



COLEGIO SIMÓN BOLÍVAR

Formar para construir un mundo fraterno



LA VOZ DE ASÍS

CSB

• ENERO 2026 •





ÍNDICE

01

EDITORIAL

02

APRENDER A APRENDER

03

CAMINANDO JUNTOS

05

CARISMA, VIDA Y VOCACIÓN

06

LOS MAESTROS

07

EMILIO DICE

08

ENTRE PADRES Y MADRES DE FAMILIA SPF

09

GUBBIO DICE

11

VALORES CSB



EDITORIAL



¡PAZ Y BIEN!

Inicia un nuevo año y con él renovamos nuestro compromiso como comunidad educativa franciscana. En este tiempo especial, celebramos los 800 años del tránsito de San Francisco de Asís, recordando su paso lleno de amor, sencillez y entrega total a Dios y a los demás. Que su testimonio nos inspire a comenzar este año con esperanza, gratitud y el deseo profundo de vivir en paz, promoviendo la fraternidad, el cuidado de la creación y el servicio en cada una de nuestras acciones cotidianas.



APRENDER A APRENDER

CÓMO CONSTRUIR HÁBITOS POSITIVOS PARA EL AÑO NUEVO

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA JARDÍN DE NIÑOS PSIC. ALEJANDRA HERNÁNDEZ



Para construir hábitos positivos, se deben establecer metas pequeñas y concretas, hacer cambios que sean fáciles de realizar y poder tomar decisiones que ayuden a ser más consistente. Es importante definir objetivos específicos, utilizando recordatorios visuales y planificar con anticipación para lograr el éxito a largo plazo.

Se debe empezar por hábitos pequeños, estos deben ser sencillos como por ejemplo “hacer ejercicio diario 1 hora”, empieza con 10 minutos.

Definir el objetivo debe ser claro y alcanzable haciéndote la pregunta ¿Que quiero lograr exactamente?, un objetivo es más fácil de cumplir cuando es:

- ✓ Específico
- ✓ Medible
- ✓ Realista
- ✓ Con tiempo

Usar recordatorios visuales ayuda mucho por que influye en tu entorno como, por ejemplo: deja tu botella de agua a la vista es un hábito de hidratación, pon post-its motivadores en lugares visibles.

Conecta tu hábito con algo que ya haces, así estaremos apilando una acción ya que se va ir uniendo un hábito nuevo por que la acción que ya se hacia la recordaremos inmediatamente.

Hagamos esto más fácil quitemos de nuestra mente un obstáculo para que el hábito sea más sencillo, por ejemplo, si quieres comer mejor deja la fruta lavada y lista, si quieres hacer ejercicio ten tu ropa preparada desde la noche anterior.


Haz un registro de tus avances para que así se marques tus logros y eso te mantendrá motivado puedes usar: calendario de hábitos, aplicaciones, checklist en tu libreta o celular verlos te recuerda que si puedes. Recuerda que los hábitos se ajustan, no se abandonan.





CAMINANDO JUNTOS

*ESCUELA PARA PADRES: CULTURA VOCACIONAL Y
PROYECTO PERSONAL DE VIDA
CON LA DRA. MARVEYA VILLALOBOS*



La verdadera felicidad se refleja en la alegría de construir un proyecto personal de vida con sentido y trascendencia. La vocación es un llamado a la vida, presente en cualquier estado que elijamos, y se descubre a través de la reflexión interior y la gratitud cotidiana por lo que somos y tenemos.

El proyecto personal de vida implica planear y proyectar el futuro, respondiendo preguntas esenciales: qué hago, para qué lo hago y cómo lo hago. Se trata de una planeación prospectiva, donde cada persona se proyecta a cinco años y traza metas en armonía con su espiritualidad, identidad y misión personal, definiendo el tipo de persona que desea llegar a ser.

Este camino nos brinda la oportunidad de reinventarnos día a día, buscando fines educativos que ayuden a descubrir la vocación, fortaleciendo la sociabilidad, y asumiendo la misión universal de ser buenas personas.

