

Conéct@te

Actividades Sobresalientes



— Primera Fiesta Navideña de los participantes



— Pompeo para el regreso

Panel: Elementos Claves para Lograr el Éxito Académico



Horario de Oficina

Lunes a Viernes

8:00 a.m.-12:00 pm

1:00 pm-4:30 p.m.

Horario Mini
Laboratorio de
Computadoras:

Lunes, Miércoles y
Viernes

8:00-11:45 a.m.

1:00-4:30 p.m.

Martes y jueves

8:00-11:45 a.m.

2:30-4:30 p.m.

— Noche de poesía

Programa Servicios Educativos en el Club Rotario de Arecibo



— Taller: El ABC del Sexo



Diseño y Edición

Waleska Soto López

Asistente
Administrativo I

Revisión:

Prof. Waskaleska
Mercado Jiménez

Departamento de
Administración de
Empresas



Personal del Programa

Sra. Nydia Arbelo

Directora

Srta. Vanessa Montalvo

Coordinadora Académica

Prof. Raúl Zayas

Prof. Frances Mártir

Consejeros

Sra. Sol Barreto

Secretaria Administrativa I

Sra. Waleska Soto

Asistente Administrativo I

Ayudantes de Oficina

Areida Ginés

Kemuel González

Paola Mangual

Mariely Martínez

Saraí Moreno

Celinette Ríos

Rafael E. Serrano

Katiria Valentín

Vionette Vásquez

Tutores

Matemática

Benjamín Acevedo

Marcos Soto

Meylin Tomasini

Inglés

Carlos Arroyo

Zunilda Nieves

Sandy Ortega

Química

Gabriel Montalvo

Kymerlyn Ríos

Emanuel M. Tosado

Español

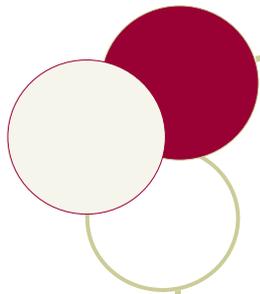
Lizette Collazo

Yaritza Ruiz

Contabilidad

Benjamín Martínez

Giannina Rivera



Contenido

Mensaje de la Directora..... 4

Desde el Componente Académico

Semana TRÍO, Actos de Apertura..... 5

Reclutamiento de Tutores..... 6

Noche de Poesía..... 7

El Regalo máspreciado..... 8

Como un Diamante..... 8

Agresivos al Volante..... 9

Eres una de esas personas cuyos sueños se harán realidad..... 10

Risa, remedio de todo..... 10

I Am Only Onx Pxrson..... 11

Cómo aprovechar la experiencia universitaria al máximo..... 12

¿Quieres mejorar tu dicción?..... 12

Las preguntas de un estudiante..... 13

Desde el Componente de Consejería

Elementos Claves para Lograr el éxito académico..... 14

El ABC del Sexo..... 15

Asociación de Estudiantes PSE..... 16

Assessment del Aprendizaje en PSE..... 17

Desde el Componente Administrativo

Primera Fiesta de Navidad Estudiantes PSE..... 18

Los 10 Mandamientos del Éxito..... 19

Diez Destrezas que más Buscan los Patronos..... 19

Artículos de Interés..... 20-22

Sudoku..... 23

Calendario Actividades PSE..... 24



Mensaje de la Directora

Sra. Nydia Arbelo

Este semestre en curso ha sido uno de gran variedad en el Programa Servicios Educativos. Iniciamos el mismo con el panel "Elementos Claves para Lograr el Éxito Académico". Nos enriquecimos con las excelentes recomendaciones de siete ex-participantes del Programa que hoy en día son profesionales que contribuyen a la calidad de vida y al bienestar de la sociedad. En febrero, llevamos a cabo la premiación de los ganadores del Certamen Literario de Poesía y Ensayo. Este día, como en años anteriores, el Club Rotario de Arecibo, las Domadoras de Arecibo y la Asociación de Estudiantes del Programa Servicios Educativos apoyaron a estos jóvenes auspiciando el premio del primer y segundo lugar. Ese mes también, en coordinación con la Clínica de Planificación Familiar Título X de la Institución, tanto los participantes como la comunidad universitaria, tuvieron la oportunidad de participar del taller "El ABC del Sexo".

En este volumen del boletín también te presentaremos información sobre la Asociación de Estudiantes del Programa Servicios Educativos, los logros académicos que hemos alcanzado relacionado al Assessment del Aprendizaje y una reseña sobre la primera actividad de Navidad de los participantes. También compartimos varios mensajes y artículos de interés para el estudiante universitario y para el mejoramiento profesional. Además te presentamos el calendario de actividades del Programa para los meses de abril a junio.

Les exhorto a dedicarle unos minutos a la lectura de CONÉCT@TE, sé que será de gran enriquecimiento, beneficio, ayuda y un medio para instruirte de una manera amena, diferente y diversa.



Desde el Componente Académico

Vanessa Montalvo Quiñones

Coordinadora Académica

Semana TRIO, Actos de Apertura

El Programa Servicios Educativos celebra todos los años la Semana del Estudiante TRIO, donde se realizan diversas actividades para los participantes y la comunidad universitaria.

