usarlos y valorarlos, pero no creer que son infalibles y que la única verdad es la que sale en la radio y en la televisión.

También que ningún aparato puede reemplazar la comunicación directa, la felicidad que nos da un beso o un abrazo.

Aprendimos que los medios de transporte son indispensables para acortar distancias, para ahorrar tiempo, trasladar mercaderías y unir ciudades y países. Pero también que si no respetamos las normas de tránsito pueden ocurrir accidentes.

*Repasemos juntos algunas normas que aprendimos*



## BUENOS HÁBITOS PARA CON EL MEDIO AMBIENTE

Los buenos hábitos no sólo son importantes en relación con los otros y con el medio urbano.

También hay que aprender a proteger, respetar y defender la biodiversidad natural.

Es imprescindible que todos colaboremos para cuidar la naturaleza. De las personas depende adoptar buenos hábitos, para que nuestro colorido mundo no se transforme en un oscuro desierto.





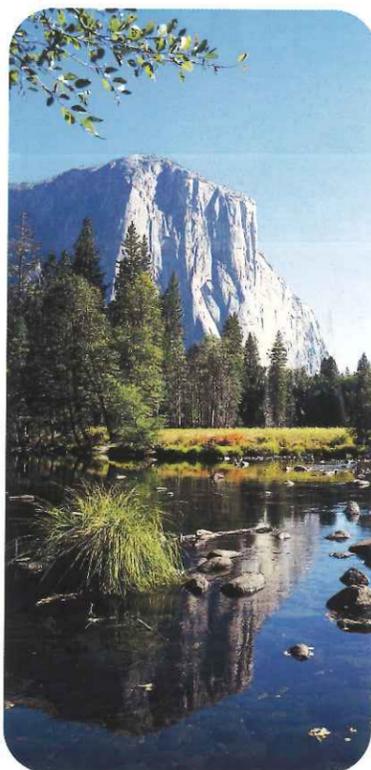
# El medio ambiente

Algunas personas actúan como si el planeta fuera un objeto descartable que puede ser usado hasta agotarse. El desafío para este nuevo milenio es salvar la naturaleza y, para esto, es imprescindible el respeto por la vida... ¿Te animas?

## ¿Qué es el medio ambiente?

Muchas personas sostienen que el medio ambiente es sólo naturaleza. No es verdad. Se trata de un sistema global compuesto por elementos naturales (animales, vegetales, minerales) y artificiales (todas aquellas construcciones humanas que actúan sobre la naturaleza). Es decir... ¡el ambiente es todo lo que nos rodea!

Este sistema está en permanente modificación, debido a causas naturales (como los cambios climáticos) y a las acciones de las personas (como la contaminación o la tala masiva de árboles). Sin embargo, no todos los cambios sobre el ambiente son negativos. Algunos pueden ser positivos, como la plantación de nuevos bosques, o la llegada de la lluvia luego de un tiempo de sequía.



## ¿Por qué cuidar el equilibrio natural?

Los distintos elementos naturales convivieron en total armonía durante muchísimos años. Ningún ser vivo prevalece sobre los otros, ya que todos tienen su función en la red alimenticia, sucesión ordenada de organismos en la que cada uno se alimenta del que le sigue, y así sucesivamente. A veces, la intervención humana rompió el equilibrio natural y las cosas se desordenaron un poco. Por eso es importante informarnos acerca de los nuevos hábitos que podemos adoptar para proteger y reparar a nuestro ambiente.

## ¿Cuál es la importancia de las plantas?

Los vegetales cumplen un papel fundamental en la preservación del medio ambiente, porque aportan el oxígeno necesario para que se desarrolle la vida sobre el planeta.

Durante el siglo XX, los bosques y selvas han disminuido notablemente, debido a la tala irracional e indiscriminada. Cada segundo perdemos, en todo el mundo, una superficie de bosque equivalente a un estadio de fútbol. Entre otras consecuencias, en muchas regiones ha cambiado el clima.