La vocación se concreta en diferentes dimensiones: en lo personal, al trabajar en el desarrollo propio; en lo familiar, al asumir roles como madre, padre o hijo con responsabilidad; en lo social, al aportar al bien común; y en lo institucional, al vivir con compromiso en los espacios donde nos formamos y trabajamos.

El objetivo de generar un proyecto personal de vida es acompañar a cada persona en el descubrimiento de su misión, de modo que logre integrar sus talentos, valores y sueños en un camino de plenitud y servicio. En definitiva, todos estamos llamados a vivir una vida buena, consciente y orientada hacia el amor, la fraternidad y la realización plena.





CALENDARIO

*ESCUELA PARA PADRES: CULTURA VOCACIONAL Y
PROYECTO PERSONAL DE VIDA
CON LA DRA. MARVEYA VILLALOBOS*



FEBRERO 2026

Martes 24

Formación: persona e identidad

Jueves 26

Formación: persona e identidad

Martes

17:30 a 19:00 horas

Preescolar y Primaria Baja

MARZO 2026

Martes 17

Valores y virtudes: vida buena

Jueves 19

Valores y virtudes: vida buena

Martes

19:00 a 20:30 horas

Primaria Alta

MAYO 2026

Martes 19

Gratitud

Jueves 21

Gratitud

Jueves

17:30 a 19:00 horas

Secundaria

Jueves

19:00 a 20:30 horas

Preparatoria

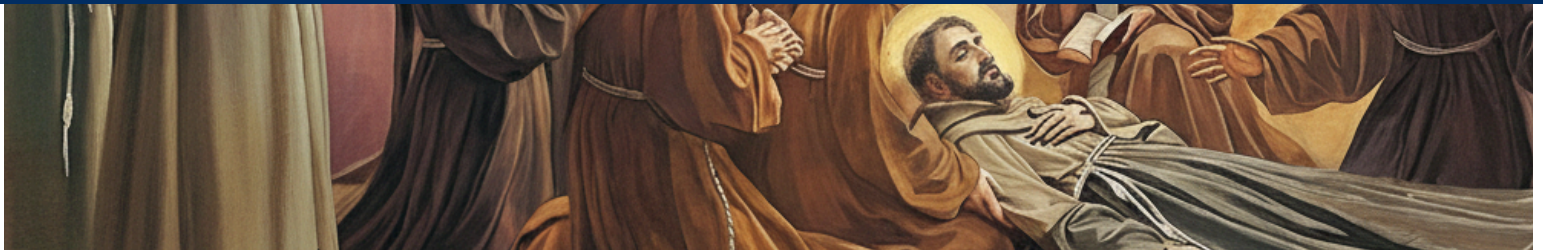


CARISMA, VIDA Y VOCACIÓN

AÑO DE SAN FRANCISCO DE ASÍS

DEPARTAMENTO DE PASTORAL

HNO. RUBÉN ACUÑA, SFIC.



Hace ochocientos años, Francisco de Asís dejaba este mundo. Pero la semilla que había plantado sigue germinando. Hoy nos recuerda que cada día es una oportunidad para empezar de nuevo, para renovar nuestra respuesta al llamado del Señor, que nos envía al mundo entero como hermanos y hermanas para dar testimonio de Él con palabras y con obras, para atraer a todos al amor de Dios (cf. Paráfrasis del padre- nuestro 5). Es también una ocasión para recordar que todos estamos llamados a la santidad y que, como él, estamos invitados a reflejar la belleza del Evangelio y de nuestra vocación franciscana, porque «la santidad es el rostro más bello de la Iglesia» (Gaudete et exsultate 9).

Celebrar el 800 aniversario de la Pascua de Francisco de Asís es una invitación a contemplar nuestra historia personal y la de nuestra Familia Franciscana con una mirada de fe, que sepa percibir la presencia y la acción divina en todo, incluso en las situaciones difíciles y dramáticas que hemos vivido o que nos toca vivir en el tiempo presente.