Dentro de las actividades coordinadas, tuve a mi cargo los Actos de Apertura de la Semana. Ésta se festejó el miércoles, 21 de febrero en la Sala de Conferencia en la Biblioteca de la Institución. En esta actividad se premiaron a los estudiantes que participaron del Certamen Literario de Poesía y Ensayo.

Los siguientes participantes son los premiados en la categoría de Poesía: el primer lugar le corresponde a Kemuel González Santiago quien fue apadrinado por el Club Rotario de Arecibo. El segundo lugar fue para Luis A. Cintrón Bonet apadrinado por la Asociación de Estudiantes del Programa Servicios Educativos. En la categoría de Ensayo hubo 2 participaciones donde sólo se premió el primer lugar y fue para Jovany Álamo Heredia apadrinado por las Domadoras del Club de Leones de Arecibo.

Quiero agradecer a las instituciones que apadrinaron estos certámenes, por la aportación que brindaron a estos talentosos estudiantes.

Además, este año por vez primera el Club Rotario nos convidaron a una reunión del Club. Tuve el privilegio de asistir a la reunión en compañía de la Sra. Nydia Arbelo y el estudiante premiado por el Club Kemuel González, quien recitó la poesía ganadora. Finalmente se dio una breve orientación del Programa.

Actividades como éstas le siguen abriendo puertas al Programa.



Reclutamiento de tutores

El Programa Servicios Educativos tiene 3 componentes: consejería, cultural y académico. Dentro del Componente Académico se ofrecen servicios de tutorías en español, inglés, matemáticas, contabilidad, química y computadoras. Para que estas tutorías se puedan realizar, se necesita una persona capacitada en la materia correspondiente para poder ofrecer la tutoría. El reclutamiento de tutores es un proceso constante que semestre tras semestre se lleva a cabo.

Requisitos para ocupar la posición de tutor

Para ocupar la posición de tutor de Español, Matemática, Inglés, Química, Contabilidad y Computadora deben de:

Tener 12 créditos aprobado en la materia con A o B.

Un promedio de 3.00 o más.

Proceso de Reclutamiento

En el proceso de reclutamiento se lleva a cabo una promoción de la(s) plazas vacantes de las siguientes maneras:

- Hoja suelta
- En la parte de Clasificados de nuestro Boletín Conéct@te
- En la página de Internet
- Reuniones de personal
- Reuniones de tutores
- Visitando a los Departamentos
- A través de los Profesores Coordinadores



¡Anímate a formar parte de nuestro equipo de trabajo, colaborando con los estudiantes!

Noche de poesía

Participante del Programa Servicios Educativos ofrece una Noche de Poesías al Club Rotario de Arecibo

El miércoles, 7 de marzo de 2007 tuvimos la visita del joven estudiante Kemuel González Santiago, ganador del primer lugar del Certamen Literario de Poesía del Programa Servicios Educativos del Recinto de Arecibo de la Universidad de Puerto Rico. La poesía ganadora se titula "Soñando despierto y viviendo dormido". Junto al joven Kemuel nos acompañaron dos de las coordinadoras del Programa Servicios Educativos.



Soñando despierto y viviendo dormido

Tan malo que es estar despierto y soñar,
y ver la esperanza crecer, al creer que ese sueño vas a lograr.

Y a mitad del recorrido,
con el corazón casi muerto tus esperanzas se han perdido,
porque ese sueño querido,

tras desilusiones y horrores quedó en el olvido.
y lo más horrible de todo, es que seguirás afligido,
y con el corazón dolido y comprimido al saber
que ese sueño se perdió en un supuesto olvido;

Lo verás resplandecer y tomar brillo.

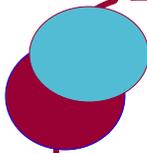
Tal vez a tu lado, o quizás con tu mejor amigo.

Y tú sin poder con él jugar, hablar o disfrutar,

tendrás que callar y hacerte el dormido.

Aún sabiendo que de ese sueño nunca podrás despertar,

porque en realidad...



Rincón del Participante

Escrito por: Saraí Moreno

Vocal AEPSE

El regalo máspreciado

Hoy me levanté y miré al cielo, ¡Oh cuántos pajarillos llenos de paz y sin sabores! Mis ojos gozaban al ver la hermosa naturaleza que me rodeaba, la misma que se está muriendo. ¿Por qué?, me pregunté; la respuesta no la encontré. De pronto encontré un lugar abandonado; los árboles se movían con dolor, dolor por no tener a sus amigos muertos, muertos por seres inhumanos, maltratados por la crueldad y vanidad de encontrar la perfección. El aroma de las flores marchitas que sólo desearon ser rociadas por una mano amiga. El azul del cielo decaía cada vez más y más. La contaminación, ¡Oh terrible enemigo de la naturaleza!, pero mejor amigo del ser humano. El río desembocaba hacia el otro lado del mismo; sólo charcos se movían en él. Los rayos del sol eran cada vez más penetrantes, llegaban hasta lo más recóndito de aquél lugar; los animales huían, era un tórrido fuego. Escasez de agua, de vegetación; sólo ruinas, sólo contaminación. Tristeza, tristeza sentía mi corazón al ver que la naturaleza desaparecía, los animalitos me huían con temor, temor al ver que alguien se acercaba. En ese instante me acerqué, con dulzura lo toqué y en sus pequeños ojitos vi la tristeza reflejada por la crueldad del hombre. En ese preciso momento comprendí el error que hemos cometido contra la naturaleza, contra el tesoro máspreciado que nos ha dado el **Creador**, la **Fauna y Flora**. Es hora de reflexionar y retomar el camino, antes de que sea tarde.

