

Conéct@te



Mensaje de la Directora

Cada ser humano se establece unas metas a corto y largo plazo. Al comenzar este semestre todos establecimos nuestras prioridades para el mismo. Los días, semanas y meses han pasado. Ha finalizado el semestre, el año.

Ahora es el momento de hacer una evaluación de los objetivos alcanzados y de las estrategias que te ayudaron a lograrlo. Si por el contrario, identificaste unos que no se cumplieron, establece un Nuevo plan de trabajo para el próximo semestre o año.

A continuación algunas recomendaciones o sugerencias que puedes incorporar con el fin de llegar a la meta:

- ◆ Establece metas alcanzables y realistas.
- ◆ Identifica las destrezas y habilidades que posees.
- ◆ Busca la ayuda o los recursos que necesitas.
- ◆ Selecciona un mentor.
- ◆ Distribuye y organiza tu tiempo a base de tus prioridades.
- ◆ Se positivo y optimista.
- ◆ Se organizado, responsable, perseverante y asertivo.
- ◆ Cuida tu salud y haz ejercicios.
- ◆ Mantén un balance en tu vida.
- ◆ Acepta los cambios y retos.
- ◆ Participa de actividades, talleres que aporten a tu crecimiento personal y académico.
- ◆ Utiliza los servicios y ayudas que tienes a tu disposición.

Horario de Oficina:

Lunes a Viernes

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

1:00-4:30 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

8:00-10:00 a.m.

1:00-4:30 p.m.

Conéct@te

Diseño y Edición:

Lorraine Sánchez

Asistente Administrativa

Revisión:

Prof. Waskaleska Mercado

Departamento de
Comunicación Tele-Radial y
Administración de
Empresas

Contenido

Mensaje de la Directora	1
Desde el Componente Académico	3
Experiencia de Enriquecimiento Cultural y Educativo	4
TRIO Triunfador	4
Las Asociaciones Estudiantiles	5
Tips para los Indecisos	6
EDFU 3005	7
Fechas para Recordar	7

Personal del Programa

Sra. Nydia Arbelo
Directora

Srta. Vanessa Montalvo
Coordinadora Académica

Prof. Raúl Zayas
Consejero

Prof. Frances Mártir
Consejera

Sra. Lorraine Sánchez
Asistente Administrativa

Sra. Sol Barreto
Secretaria Administrativa

Ayudantes de Oficina

Katiria Valentín

Areida Ginés

Vionette Vázquez

Alejandro López

Francisco Concepción

Nitza Pabón

Jessica Rivera

Joshua Maldonado

Daina Sánchez

Juan Cruz

Tutores

Matemática

Yarisel Rosa

Maritza Díaz

Nur Vales

Ferdinand Alemán

Español

Yaritza Ruiz

Lizette Collazo

Maranyelí Medina

Gisela Valentín

Inglés

Zunilda Nieves

Jesselyn Torres

Marilyn Colón

Química

Josué Saavedra

Jessica Santiago

Computadora

Rafael Pacheco

Contabilidad

Edgardo Ruiz

Desde el Componente Académico

Vanessa Montalvo Quiñones
Coordinadora Académica

Un nuevo año académico comenzó, con retos nuevos y muchas metas. Me complace que pertenezcan a la familia del Programa Servicios Educativos, donde estaremos en la mejor disposición de ayudarlos.

I. Tutores

Es un orgullo para mí, el poderle brindar las tutorías necesarias para el enriquecimiento de sus clases. En estos momentos el Programa tiene un equipo de 15 tutores el cual se desglosa así: 3 tutores de inglés, 4 tutores de español, 4 tutores de matemáticas, 1 tutor de computadoras, 2 tutores de química, 1 tutor de contabilidad. Ellos están dispuestos a ayudarlos en todo momento. Los tutores tienen la oportunidad de participar de adiestramientos que se le ofrecen durante todo el semestre. Este semestre se han ofrecido:

1. Adiestramiento Interactivo sobre aspectos administrativos a los tutores nuevos.
2. “Destrezas para ofrecer tutorías efectivas” . El mismo fue ofrecido por Israel Sánchez y Giselle Rivera, estudiantes practicantes de Psicología Industrial. En este mes se les estará ofreciendo el siguiente “ Servicio al Participante ”.