Es una oportunidad para dar gracias a Dios por todos los dones que nos ha concedido, en particular por el don de Francisco de Asís y su experiencia evangélica, que se ha convertido en un carisma articulado en varios matices de seguimiento y apostolado, y que todavía hoy tiene la fuerza para interpelar a mujeres y hombres de todas las culturas, dentro y fuera de la Iglesia católica.

Fuente: Orden de Frailes Menores

El Santo Padre el Papa León XIV ha decretado el año jubilar de San Francisco de Asís, esta gracia será vivida intensamente y con júbilo por todos los hijos del bienaventurado padre, el año de gracia a iniciado el 10 de enero y concluirá el 10 de enero del 2027.

Indulgencia plenaria. A Todos los miembros de la Familia franciscana y a todos los fieles que con devoción peregrinen a cualquier iglesia conventual franciscana o templo dedicado a San Francisco de Asís.



Del 22 de febrero al 22 de marzo, será por primera vez en 800 años expuesto el cuerpo de San Francisco a la veneración pública en su basílica de Asís.

¡Vivamos con gran alegría este año dedicado a nuestro hermano Francisco!



LOS MAESTROS

DÍA INTERNATIONAL DE LA EDUCACIÓN

DOCENTE DE JARDÍN DE NIÑOS KARINA GALICIA



Celebrado cada 24 de enero, es una fecha proclamada por la Asamblea General de las Naciones Unidas para concienciar sobre el papel crucial que desempeña la educación en la paz, el desarrollo y el bienestar global.

La educación no es solo un proceso de aprendizaje académico, sino el cimiento sobre el cual se construyen sociedades estables y prósperas. Aquí te detallo su impacto en tres pilares fundamentales:

1. Educación para la Paz: "Construir defensas en la mente"

La UNESCO afirma que la paz empieza en la mente de las personas. La educación fomenta la:

- Resolución de Conflictos: Enseña herramientas de diálogo y negociación para evitar el uso de la violencia.
- Tolerancia y Empatía: Al exponer a los estudiantes a diversas culturas e ideas, se reducen los prejuicios y el discurso de odio.
- Cultura de Derechos: Forma ciudadanos conscientes de sus derechos y respetuosos de los ajenos, base de una convivencia pacífica.

2. Educación para el Desarrollo: El motor económico

Un país con una población educada tiene una economía más fuerte y resiliente:

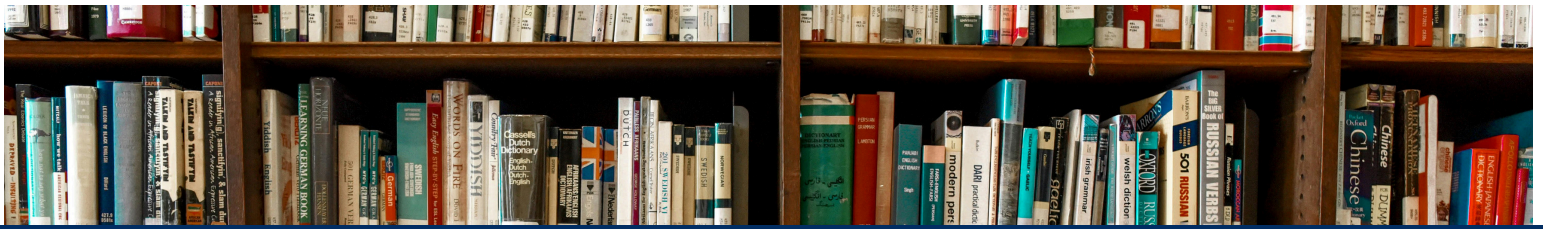
- Reducción de la Pobreza: Cada año adicional de escolaridad aumenta los ingresos individuales en aproximadamente un 10%.
- Innovación: El conocimiento técnico y científico permite crear soluciones sostenibles a problemas globales (energía, agricultura, tecnología).
- Instituciones Sólidas: Ciudadanos educados participan más activamente en la democracia y exigen mayor transparencia, lo que combate la corrupción.