Cuidemos y protejamos nuestro medioambiente, nuestra Flora y Fauna.

¡Es Nuestro Deber!

Rincón de Tutores

Sra. Zunilda Nieves

Tutora de Inglés

Como un Diamante

Vive tu vida siempre con la verdad. La verdad duele pero a la vez te hace libre. En cambio la mentira duele pero te esclaviza. Vivirás tratando de mantener la verdad oculta. La verdad, como un diamante, la pueden mancillar, enlodar u ocultar, más es indestructible. El diamante perdura una eternidad. Un día se ve un rayito de luz que refleja el lodazal y en ese momento sale una luz brillante de su interior. Es un diamante, su brillantez resplandece tu rostro. Años pueden pasar, siglos tal vez, pero ahí está. Así mismo, no importa cuanto tiempo pase un día la verdad relumbrará tu camino y serás libre.



Agresivos al volante

Respire profundo y vistas de paciencia porque lo que encontrarás en las carreteras puertorriqueñas es algo parecido a entrar en una colmena de abejas. A través de "cortes de pastelillos" e insultos, las carreteras distorsionan la realidad del conductor en un viaje peligroso y dinámico. Conducen exageradamente agresivos y groseros; situación que se agrava en caso de tapones o peor aún si se contagia esta altanería. La contaminación suele ser inminente, pues es imposible mantenerse siempre inmune cuando tu vida está en juego. Tarde o temprano durante la travesía, el conductor adoptará la agresividad para sobrevivir el mal humor y enojo de sus semejantes.

Sin embargo, al participar de esta conspiración agresiva, pueden suceder dos cosas: llegar a nuestro destino agitados y molestos o nunca alcanzarlo, cambiando la ruta para llegar a un destino muy distinto a lo esperado. En más de una ocasión, nos hemos despertado al son de informes noticiosos que denuncian la irresponsabilidad en la carretera o peor aún, muestren su triste desenlace.

Concienciado, o consternado, prometes salir a la carretera con la intención de esperar las luces rojas con paciencia y dar paso a quienes entren en la vía principal; canalizando las emociones e intentando ser un buen conductor. Aspirando ser el granito de arena que aportará a la tranquilidad en las carreteras, sales de la marquesina de tu casa cuando de repente, "ibip!". No tarde mucho reconocer aquel espantoso y usual sonido que estremece tus nervios, la bocina de tu vecino. Esto seguido por sus insultos y cejas fruncidas. **iRespira profundo!**



Eres una de esas personas cuyos sueños se harán realidad

Dedicado a los participantes del Programa

Lo que hace triunfar a las personas es el hecho de que tienen confianza en sí mismos y una gran determinación en sus propósitos. Nunca tienen excusas para hacer algo y siempre luchan por alcanzar la perfección. No toman en cuenta la idea de fracasar y trabajan muy duro por sus ideales. Saben quiénes son y conocen sus propias debilidades así como sus virtudes. Pueden aceptar y beneficiarse de la crítica y saben cuándo defender lo que hacen. Son personas creativas que no temen ser diferentes. Tú eres una de estas pocas personas y es muy emocionante observarte avanzar por tu senda hacia el triunfo siguiendo tus sueños y haciéndolos realidad.

Rincón de Tutoras de Español

Srta. Yaritza Ruiz Delgado

Srta. Lizette Collazo Andújar

Risa, remedio de todo

¿Qué le dijo la cebolla a la cocinera?
Tan hipócrita, que después que me partes lloras.

Asistieron todas las fresas un viernes por la noche a una fiesta,
cuando estaban bailando, entra una piña y asombradas las fresas le
preguntan: ¿y tu quién eres?
Ella sin dudar respondió: ¡¡La piña colada!!

¿Cuál es el objeto más gracioso que existe?
La escoba.
¿Por qué?
Porque siempre va riendo.

¿Qué pasa si un elefante se para en una pata?
Se queda el pato viudo.



Aportación: Sra. Waleska Soto López

Asistente Administrativo I

Adaptación por Marisol Santiago Párriz

Profesora Coordinadora de Inglés



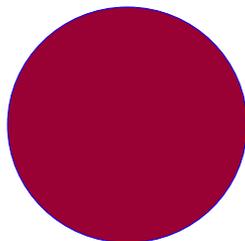
I Am Only One Person

Even though my typewriter is a very old model, it works very well except for one of its keys. There have been many times I have wished for perfection. It is true that the other forty-six keys work very well, but with only one not functioning well makes a great difference.

Sometimes I feel like the people around us are like my typewriter. Everyone in a group does not work the same way.

You may tell yourself, "Well, I am only one person and I will not make a great difference." But as you see, in order for a group to be effective, it needs the help of every one of their members.

So, the next time you think you are only one person and your efforts are not necessary, remember my very old typewriter. Say to yourself, "I am a key person extremely necessary for this group to function well."