II. Apoyo departamental

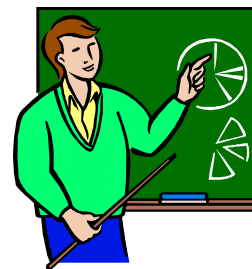
Tanto los participantes como el personal agradecemos a los Departamentos de Español, Inglés y Matemáticas, por darnos su apoyo incondicional. Este semestre nos permitieron participar en la primera reunión departamental, con el propósito de informarles sobre los tutores asignados y los participantes que toman clases con cada uno de los Profesores. Gracias a los Departamento de Inglés y Física-Química por

donarnos los libros de textos necesarios en este semestre para el uso de los tutores y participantes del Programa. También agradecemos la colaboración de los profesores de Inglés y Español como jurado de los certámenes literarios.

III. Certámenes literarios de poesía y ensayo

Los certámenes se pudieron llevar a cabo por la participación de varios talentosos estudiantes del Programa y de la Institución. En estos momentos los jurados se encuentran evaluando las poesías y ensayos. Próximamente se seleccionaran 2 participantes de cada categoría para participar a nivel isla en el Certamen Literario de la Asociación Caribeña de Programas TRIO de Puerto Rico e Islas Vírgenes. Agradecimientos a las Profesoras Coordinadoras: Dra. Evelyn Jiménez y a la Prof. Idia Rodríguez por la labor realizada en dichos certámenes.

Oferta de Empleo



El Programa Servicios Educativos solicita tutores de

Contabilidad, Español, Inglés y Química

Debes tener aprobados con A o B 12 créditos o más en la materia que deseas ofrecer.

Los interesados favor de pasar por la oficina del Programa (al lado de Servicios Médicos) o llamar al 879-8534.

Experiencias de Enriquecimiento Cultural y Educativo

Lorraine Sánchez
Asistente Administrativa

El Programa Servicios Educativos planifica cada año diferentes actividades culturales de acuerdo a las preferencias de los estudiantes. Con el propósito de conocer éstas necesidades se le administra a los estudiantes un cuestionario de necesidades. Según los resultados, este año los estudiantes escogieron visitar lugares de interés ecológico y lugares relacionados a su área de estudio como primera y segunda opción respectivamente. Teniendo esto en cuenta planificamos la siguientes actividades:



1. Visita a las Cabezas de San Juan

Esta actividad se llevó a cabo el 10 de octubre de 2005. Las Cabezas de San Juan en Fajardo, es una reserva natural protegida por el Fideicomiso de Conservación de PR. La visita incluyó un recorrido por el bosque seco, los manglares y el Faro de Fajardo desde donde se puede apreciar una hermosa vista.

2. Visita a El Nuevo Día

El 18 de octubre visitamos con los estudiantes de comunicaciones las facilidades del periódico El Nuevo Día. Allí pudimos conocer el proceso de crear el periódico, desde el área de redacción, imprenta y finalmente como se prepara para la distribución .

3. Visita al Recinto de Ciencias Médicas

Esta actividad se llevó a cabo el 9 de noviembre. Ese día los estudiantes de ciencias naturales y enfermería fueron orientados sobre los diferentes programas de estudios que ofrece el Recinto y los requisitos de admisión.

Durante el próximo semestre estaremos organizando mas actividades de interés para todos nuestros estudiantes. Los exhorto a que participen de las mismas, ya que es una excelente forma de conocer lugares de interés además de compartir como grupo.

TRIO Triunfador

Nydia Arbelo Rodríguez
Directora

Este año sometimos la nominación de la ex participante Dra. Waleska Vargas Oliveras para participar en la competencia TRIO Triunfador 2005-06 auspiciado por la Asociación Caribeña de Programas TRIO de Puerto Rico e Islas Virgenes.

El galardón TRIO Triunfador reconoce los logros y aportación de los ex participantes de los Programas Federales TRIO.

Las Asociaciones estudiantiles, vehículo que aporta a la formación integral y éxito del estudiante universitario.

Prof. Raúl Zayas
Consejero

La vida universitaria es el comienzo de una etapa de todo joven estudiante. Cuando se llega a la universidad se comienzan a experimentar situaciones variadas. Nuevas amistades, independencia, retos académicos, frustraciones, entre otras vivencias.

Considero que esa nueva vida como estudiante universitario requiere de un periodo de adaptación que sin lugar a duda, necesitará de los recursos que forman parte de la institución universitaria para que estos logren alcanzar el éxito. Recursos como lo son las organizaciones estudiantiles que contribuyen en la formación integral de los estudiantes ya que garantizan la participación activa y sistemática de estos en el proceso de su propia formación y desarrollo. De esta manera, fomenta en los estudiantes el desarrollo de la habilidad para trabajar en grupos, así como para desarrollar su liderazgo de forma tal que sean ejemplos de superación y méritos.