3. Educación para el Bienestar Global: Salud y Calidad de Vida

La educación tiene un efecto directo en la supervivencia y la salud:

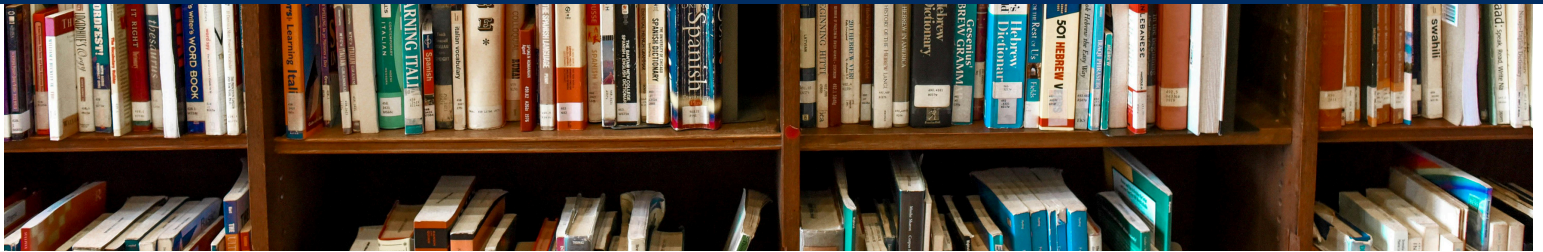
- Salud Materna e Infantil: Las madres con educación tienen hijos con tasas de supervivencia y nutrición significativamente más altas.
- Prevención: Facilita la comprensión de hábitos higiénicos, prevención de enfermedades (como el VIH o la malaria) y el cuidado del medio ambiente.
- Empoderamiento: Brinda a las personas la habilidad necesaria para tomar decisiones informadas sobre sus vidas y cuerpos.

En resumen: La educación es la herramienta más efectiva para prevenir guerras, erradicar la pobreza y garantizar que cada ser humano alcance su máximo potencial.



EMILIO DICE

LIBROS PARA INICIAR CON INSPIRACIÓN EL AÑO
BIBLIOTECA ELENA CHICO



Iniciar un nuevo año siempre despierta en nosotros el deseo de cambio, de renovación personal: es un punto de partida, un “comenzar desde cero” que nos invita a mejorar hábitos, cuidar nuestra salud, impulsar la productividad o transformar nuestros hábitos.

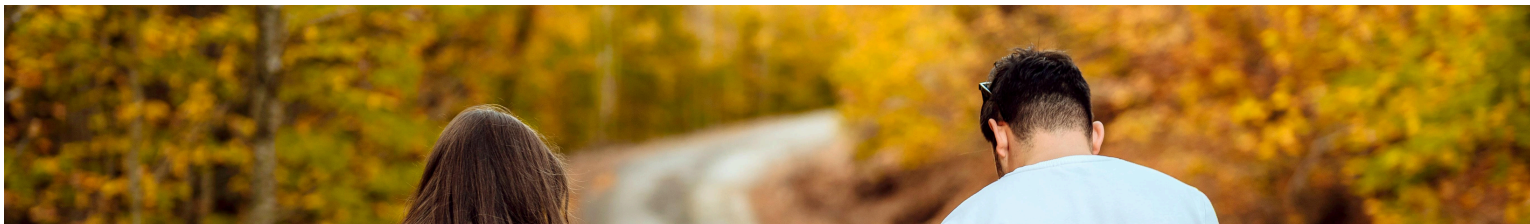
Un nuevo año, es la oportunidad perfecta para convertirnos en buenos alumnos, buenos profesionistas, buenos amigos y así fortalecer nuestro bienestar para ser día a día mejores personas.