Cómo aprovechar la experiencia universitaria al máximo

Encontrar el equilibrio entre la vida personal y la vida profesional no es tarea fácil, por eso resulta importantísimo aprovechar la experiencia universitaria como puente a la experiencia profesional. Cuando entramos a nuestro primer o segundo año de estudio tenemos ante nosotros el dilema de mostrarnos como somos en realidad y el contraste de tratar de ser aceptados y de "encajar" en el contexto universitario. Quizás, debemos reflexionar y escribir una serie de preguntas y posibles respuestas que, durante esos dos primeros años de vida universitaria nos ayuden a ir creando equilibrio:



- **Desarrollar una visión personal.** Dejar a un lado la visión personal que nuestros padres o familiares nos enseñan y comenzar a pensar qué quiero realizar, cómo y dónde pienso vivir. Visualizar nuestra persona y en qué carrera me veo laborando.
- Evalúa tu verdadera disposición para el compromiso de estudio.
- Mantén el control de tus finanzas y de tus emociones relacionadas con el dinero.
- **Se realista.** La carrera universitaria no es para todos.
- Diseña un plan de trabajo que te ayude a organizar tu tiempo de estudio y tu tiempo de diversión de manera que amplíes tu cultura. Esto te ayudará a reconocer que te hace único/única.
- Aprende a disfrutar el éxito de aprobar un semestre académico, de tomar cursos, de ser estudiante universitario, asume los riesgos con los que puedas vivir, y cuando estés ante el reto de ser todo/toda un/una profesional verás que lo más importante para lograr equilibrio parte de la disposición que tengamos para la vida.

¿Quieres mejorar tu dicción?

Lo práctica de trabalenguas nos ayuda a mejorar nuestra dicción. Aquí encontrarás algunos que puedes practicar diariamente con tus amigos y que te ayudarán a mejorar tu pronunciación, logrando posteriormente claridad y precisión al comunicarte.

- *Mi caballo pisa paja, paja pisa mi caballo.*
- *Pancho plancha con cuatro planchas. ¿Con cuántas planchas Pancho plancha?*
- *Cómo quieres que te quiera si el que quiero que me quiera no me quiere como quiero que me quiera.*
- *Si yo como como como, y tú comes como comes. ¿Como comes como como? Si yo como como como.*
- *Si Sansón no sazona su salsa con sal, le sale sosa; le sale sosa su salsa a Sansón si la sazona sin sal.*
- *En un juncal de Junqueira, juncos juntaba Julián. Juntóse Juan a juntarlos y juntos juncos juntaron.*

Recopilación de trabalenguas, "Hablemos claro" A. García del Toro. Editorial

Las preguntas de un estudiante

¿ Hago feliz a mis padres o a mí ?

Un dilema a veces cotidiano para los estudiantes universitarios es si realizan lo que ellos desean y en lo que creen, en aquello que les produce alegría, o , si acaso deben realizar y por ende estudiar lo que sus padres desean que ellos estudien. Se preguntan si deben realizar sus estudios en lo que realmente desean o si eso puede afectar los sentimientos y los sueños de sus padres.



Esa incertidumbre al igual que esas preguntas son comunes, como hijos, y como futuros padres sabemos que nuestros padres quieren mejorar nuestra calidad de vida, en términos emocionales, psicológicos, espirituales, físicos y económicos.

Los estudiantes deben ser mejor que sus padres y mejores que sus profesores, aspirar alto para alcanzar lo mejor. Por ende, en el deseo que tenemos de realizar nuestros sueños y metas siempre nos toca vivir de cierta manera lo que nuestros padres vivieron, siendo las experiencias de ellos espejo que cada mañana debemos limpiar y dar brillo para que visualmente podamos observarnos y analizarnos mejor.

Podemos realizar nuestras metas sin temor a lastimar los sueños de nuestros padres demostrándoles que somos individuales y que con amor, perseverancia y dedicación podremos destacarnos en la carrera universitaria que escogimos. Hablarles de las ventajas de la carrera que estudiamos y hacerlos parte de nuestros logros académicos seguramente no solo les dará confianza en nosotros sino que apoyarán nuestros deseos de brillar en el servicio público, privado, o al frente de un negocio propio. Recuerda que ellos siempre tienen respuesta a nuestras preguntas.

El amor nunca está demás así que no olvidemos incorporar a nuestros padres en nuestra vida y paso universitario, ésta es la oportunidad de demostrarles que si bien vamos madurando y tomando metas propias, le consultamos y le comunicamos nuestras decisiones para demostrarles que siguen siendo parte importante de nuestras vidas. A fin de cuentas los logros en nuestra vida personal deben ir a la par con nuestros logros universitarios, ese es el motor que activa el corazón nuestro y el de nuestros padres. Haciéndonos felices los hacemos felices a ellos. No hay abrigo más seguro que el de quien nos ama, así que cuando tengas esa pregunta caminando en tu mente, busca un espejo, mírate estudiante y busca la contestación en el otro espejo más grande: la mirada de tus padres, estoy segura que el amor incondicional de ellos te dará la contestación.

Desde el Componente de Consejería

Prof. Raul Zayas

Consejero

“Elementos Claves para lograr el Éxito Académico”

El pasado jueves, 1 de febrero de 2007, en el Teatro de la Universidad, se llevó a cabo la actividad denominada Pompeo para el regreso “Elementos Claves para Lograr Éxito Académico”. La misma tuvo como propósito crear conciencia en todos los participantes del Programa Servicios Educativos y demás estudiantes de la comunidad universitaria sobre la importancia de lograr éxito académico. Para hacer esto posible, se creó un panel compuesto por ex participantes del Programa, quienes han logrado sus metas académicas y hoy día son excelentes profesionales.