*¿No crees que es hora de cambiar de actitud? Respetar y ampliar los espacios de vida salvaje es una necesidad para que la naturaleza no desaparezca, y un deber de quienes tanto daño le hemos hecho.*

*Cada vez que un árbol se cae, todo nuestro planeta sufre. Cuidar y querer a las plantas y a los árboles es cuidar tu entorno... ¡y a ti mismo! Pues las plantas purifican el aire.*

## ¿Qué pasa con los animales?

Con la acción humana, los espacios para animales han ido reduciéndose y, con ellos, muchas formas de vida. Al punto que hoy, algunas especies están casi extintas y se han convertido en rarezas de zoológicos, museos... o incluso de dibujos o fotografías de libros. Desde pequeños, todos conocemos las historias del lobo feroz, el eterno malvado de los cuentos. Sin embargo, el predador más feroz es el ser humano, ya que es el único animal que caza por otros motivos, además de comer.



# ¡ASÍ, NO!



Todos disfrutamos de un soleado día en el parque, paseando y jugando con nuestra familia y amigos. El contacto con la vida natural es importante para el ser humano, ya que otorga salud y felicidad. Por eso, nunca hay que...



- Permitir que tus mascotas hagan sus necesidades en el césped del parque. Si así lo hacen, recuerda siempre recoger el excremento con una bolsa. El parque es para que todos paseen.
- Cortar la madera de los árboles o arrancar las flores. Las plantas también son seres vivos a las que puedes herir. Si deseas armar un ramillete para obsequiar a alguien especial o decorar la mesa de la cena, puedes elegir las flores que se han caído. Toda la vida vegetal nos proporciona, además, una parte importante del oxígeno que requerimos para vivir.
- Maltratar a los animales que encuentras por las calles, o a tus propias mascotas. Los animalitos son, como dicen, buenos amigos del hombre... ¡pero sólo si nosotros también somos buenos con ellos!
- Despreocuparse del cuidado del ambiente, como si fuera el problema de unos pocos. Nuestro medio es de todos y todos debemos ocuparnos de su protección.
- Arrojar basura en el agua de lagos, ríos o mares. La alteración de los recursos vitales contamina y, a la larga, los daña irremediablemente.



# ¡ASÍ, SÍ!



A pesar de que no todos tenemos la misma responsabilidad en la destrucción de la naturaleza, salvarla es un deber de todos. No vale quedarse de brazos cruzados y esperar a que otros se hagan cargo... ¡hay que emprender acciones ya! Puedes empezar por...

- Valorar la vida natural en todas sus formas. Todos los animales y plantas deben ser apreciados, por su valor como miembros de la red alimenticia.
- Informarse y tomar conciencia sobre los problemas ambientales locales y mundiales, y las acciones que pueden emprenderse para mejorarlos.
- Defender los espacios verdes en la ciudad. Purifican el aire y nos permiten recrearnos en medio del ámbito urbano. Puedes proponer que se destine un espacio de tu escuela para que los niños aprendan a cuidar los árboles.
- Contar a nuestra familia y amigos todo lo que sabemos sobre problemas ambientales. Cuantas más personas se concienticen, mayor será el cuidado del medio.
- Respetar las normas de nuestra familia y nuestra escuela. El mutuo respeto también es importante para no dañar el ambiente en el que vivimos.
- Cuidar a las mascotas. Son los animales que tienes más cerca. Mantenlas limpias, llévalas regularmente al veterinario y sácalas a pasear. ¡No dejes que sólo tus padres se hagan cargo de ellas!