Por eso, nada mejor que elegir libros que nos acompañen durante este proceso de mejora continua, que nos ayuden a transformar nuestra perspectiva y nos motiven a seguir adelante con fuerza para realizar esos cambios que queremos.

Aquí te presentamos algunos libros que te ayudarán a comenzar el año con propósito y entusiasmo:

- "Hábitos Atómicos" de James Clear
- "Los Cuatro Acuerdos" de Miguel Ruiz
- "Cómo hacer que te pasen cosas buenas" de Marian Rojas
- "Sapiens: de animales a dioses" de Yuval Noah Harari
- "El hombre en busca de sentido" de Viktor Frankl

Estos libros no solo entretienen, sino que también educan y guían para afrontar los desafíos de este nuevo año con motivación y perspectiva.



ENTRE MADRES Y PADRES DE FAMILIA

*EL ORIGEN DE LOS VALORES
SOCIEDAD DE PADRES DE FAMILIA*



NUESTRA CASA COMO PRIMERA ESCUELA DE VALORES

Como madres y padres de familia, sabemos que la educación de nuestros hijos no comienza en las aulas, sino en casa. Es en el hogar donde se dan las primeras palabras, los primeros gestos de amor, las primeras normas y también los primeros ejemplos que marcarán su manera de ver y de vivir el mundo. Nuestra casa es, sin duda, la primera escuela de valores.

En el día a día, muchas veces sin darnos cuenta, enseñamos más con nuestras acciones que con nuestras palabras. Cuando nuestros hijos observan cómo nos dirigimos a los demás, cómo resolvemos los conflictos, cómo mostramos respeto, solidaridad o paciencia, están aprendiendo lecciones que los acompañarán toda la vida. Valores como la honestidad, la responsabilidad, la empatía y el respeto no se imponen: se viven, se comparten y se modelan en el entorno familiar.

Como padres, entendemos que educar en valores no siempre es sencillo.

Implica tiempo, coherencia y, sobre todo, constancia. Significa escuchar, dialogar y corregir con amor. Significa también reconocer nuestros errores y enseñar que equivocarse es parte del crecimiento. En casa se aprende a pedir perdón, a agradecer, a compartir y a pensar en el bien común.

El hogar es también el espacio donde se siembra la fe, la esperanza y el amor por la vida. Desde una perspectiva franciscana, aprendemos a valorar la sencillez, la fraternidad y el cuidado de la creación. Enseñamos a nuestros hijos a respetar la naturaleza, a cuidar lo que se nos ha confiado y a vivir con gratitud por cada bendición recibida.

Agradecemos profundamente la labor del Colegio, que acompaña y fortalece lo que inicia en casa. Sabemos que la educación es una tarea compartida entre familia y escuela, y cuando caminamos juntos, nuestros hijos crecen con raíces firmes y un corazón dispuesto a construir un mundo mejor.



GUBBIO DICE

VALOR DEL MES RESPONSABILIDAD



**“LA RESPONSABILIDAD
ES CUMPLIR CON AMOR
AQUELLO QUE SE NOS
HA CONFIADO”**



La Responsabilidad

En nuestro colegio, Gubbio, nuestra querida mascota, nos acompaña no solo como un símbolo de alegría, sino también como un recordatorio constante de los valores que fortalecen nuestra comunidad. Inspirado en el espíritu franciscano, Gubbio nos invita este mes a reflexionar y vivir el valor de la responsabilidad, un pilar fundamental en la formación de nuestros estudiantes.

Ser responsables significa asumir con compromiso nuestras tareas diarias, cumplir con nuestros deberes y responder por nuestras acciones, en nuestra vida diaria. Gubbio nos enseña que la responsabilidad no es una carga, sino una oportunidad para crecer, para demostrar respeto por nosotros mismos y por los demás, y para construir confianza en nuestra comunidad.