Dicho panel quedó constituido por la Lcda. Sahily Rivera Olivares, Vicepresidenta Asuntos Legales y Cobros de la Cooperativa de Ahorro y Crédito Manuel Zeno Gandía; el Dr. Carlos Andújar Rojas, Profesor de Psicología Industrial del Departamento de Ciencias Sociales de nuestra Institución; el Sr. Armando Avilés Gallazo, CPA; el Sr. David E. Cabrera Nieves, Coordinador de Cursos Cortos DECEP de la División de Educación Continua y Estudios Profesionales de la UPRA; el Dr. Isaac Calero Gómez, Dentista; el Sr. Pedro Gerena Rodríguez, Examinador de Banco, Oficina del Comisionado de Instituciones Financieras y el Sr. Carlos Rivera Justiniano, Ayudante Especial del Hon. Norman Ramírez Rivera, Representante Legislativo del precinto de Cabo Rojo.

También en la actividad, y como parte de los saludos protocolares, el Dr. Edwin Hernández Vera, Rector del UPRA, se dirigió a los presentes con un breve mensaje en el cual destacó la importancia de realizar actividades de este tipo que beneficien a la comunidad universitaria y de paso felicitó a todos los panelistas, en especial al Dr. Andujar, quien es parte de la facultad de la Institución. De igual forma la Decana de Asuntos Académicos, Dra. Maiella Ramos Fontán, así como el Prof. Enoc Robles Miranda, Decano de Asuntos Estudiantiles y la Sra. Nydia Arbelo Rodríguez, Directora del P.S.E., saludaron a todos los presentes y les brindaron un mensaje de motivación, dirigido a alcanzar el éxito tanto académico como personal.

En la actividad los estudiantes tuvieron la oportunidad de conocer (basado en las experiencias de los panelistas y mediante la sesión de preguntas y respuestas) algunos métodos y/o estrategias que éstos utilizaron para lograr éxito en sus vidas. Por otra parte, resultó muy interesante observar cómo los panelistas desarrollaron el tema con el cual mantuvieron atentos a toda la audiencia. Estos motivaron en todo momento a los participantes y de paso le ofrecieron algunas recomendaciones para lograr el éxito en sus respectivas áreas de estudios.

Debo destacar que esta actividad fue posible gracias a la Prof. Waskaleska Mercado, quien desarrolló un plan motivacional para el P.S.E., el cual tituló “Instalando Generadores” y en donde una de sus recomendaciones fue precisamente realizar actividades de este tipo.



Desde el Componente de Consejería

Prof. Frances N. Mártir
Consejera Profesional

El ABC del Sexo

Como parte de las actividades de la Semana del Estudiante TRIO, el jueves, 22 de febrero de 2007, se llevó a cabo la conferencia titulada el ABC del sexo en el Teatro de nuestra Institución. La misma fue conducida por la Dra. Angélica Santiago, del Recinto de Ciencias Médicas.

El "ABC del sexo seguro" es un término utilizado para presentar un modelo de prevención contra las infecciones de transmisión sexual (ITS): A para abstinencia. Si no es posible abstenerse, B por fidelidad (en inglés, be faithful), y finalmente, si se va a estar sexualmente activo, C para el uso de un condón. Las enfermedades de transmisión sexual figuran entre las afecciones transmisibles más usuales en muchos países y son particularmente frecuentes en las personas jóvenes de 15 a 29 años.



En los jóvenes debe ser prioritario promover la abstinencia o el retraso del inicio de las relaciones sexuales en aquellos que aún no las hayan comenzado. Si ya han iniciado dichas prácticas, se debe promover también la abstinencia y si eso no es posible, entonces se debe fomentar que mantengan una relación sexual fiel y monógama con una persona sana. En los jóvenes y adultos sexualmente activos que no sean capaces de seguir las sugerencias anteriores se debe recomendar el uso del preservativo, pero recordando siempre que con su utilización solamente se consigue reducir el riesgo del contagio en un 80% a 90%.

Es importante recordar que ninguna estrategia preventiva es perfecta, y todas, inclusive la abstinencia sexual, exigen un alto grado de compromiso y conocimiento. Es por esto, que en todos los servicios de consejería, salud sexual y planificación familiar debe haber un componente de información, educación y consejo sobre comportamientos sexuales responsables. Los profesionales de ayuda y los agentes de planificación familiar pueden contribuir a disminuir la propagación de estas infecciones



Asociación de Estudiantes del Programa Servicios Educativos

Por Areida Ginés, Presidenta

Me siento sumamente orgullosa de formar parte del Programa Servicios Educativos y ser la Presidenta de la Asociación de este Programa. Después de tres años logré una de mis metas, ser presidenta de AEPSE. En años anteriores ocupé diferentes puestos como vocal y vice-presidenta. Desde que conocí la Asociación, me propuse varias metas, las cuales son: cambiar su logo, enmendar el reglamento, tener una directiva excelente, y programar diversas actividades para el semestre. A continuación les explicaré cada una de éstas. En primer lugar, el reclutamiento de estudiantes este año fue inigualable, ya que contamos con 67 socios activos. La mayoría de éstos son de nuevo ingreso, pertenecen a diferentes departamentos y son alumnos activos del Programa.