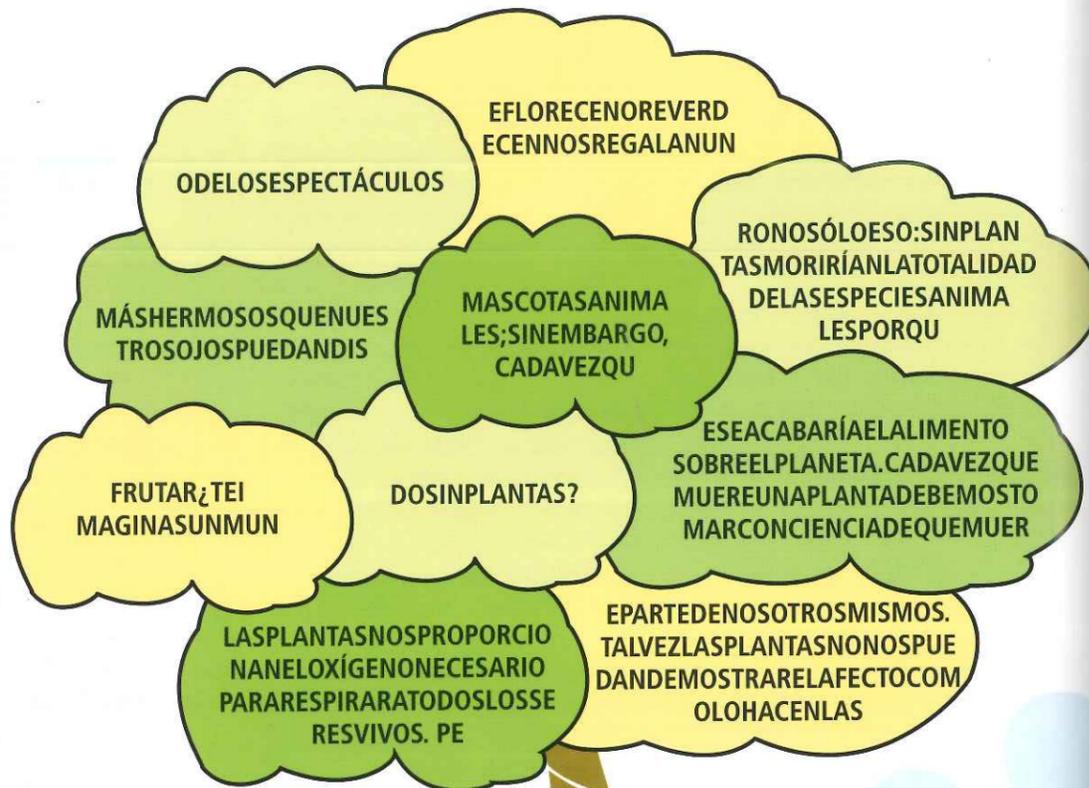




# Buenos hábitos

## Las plantas y el medio ambiente

Aquí tienes un mensaje escrito en varias partes desordenadas y cuyas palabras se unieron.  
¿Te animas a descifrarlo?  
¿Y a difundirlo?



Respuesta



Las plantas nos proporcionan el oxígeno necesario para respirar a todos los seres vivos. Pero no sólo eso: sin plantas morirían la totalidad de las especies animales porque se acabaría el alimento sobre el planeta. Cada vez que muere una planta debemos tomar conciencia de que muere parte de nosotros mismos. Tal vez las plantas no nos puedan demostrar el afecto como lo hacen las mascotas animales; sin embargo, cada vez que florecen o reverdecen, nos regalan uno de los espectáculos más hermosos que nuestros ojos puedan disfrutar. ¿Te imaginas un mundo sin plantas?

# Textos para reflexionar

## El grillo no canta



*El grillo está triste,  
no quiere cantar,  
le falta aire puro  
para respirar.*

*El humo y el ruido  
que hay en la ciudad,  
al pobre grillo  
le hacen mucho mal.*

*Yo quiero que cante  
su linda canción,  
que alegra la noche  
y a mi corazón.*

*Ayudemos todos  
al grillo cantor,  
¡no contaminemos!,  
por fa... ¡por favor!*

Marta Ghiglioni

## ¡Así no juego!

*No quiero seguir jugando  
entre el humo y el esmog,  
entre ruidos de bocina  
y escapes de motor.*

*No quiero seguir jugando  
si nadie cumple el deber  
de cuidar lo que es de todos  
y de hacer lo que hay que hacer.*