Desde las actividades académicas hasta el cuidado de los espacios comunes, la responsabilidad se manifiesta en pequeños actos cotidianos: llegar puntuales, entregar trabajos a tiempo, cuidar el material escolar, respetar las normas y ayudar a quienes nos rodean. Así como Gubbio representa la armonía y el equilibrio, este valor nos ayuda a vivir en paz y orden, conscientes de que cada acción tiene un impacto.

En el espíritu de San Francisco de Asís, aprender a ser responsables también implica cuidar la creación, respetar la naturaleza y valorar los recursos que se nos han confiado. La responsabilidad nos forma como personas comprometidas con el bien común y con la construcción de un mundo más fraterno.



VALORES CSB

CÓMO SE VIVE LA RESPONSABILIDAD EN FAMILIA POR: LA FAMILIA QUINTERO GARCÍA

Se vive a través de acciones y tareas cotidianas que nos ayudan a mantener la convivencia, el respeto y el bienestar de toda la familia.

Se cumplen con tareas cotidianas que cada integrante de la familia tiene. Por ejemplo:

Los niños recogen sus juguetes, su ropa y sus zapatos en un lugar que este asignado para cada cosa.

Mamá se encarga de supervisar y tener todo aquello que se necesita para el hogar, como:

Pagar la colegiatura de la escuela y los servicios. Llevar los niños al colegio.

Que sean responsables los niños como los papás. Cumplir las promesas que se llegan a hacer con los integrantes. Cuidar la integridad de cada uno de los integrantes de la familia.

Dar buenos ejemplos con acciones como:

Llegar a tiempo a la escuela, cita con el doctor, etc. Enseñarlos a resolver problemas dentro de la familia como alrededor de la familia para que los niños también lo hagan.

La toma de decisiones es un ejemplo para que ellos también lo hagan.

Tener límites y reglas entre los integrantes de la familia.

Apoyar con la limpieza de la casa, teniendo ordenadas sus cosas.

Tirar la basura en el cesto de basura.

Colocar la ropa sucia en el cesto de ropa sucia.

Cuidar el ambiente del hogar y Llegar a tiempo



**FORMAR
PARA
CONSTRUIR
UN MUNDO
FRATERO**

COLEGIO SIMÓN BOLÍVAR

**WWW.CSB.EDU.MX
RÍO MIXCOAC #125,
COL. INSURGENTES MIXCOAC,
BENITO JUÁREZ, 03920
CIUDAD DE MÉXICO, CDMX**



MONTAÑAS CONMOVEDORAS

*ANDRÉS ZÁRATE NOS CUENTA LA
EXPERIENCIA QUE CAMBIÓ SU VIDA*

NUNCA PENSÉ QUE LAS MONTAÑAS PODÍAN CAMBIAR EL MODO EN QUE VEO LA VIDA.

Una revista es una obra, normalmente periódica, impresa o publicada en medios electrónicos. Por definición, una revista comienza la numeración en cada edición en la página 3 y tiene un tamaño estándar de 21 cm x 27.5 cm. Sin embargo, en el sentido técnico, un "periódico" tiene numeración continua en la totalidad de un volumen. Por lo tanto, BusinessWeek, que comienza cada edición en la página uno, es una revista; por el contrario, Journal of Business Communication, que comienza cada volumen con la edición de invierno y continúa con la misma secuencia de numeración a lo largo del año que continúa, es un periódico. Algunas publicaciones profesionales o comerciales también se someten a una revisión de pares; por ejemplo, "Journal of Accountancy". Por lo general, las publicaciones académicas o profesionales que no se someten a revisión de pares son revistas profesionales. El hecho de que una publicación se denomine "periódico" no la convierte en un periódico en el sentido técnico. Una revista en línea (conocida también por la denominación en inglés, online magazine) o revista digital es una revista publicada en internet mediante BBS y otras formas de redes informáticas. Algunas revistas en línea distribuidas a través de la World Wide Web se llaman webzines. Una ezine (o e-zine) es un concepto más especializado que se utiliza para pequeñas revistas y boletines.