Por otro lado, el logo de AEPSE ya fue enmendado; y a continuación les presento los mismos:

ANTERIOR



ACTUAL



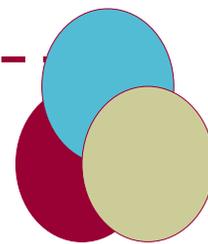
La directiva de A.E.P.S.E. está compuesta por esta servidora, Areida Ginés (Presidenta), Víctor Díaz (Vice-presidente), Sofía Rivera (Secretaria), Elizabeth Ginés (Tesorera), Tahaira Rivera (Sub-tesorera), Jean C. Vega (Relacionista Público), Saraí Moreno, Josué P. Salvat y Pablo J. Salvat, como vocales. Los mismos son estudiantes maravillosos y sé que con la ayuda de ellos lograremos hacer historia en la Asociación en el Programa Servicios Educativos, así que nos tenemos que poner las pilas.

En este semestre hemos coordinado varias actividades, una de éstas es: "Estrategias para manejar las emociones del coraje", la cual se llevará a cabo el 24 de abril de 2007 en el Teatro de nuestra institución a las 10:00 a.m. Por otro lado, estamos coordinando otras actividades a nivel socio cultural, sólo para los socios de nuestra asociación. No obstante, estamos coordinando futuras actividades para el beneficio de todos nuestros socios y la comunidad universitaria. Es de gran satisfacción comunicarles que este semestre tuvimos la oportunidad de auspiciar el segundo lugar del Certamen Literario que celebramos todos los años, en el cual entregamos las premiaciones a los participantes de dicho certamen en la Semana TRIO. El estudiante que obtuvo este lugar fue: Luis A. Cintrón Bonet. ¡Felicidades a este talentoso joven!, y le deseamos éxito en su vida.



Prof. Frances Mártir

Consejera Profesional



Assessment del Aprendizaje en PSE

Con el compromiso de mantener la excelencia en la educación universitaria en la Universidad de Puerto Rico en Arecibo y de evidenciar los logros de los programas académicos, es que se constituye un Comité de Assessment del Aprendizaje. El mismo está compuesto por el Dr. Mateo Garcés, Coordinador Institucional, y un Coordinador de cada Departamento.

En el Programa, hemos trabajado el assessment del aprendizaje, tanto en el Componente Académico, como en el de Consejería. El servicio de tutorías fue evaluado por los estudiantes, al igual que el curso EDFU 3005, ofrecido durante el primer semestre de este año académico. A continuación les incluyo los hallazgos más relevantes de cada evaluación. Es importante señalar que estas cifras son resultado de un auto-reporte estudiantil.

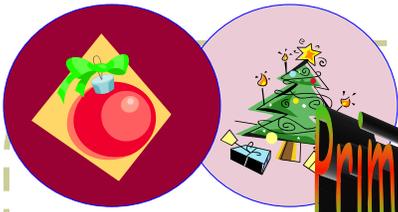
Tutorías:

Hallazgos más Relevantes	Por ciento
Estudiantes que evaluaron el servicio	84%
Las tutorías me ayudaron a interesarme en el curso	75%
Las tutorías me ayudaron a obtener mejores notas	85%
Las tutorías me ayudaron a entender mejor el material, repasar y aclarar dudas	96%

EDFU 3005

Hallazgos más Relevantes	Por ciento
Estudiantes que evaluaron el curso	74%
Los objetivos del curso fueron claramente establecidos	98%
Estudiantes que su conocimiento mejoró al tomar el curso	95%
Estudiantes satisfechos con el curso	94%

Durante el mes de abril, estaremos evaluando los servicios ofrecidos en este semestre. Es importante que todos nuestros participantes separen una cita con su Consejero en el Programa para realizar la evaluación de servicios y el cierre de expediente. Este proceso se llevará a cabo del 17 de abril al 8 de mayo de 2007.



Desde el Componente Administrativo

Primera Fiesta de Navidad Estudiantes PSE



Por primera vez en la historia del Programa Servicios Educativos de nuestra Institución, se realizó una fiesta de Navidad dedicada a todos los estudiantes del Programa. Dicha actividad se llevó a cabo el pasado 4 de diciembre de 2006 en el Centro de Estudiantes. Contamos con la participación de estudiantes, personal de oficina, tutores y ayudantes de oficina del Programa. La actividad fue realizada para que los estudiantes confraternizaran con todo el personal que labora para ellos.

Compartieron con nosotros el Dr. Edwin Hernández, Rector; y el Prof. Enoc Robles, Decano de Asuntos Estudiantiles y nos ofrecieron un saludo. Contamos también con la participación de la Tuna de la Institución, la cual nos deleitó con varias canciones y luego compartieron con nosotros.

Los estudiantes tuvieron la oportunidad de compartir sus vivencias en el Programa y de crear una décima por grupo. También mostraron sus dotes de cantantes solistas o grupales con un karaoke que se proveyó para dicha actividad.

Sra. Sol N. Barreto

Secretaria Administrativa I.