Marta Ghiglioni





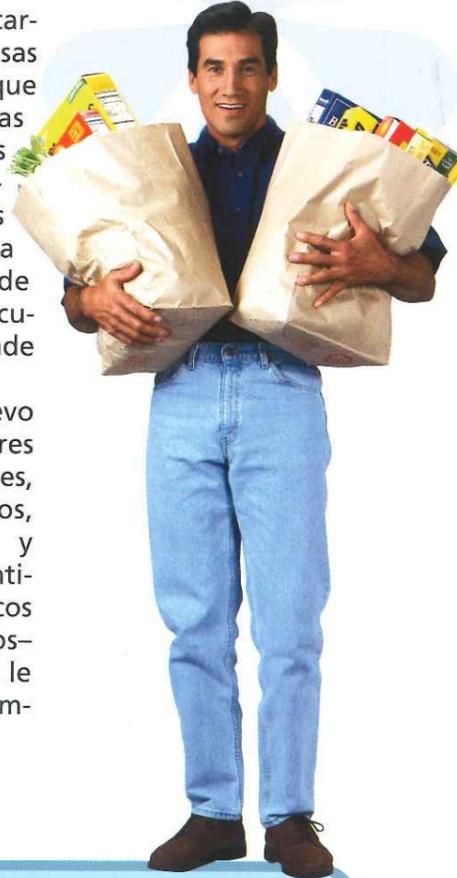
# Consumo responsable

La cultura de lo "descartable" se ha diseminado rápidamente. Y ya no queda espacio donde poner tanta basura. Abusamos de los recursos naturales, que comienzan a agotarse. No todos tenemos la misma responsabilidad en la destrucción de la naturaleza, pero todos tenemos en nuestras manos acciones para salvarla.

## ¿Qué es la cultura de lo descartable?

La cultura de lo descartable hace que las cosas duren poco tiempo y que debamos reemplazarlas continuamente por otras más avanzadas tecnológicamente, o con diseños más modernos. Por eso, la basura, ese montón de objetos descartados, se acumula... ¡Y el lugar donde ponerla se acaba!

La importancia de lo nuevo hace que nuestros hogares se invadan, muchas veces, de artículos innecesarios, que vienen embolsados y empaquetados. Así, la cantidad de residuos inorgánicos —en su mayoría plásticos— aumenta y a la naturaleza le lleva miles de años descomponerlos y asimilarlos.

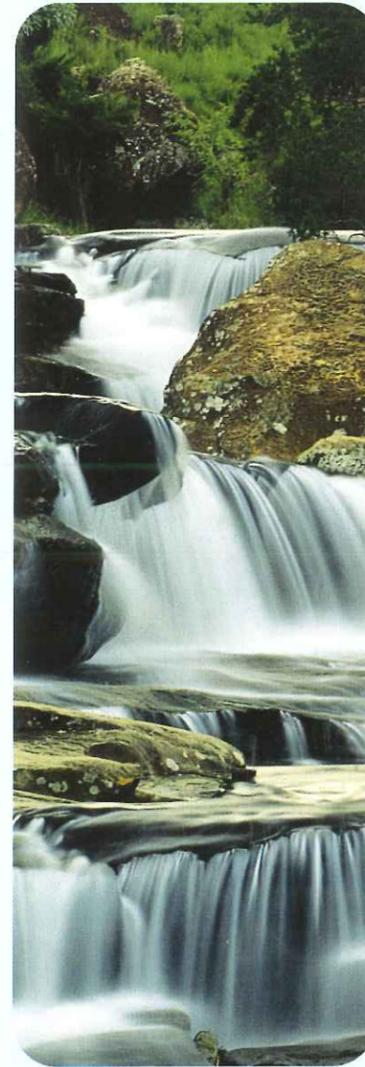


Desde 1960 a la actualidad se ha producido más basura que la que se había creado desde el origen de la humanidad hasta dicho año.

## ¿Cómo disminuir la acumulación de basura?

El reciclado es una alternativa posible. Para ello, es muy conveniente separar los residuos orgánicos, los plásticos, vidrios, aceites y metales. De esta forma, pueden reaprovecharse aquellos materiales que arruinan la naturaleza y, a la vez, evitar su acumulación. Y los desperdicios orgánicos, como restos de comida, madera y papel, pueden ser devueltos al suelo para enriquecerlo. La fabricación de *compost*, por ejemplo, puede ser un buen proyecto para emprender con tu familia y amigos. Se trata de un fertilizante natural que aprovecha los nutrientes de nuestros residuos para convertirlos en alimento para organismos descomponedores e, indirectamente, para las plantas.

Si todos reciclamos, tendremos un mundo más limpio y sano.



## ¿Sabes cómo cuidar el agua?

El agua es un elemento fundamental para la vida. Por eso, desde tiempos remotos los seres humanos han construido sus ciudades a orillas de los ríos ya que, de otra manera, no hubieran podido subsistir. Tras miles de años de civilización, este recurso —que parecía inagotable— ha comenzado a colapsar, debido a la creciente contaminación y a su uso irracional. Por otra parte, el filtrado y la potabilización de las aguas resulta cada día más costoso, a la vez que disminuye su calidad.

Es imprescindible tomar conciencia de la necesidad de **asumir una conducta responsable**, en favor de una ecología doméstica relacionada con el **consumo racional de agua**. Por ello, intenta **evitar el desperdicio**, por ejemplo, duchándote en lugar de tomando baños de inmersión.

## ¿El aire puede acabarse?

A simple vista, quizás podría creerse que si hay algo que abunda en nuestro planeta es el aire. Sin embargo, año tras año se torna más irrespirable. Las grandes ciudades, con millones de vehículos, grandes chimeneas y avances permanentes sobre sus espacios verdes, van pareciéndose a gigantescas cámaras de gases nocivos. En muchas ciudades del mundo, el esmog provoca afecciones respiratorias y oculares.

Asimismo, los espacios verdes y muchos elementos naturales del paisaje urbano (como los árboles) son indispensables para la salud del medio ambiente, ya que purifican el aire. Cortar las ramas de los árboles, dañar el césped, apedrear a los pájaros o matar pequeños insectos inofensivos, son acciones que atentan contra el propio ser humano.

**Veamos por la preservación del aire** que todos respiramos. Podemos **disminuir el uso de aerosoles y materiales plásticos** que lastiman a nuestro medio... ¡Adelante!





# ¡ASÍ, NO!



La vida en comunidad requiere que todos podamos confiar en las responsabilidades de los demás, desde el niño más pequeño a los dirigentes de cada nación. Cada uno a su medida, todos debemos ocuparnos de aquello que podemos hacer para proteger la Tierra.

Por eso, como niño puedes evitar:



• **Tomar largos baños de inmersión.** Es un inconveniente desperdicio de agua, cuando quienes los toman son niños y adultos que pueden reemplazarlos por duchas más breves. Por eso, también es conveniente evitar que el agua corra mientras pasamos el jabón a la vajilla o al automóvil, o nos lavamos los dientes. Siempre recuerda que el agua es un tesoro de todos.

• **Encender fuego cerca de árboles y plantas.** Esta acción podría provocar importantes consecuencias, lastimándote tú mismo o al área verde en la que te encuentras.

• **Tirar basura en las aceras, parques u otros ambientes públicos.** Ensuciar tu ciudad no sólo daña la imagen de ésta, sino también la salud de sus habitantes: tu familia, tus amigos... ¡y tú mismo!

• **Escuchar música a volúmenes altísimos.** La contaminación sonora también existe. Además, en muchas ocasiones resulta descortés con las personas que viven junto a ti.

• **Abandonar las pilas usadas en cualquier sitio,** ya que poseen productos químicos que pueden contaminar las tierras y las aguas durante años.



# ¡ASÍ, SÍ!



Debemos amar a nuestro mundo, cuidarlo y respetarlo. Recuerda que no es nuestro, sólo nos lo han prestado, y hay que protegerlo para las generaciones futuras. Entonces, ¡adelante! Te proponemos empezar por...