Décimas de grupos:

*"Yo entré a esta Universidad
Abandonao y bien perdío.
Recibiendo la ayuda de unos amigos
Que están siempre conmigo.
El Programa Servicios Educativos.
Y a mi Dios yo le pido
Que este programa no se acabo
Porque si no me voy a colgar
En toitas las clases."*

Décimas de grupos:

*"Muchos estudiantes
venimos
Entusiasmados aprendimos.
Todos juntos asertivos
Y deseamos bonitos días
De tu Servicios Educativos."*



Los 10 Mandamientos del Éxito

1. Debes trabajar cada día como si tu vida estuviera en juego.
2. Debes aprender que con paciencia, puedes controlar tu destino.
3. Debes trazar tu camino con cuidado o siempre derivarás.
4. Debes prepararte para la oscuridad mientras viajas bajo la luz del sol.
5. Debes sonreírle a la adversidad hasta que ésta se te rinda.
6. Debes comprender que los planes son solo sueños cuando no hay acción.
7. Debes sacudir las telarañas de tu mente antes de que ésta te aprisionen.
8. Debes aligerar tu carga si quieres llegar a tu destino.
9. Nunca debes olvidar que siempre es mas tarde de lo que piensas para realizar lo que te propongas.
10. Nunca debes esforzarte en ser otra cosa que tú mismo.



Autor: OG Mandino

Editado por: Waleska Soto

Diez Destrezas que más Buscan los Patronos

Deseas buscar trabajo... pero, ¿cuentas con las destrezas que los patronos solicitan más hoy día? Esta lista de actitudes te servirá de guía para adquirir y retener el trabajo que tanto anhelas.

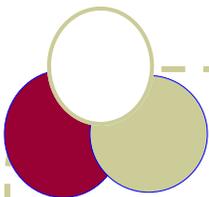
1. Resuelve problemas
2. Técnicas vocacionales
3. Relaciones humanas
4. Programación de Computadoras
5. Habilidades de enseñanza
6. Ciencias y matemáticas
7. Destrezas en finanzas
8. Gerencia informática
9. Dominio de varios idiomas
10. Administración de negocios

“Usted posee el poder de cambiar la actitud de otros hacia usted, si usted cambia. Compárese con usted mismo, o sea, la imagen de cómo es y cómo le gustaría ser; la imagen de cómo lo tratan y cómo le gustaría que lo tratarán”



Autor: Desconocido

Editado por: Waleska Soto



Relación de Pareja

SABÍAS QUÉ... Existen diversos tipos de amor, tales como: Romántico y Racional

Nos enamoramos de diversas formas. Unas fomentan la desigualdad, el control de la pareja y la violencia. Otras la igualdad, el respeto a las diferencias y la PAZ.



Amor Romántico:

- Es mayormente atracción física, enchule. Le otorga mayor importancia a los atributos físicos de la pareja.
- Importancia a los atributos físicos de la pareja.
- Se desarrolla lentamente.
- Se concentra en una sola persona, fomentando la fidelidad.
- Idealiza a la pareja, no le encuentra defectos.
- Vive en el momento sin pensar en las consecuencias.
- Se desarrolla rápidamente, a primera vista.
- Es posesivo y existen celos exagerados.
- A menudo incluye fuertes peleas, discusiones y malos entendidos.

**NO ESTABLECE COMPROMISOS Y
PROMUEVE LA VIOLENCIA.**

Amor Racional:

- Reconoce las fortalezas y debilidades de la pareja.
- El contacto físico constituye solo una parte.
- Existe comunicación abierta y sincera.
- Es positivo y promueve energía e interés en la vida.
- Respeta que cada parte de la pareja conserve su individualidad.
- Dialoga y considera las diferencias de opiniones.
- Promueve un genuino interés en el mejoramiento y desarrollo personal de cada miembro de la pareja.

**ES DURADERO Y PROMUEVE EL RESPETO
Y LA PAZ.**



¡EVALÚATE!

¿Existe maltrato en tu relación?

Evalúa tu Noviazgo



Marca con una X las que apliquen a tu relación:

- _____ 1. ¿Haz experimentado algún tipo de violencia física de parte de tu pareja?
- _____ 2. ¿Tu pareja te trata mal, te ofende o te humilla frente a sus amistades?
- _____ 3. ¿Tu pareja te cela de todo, no te permite que hables con personas del sexo opuesto o se molesta lo haces?
- _____ 4. ¿Tiene mal carácter la mayor parte del tiempo y te culpa a ti de ello?
- _____ 5. ¿Le tienes miedo a las reacciones de tu pareja y te sientes asustado/a ante él/ella?
- _____ 6. ¿Controla el dinero, tus salidas, tus llamadas, tu forma de vestir y hasta con quién te relacionas?
- _____ 7. ¿Tu pareja no accede a protegerse durante el acto sexual?
- _____ 8. ¿Te presiona diciendo que si no haces lo que quiere te va a dejar o va a hacerte daño?
- _____ 9. ¿Haz intentado terminar con la relación y te amenaza con matarte o suicidarse?
- _____ 10. ¿Haz tenido que sacrificar tus sueños y tus metas personales para seguir o complacer a tu pareja?

Si identificas alguno de estos indicadores en tu relación de noviazgo,
tú pudieras estar en una relación maltratante.