• **Reciclar la basura.** Puedes dividirla en residuos orgánicos e inorgánicos y convertir el cuidado del medio ambiente en una actividad familiar.

• **Colaborar con la limpieza** de tu casa, tu vecindario, tu escuela. Un ambiente limpio es un ambiente sano. Además, la mutua ayuda entre miembros de una misma familia o vecindario es una forma de respeto. Y la vida con respeto y armonía... ¡mejora el medio en el que habitamos!

• **Sembrar árboles y plantas.** Generan el oxígeno necesario para la vida humana y, como valor agregado, dan color y alegría al entorno familiar.

• **Aprovechar la luz natural.** ¡Abre las ventanas durante el día! Así disminuirás el consumo de energía, disfrutando a la vez del maravilloso espectáculo de la vida iluminada por el brillante sol.

• **Evitar el uso innecesario de aerosoles.** Son altamente contaminantes y, en muchas ocasiones, pueden ser reemplazados por sustancias más naturales e incluso de menor valor.

• **Organizar campañas de cuidado del ambiente en tu escuela o ciudad.** Los niños y jóvenes pueden despertar la conciencia ecológica de los adultos, que muchas veces está "dormida". Enséñales la importancia de cuidar este planeta, para que perdure por generaciones... ¿Te animas al desafío?





# Buenos hábitos

## Test Ecológico

Elige A, B o C. ¿Estás cuidando el medio ambiente? ¿Cómo puedes proteger responsablemente los recursos naturales?

### 1. Cuando escuchas el grifo del agua abierto (en tu hogar o en otro sitio)...

- A) ... dejas que el agua corra.
- B) ... dejas el grifo abierto hasta que terminas de hacer tus cosas y luego lo cierras.
- C) ... cierras el grifo inmediatamente.

### 2. Cuando ves basura tirada en la calle...

- A) ... no le prestas atención: estás acostumbrado a verla.
- B) ... la observas, pero sigues tu camino.
- C) ... te enojas con los vecinos que no cuidan el ambiente.

### 3. Cuando sales de alguna habitación por largo rato...

- A) ... apagas la luz.
- B) ... la dejas encendida, pensando que no vas a tardar mucho en regresar.
- C) ... no prestas atención al estado de la luz. Encendida o apagada, no importa.

### 4. Cuando te vas a dormir...

- A) ... enciendes la radio, la televisión, el ventilador, el aire acondicionado o algún objeto que necesitas para dormir más cómodo.
- B) ... enciendes alguno de los anteriores objetos pero los dejas programados un tiempo hasta dormir.

- C) ... procuras no encender nada y prefieres abrir la ventana o el silencio.

### 5. Cuando te encuentras en un espacio público y necesitas tirar algo...

- A) ... buscas un cesto para tirarlo allí.
- B) ... lo guardas en tu bolsa hasta llegar a casa.
- C) ... lo tiras en la calle cuando nadie te ve.



# Textos para reflexionar

## Cuidemos al planeta

¿Cuánto vale la Tierra para ti?  
Para nosotros, la Tierra vale un pequeño esfuerzo extra cada día.

¿Sabías que...

... la energía ahorrada en el reciclado del aluminio puede mantener encendida tu TV por 3 horas?

... cuando reciclas una botella de vidrio estás ahorrando la energía que se usa para encender un foco de 100 watts por 4 horas?

... el estaño tarda cerca de 100 años en degradarse?  
¿Y el aluminio, 500 años y el vidrio 1.000.000 de años?

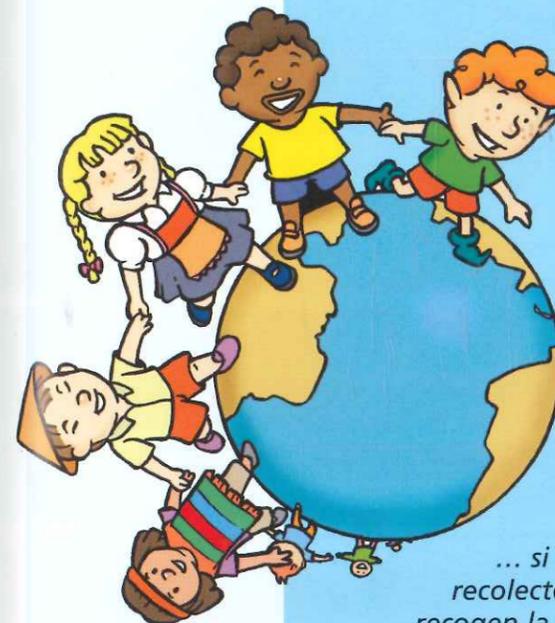
... si se reciclara el papel que se consume promedio, cada persona salvaría 416 árboles de gran tamaño por año?

... si colocamos en línea los camiones recolectores de basura que diariamente recogen la misma en Estados Unidos, podríamos llegar a la mitad de la distancia entre la Luna y la Tierra?

... si cada uno de nosotros hace su parte en el reciclado podemos hacer una gran diferencia?

La Tierra debe existir para nuestros nietos y los nietos de nuestros nietos. Está en nuestras manos lograr que así sea.

**TÚ PUEDES HACER LA DIFERENCIA...**  
¡Si todos los niños del mundo aprenden a cuidar el planeta, la Tierra puede salvarse!





# MENSAJES AL VIENTO

(CUENTO)

El viento ya no es el que fue. ¿Quieres saber por qué?



**E**sto que les voy a contar no es invento ni puro cuento, sólo es la historia de un viento que cambió con el paso del tiempo. Espuma era una nube que de joven trabajaba como secretaria del señor Aire, Jefe Supremo del Cielo. Era una especie de mensajera y cumplía diariamente con los recados. Además, se llevaba muy bien con sus compañeros de oficio, los nubarrones y los pajaritos. Pero el empleado más dinámico y eficaz era el señor Viento. Él nunca faltaba cuando le tocaba trabajar, aunque no trabajaba todos los días, sino de vez en cuando, por ratitos o ratotes... Según,

porque si había muchas cartas en su buzón pidiendo que trabajara, él cumplía horas extras. ¿Y saben quiénes le escribían mensajes al viento? Niños como ustedes, pidiéndole que soplara y soplara cada vez más fuerte, para que sus barriletes, cometas y papolotes se elevaran como pajaritos y recorrieran la ciudad... Para que sus avioncitos de papel rápidamente remontaran vuelo... Para que los molinetes giraran y giraran sin parar... Para que jugando se les despeinara el cabello y tuvieran que correr y revolcarse por el pasto buscando sus sombreros. Por suerte, el señor Viento era

tan bueno que jamás se negaba ante estos tiernos pedidos y, con aire puro y limpio, se disponía a trabajar. Soplabaa, soplabaa y soplabaaaa, y no dejaba de hacerlo, hasta que conseguía que el señor Aire se moviera y bailara junto a él. Cuando esto pasaba, en el cielo se armaba una gran fiesta... ¡hasta las nubes se sacudían de contentas! Entonces, todos los niños de la Tierra saltaban de felicidad agradeciéndole a su amigo todo su esfuerzo.

—¡Señor Viento! ¡Señor Viento! ¡Gracias! —gritaban todos juntos esperando que él desde allá arriba los escuchara. ¡Qué feliz se sentía

señor Viento con tan cálido premio! "Trabajar así... ¡sí que vale la pena!", pensaba él. Pero... lamentablemente, con el paso del tiempo, muchas cosas cambiaron. Con el auge de los automóviles, los autobuses y las motocicletas, junto con las fábricas, las industrias y todo lo que las grandes ciudades y la vida moderna representan, llegó la contaminación. Hoy, Aire ya no es el mismo y Viento tampoco se ve igual. Quien había sido el mejor amigo de los niños, limpio, puro y sano, se había convertido en un nubarrón negro aplastante. Ya no lo llamaban señor Viento: lo habían rebautizado como "Señor