¡Reconocer y entender que la violencia existe, es el primer paso para salir de la relación de maltrato!

Busca ayuda

10 cosas que debes saber

ANTES DE HABLAR EN PÚBLICO

La próxima semana tendrás que ofrecer una conferencia y te sientes nervioso porque es la primera vez que haces una disertación en público. Hazte un experto en el arte de hablar en público con estos consejos, que te servirán de mucha ayuda:

- **Un buen orador no lee de principio a fin su presentación.** Esto lo hace monótono y la audiencia podría perder interés. Para guiarte, puedes utilizar pequeñas notas o memorizarte lo que vas a exponer.
- **El inicio de la conferencia debe ser dinámico,** para que captures al público inmediatamente. Puedes incluir anécdotas graciosas, pero olvídate de las malas palabras o chistes groseros.
- **Mantén la voz bien modulada y en tono moderado.** Asegúrate de que el micrófono se encuentre a la altura necesaria para que mantengas una postura natural.
- **No muevas tus manos de forma desordenada,** parecerá que estás nervioso. Si te sientes inseguro con las manos sueltas; colócalas sobre el podio. Los gestos pueden dar énfasis, pero si abusas de ellos, la audiencia se fijará más en tus movimientos que en lo que dices.
- **Ten un pañuelo a mano** por si sientes la necesidad de estornudar o toser. Haz una pausa y pide disculpas; después continúa con tu charla.
- **Cuando vayas a terminar,** haz un breve resumen o recapitulación de la conferencia para que prepares a la audiencia para el final. Un buen conferenciante sabe cuándo debe acabar su disertación para no dejar al público cansado o aburrido, y sí con deseos de que continúe.
- **En la sesión de preguntas y respuestas,** establece unas normas. Por ejemplo, que levanten las manos o que se dirijan al micrófono más cercano.
- **Pregúntale a la persona su nombre y repite la pregunta por si no se escucho en el fondo del salón.** Si alguien hace una pregunta cuya respuesta desconoces, admite que no la sabes, sin avergonzarte. Comprométete a averiguar la información y llama a la persona posteriormente.
- **Si te hacen una pregunta hostil,** evade la contestación y di que no es el momento apropiado para una confrontación.
- **Cuando te hagan una pregunta carente de información real,** ofrece los datos correctos y luego contesta la pregunta.



SUDOKU

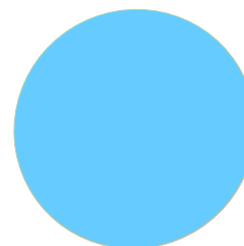
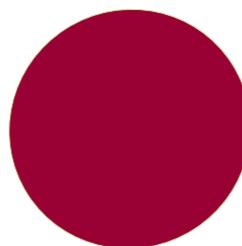
" Llena la caja, de manera que cada columna, fila o caja 3x3 contenga los dígitos del 1 al 9 sin repetirse".

	6		1		4		5	
		8	3		5	6		
2								1
8			4		7			6
		6				3		
7			9		1			4
5								2
		7	2		6	9		
	4		5		8		7	

El Sudoku es un pasatiempo, de origen japonés, de tipo matemático de colocación, basado en los cuadrados mágicos de Euler, que se ha dado a conocer a gran escala. Completa cada uno de los espacios de los nueve cuadrantes con números colocados previamente. Debes fijarte en las filas verticales y en las filas horizontales que se entrecruzan en cada espacio. No podrás colocar en un espacio un número que ya parezca en la fila horizontal, ni en la fila vertical. No hay que sumar, restar o realizar ninguna otra operación matemática, sólo hay que razonar y usar la lógica para solucionar este acertijo.

Solución:

6	4	2	5	9	8	1	7	3
3	1	7	2	4	6	8	5	9
5	8	9	7	1	3	4	6	2
7	3	5	9	6	1	8	2	4
4	9	6	8	5	2	3	1	7
8	2	1	4	3	7	5	9	6
2	5	4	6	8	9	7	3	1
1	7	8	3	2	5	6	4	9
9	6	3	1	7	4	2	5	8



Calendario Actividades PSE

Abril 9 - 20	Participantes evaluarán a los Consejeros del Programa Servicios Educativos en el Departamento de Consejería y Orientación
Abril 12 - Mayo 1	Pre-matrícula por Internet
Abril 13	Primer Encuentro de Tutores Lugar: Teatro UPRA
Abril 17 - Mayo 8	Cierre de expedientes y evaluaciones de los servicios del Programa
Abril 24	Taller: Manejo del Coraje Lugar: Teatro UPRA Hora: 10:00 a.m.- 12:00 p.m.
Mayo 3	Ceremonia de Logros Lugar: Teatro UPRA Hora: 6:00 p.m.
Mayo 8	Taller: Autoestima Lugar: Teatro UPRA Hora: 1:00 p.m.
Mayo 14	Orientación sobre el Programa Servicios Educativos a Estudiantes de Nuevo Ingreso
Mayo 16 - 18	Convención Anual de la Asociación Caribeña de Programa TRIO Puerto Rico e Islas Vírgenes
Junio 4 - 27	Taller de Verano
Junio 7	Graduación en el UPRA
Junio 15	Visita a las Cabezas de San Juan en Fajardo

El Programa Servicios Educativos es un programa federal sufragado con fondos federales.