Esmog", una palabra extraña que a muchos asusta pronunciarla, temiendo quedar encantados por el hechizo de las cuatro macabras letras. Ante tantos cambios, señor Viento (todavía insistió en llamarlo así, porque guardo entre mis recuerdos la imagen de aquel viento que de pequeña me hacía reír) se desesperó, entristeció y enmudeció... Y como el dolor era tan fuerte, se sintió destruido. Su corazón no lo pudo soportar y se partió en mil pedazos. El pedazo más grande, valiente y decidido, conservaba aún la firmeza y el empuje de aquel viento que conocí. Decidió irse a soplar a otra parte donde

aún siguieran llamándolo "señor Viento". Silbando bajito, se marchó... En el campo se instaló y prosperó. Los pedacitos volvieron a unirse para soplar juntos. Entonces, señor Viento volvió a trabajar —como siempre, tan cumplidor— sin rezongar ni quejarse. Pero yo, que lo conocí en su esplendor, les aseguro que nunca más volvió a soplar con las mismas ganas que en aquel tiempo. Nunca más volvió a formarse en su cara una sonrisa llena de nubes.

María Luján Barone

Ilustración: Damián Zain



# En resumen

En este capítulo aprendimos la importancia de proteger y defender nuestro medio, junto a la vida natural en todas sus formas. Las acciones de los adultos han provocado más de una herida a nuestro planeta, pero como niño puedes asumir actitudes de compromiso con el cuidado del ambiente. Incorpora y pon en práctica los consejos de este libro. Difúndelos entre tus amigos y... ¡salvemos juntos el medio ambiente!



Recordemos juntos algunos conceptos de este capítulo.



# Carrera vial

Antes de empezar a jugar, deben conseguir un dado y una ficha por participante (botones, monedas) o algún otro objeto pequeño.

1. Todos los participantes lanzan el dado. Quien saque el número más alto será el primero en jugar. Luego, la ronda seguirá según las agujas del reloj.

2. Antes de comenzar el juego, los participantes deben observar las señales viales de la siguiente página, a fin de intentar recordarlas durante el partido.

3. En su turno, cada participante avanzará tantos casilleros como le indique el dado.

Entonces:

- A. Si cae en una casilla común, será el turno del siguiente jugador.
- B. Si cae en una casilla BUENOS HÁBITOS VIALES deberá seguir las instrucciones que correspondan en función del icono. Luego, será el turno del siguiente jugador.
- C. Si cae en una casilla con una SEÑAL VIAL, el participante deberá explicar su significado. Si lo hace correctamente, será el turno del siguiente jugador. Si no recuerda cuál es el significado de la señal, o enuncia uno errado, perderá el siguiente turno. Luego, lanzará los dados el jugador al que le corresponda.

4. El jugador que alcance primero la meta, con los movimientos exactos según lo que le indique el dado, será el... ¡CAMPEÓN VIAL!



## BUENOS HÁBITOS VIALES



Vas en tu bicicleta y cruzas con el semáforo en color rojo. Retrocedes dos casilleros.



Evitas que tu hermana pequeña tenga un accidente. Vuelves a tirar el dado.



Subes al autobús en movimiento. Pierdes un turno.



Nunca olvidas colocarte el cinto de seguridad. Avanzas tres casilleros.



Desciendes del vehículo por la acera. Retrocedes tantos casilleros como acabas de avanzar.



Miras a ambos lados antes de cruzar. ¡Bien hecho! Vuelves a tirar el dado.



Te proteges al viajar en un vehículo. Avanzas tres casilleros.



Cruzas sin atención. Retrocedes a la señal "Pase" y explicas qué significa.

## SEÑALES VIALES



No se debe estacionar.



En este carril sólo pueden transitar vehículos de transporte público.



No se debe estacionar ni detenerse.



No se debe hacer sonar la bocina.



No está permitido el tránsito de bicicletas.



Detenerse ante la señal.



Durante un trayecto, ésta es la velocidad máxima para circular.



Durante un trayecto, ésta es la velocidad mínima para circular.



Aquí se puede estacionar.