Además las organizaciones estudiantiles estimulan y facilitan la participación estudiantil en un ambiente práctico que promueve el desarrollo de líderes proactivos y sensibles a la formación de valores con los cuales se espera contribuyan al bienestar de nuestra comunidad y por ende a la sociedad.

En la medida en que los estudiantes participen en las organizaciones estudiantiles, existen mayores posibilidades para el desarrollo de la personalidad, ello requiere el desarrollo de capacidad comunicativa, de un profundo compromiso personal y del sentido de responsabilidad; cualidades que solo pueden ser alcanzadas a través de una participación activa. A tales efectos, el Programa Servicios Educativos cuenta con una organización estudiantil que les garantiza a los estudiantes una participación activa y sistemática que

ayudará en su formación y desarrollo para lograr el éxito universitario. Por lo que exhortamos a todos aquellos estudiantes que deseen formar parte de esta excelente asociación estudiantil, a que visiten nuestras oficinas donde gustosamente le atenderemos o comuníquese al 815-0000 ext.3024.

Errores más comunes en una entrevista de empleo

Según Heidi Rosado en su artículo: De la Universidad a la Realidad del 12 de junio de 2005, los errores mas comunes que los estudiantes cometen al entrar en un proceso de selección son:

1. Ir mal vestidos a la entrevista.
2. Ir acompañados por su novio(a), amigo(a), primo(a).
3. Tener un resumé mal redactado o con errores ortográficos.
4. Utilizar la jerga de la calle.
5. No se preparan o practican para la entrevista.
6. Actitud pobre.
7. Desenfocados por completo, no saben lo que quieren.
8. Ir pensando que por que tienen un bachillerato les deben dar un puesto gerencial.
9. Elegir puestos no relacionados a su carrera profesional porque el mercado de empleo esta duro o porque no había nada más.

“TIPS” para los Indecisos

Prof. Raúl Zayas
Consejero

Los consejeros que trabajamos en el campo de las decisiones con frecuencia hacemos las siguientes sugerencias:

- No tomes una decisión en momentos de tensión nerviosa. De ser posible procura posponerla.
- Adelántate a las consecuencias. Cuando evalúes las alternativas, también verás cuales son algunas de los resultados. Trata de estar siempre alerta.
- Ten en cuenta que la mayoría de las decisiones no son irrevocables. Siempre habrá otra posibilidad.
- Prueba distintos métodos para tomar la decisión. Si quieres tomar una determinación rápida no es necesariamente aquella en la que tal vez haz estado pensando y pensando. Recuerda que muchas veces al tomar una decisión, entre más rápido la hagas, mejor.
- Si tienes que tomar varias decisiones analízalas de una en una, dándole prioridad a la más importante.

Espero que estas sugerencias te ayuden en las decisiones que vayas a tomar. Recuerda antes de tomar una decisión debemos fijarnos una meta, establecer prioridades, ver los pro y los contras, analizar todas las alternativas, escoger la mejor, decidirse y actuar. La decisión es esencial en la vida humana. La vida es un quehacer y hacer es decidir. Nadie puede evadir el toma de decisiones, las tomamos desde que nos levantamos a realizar nuestras tareas hasta que nos vamos a descansar en la noche para luego comenzar al día siguiente. Esto se aplica en todos los aspectos del diario vivir de cada uno de nosotros, por ejemplo, el trabajo, la familia, ambiciones, metas, educación, deportes, etc.

Al tomar decisiones hazlo tomando en cuenta todos los elementos de juicio favorables y de necesitar ayuda visita a un consejero profesional. Nuestro Programa cuenta con unos excelentes consejeros profesionales que pueden ayudarte en tu proceso de tomar decisiones. Te exhortamos a que visites nuestras oficinas donde gustosamente te atenderemos o comunícate al (787) 879-8534.

EDFU 3005: Seminario de ajuste a la vida universitaria

Prof. Frances Mártir
Consejera

Durante el primer semestre académico el Programa Servicios Educativos ofrece a sus participantes de primer año un curso titulado Seminario de orientación para el desarrollo personal y el éxito universitario (EDFU 3005). Este año se le ofreció a 129 estudiantes divididos en seis secciones. El Seminario se ofrece con el propósito de ayudar a los estudiantes a que se conozcan a sí mismos, descubran sus fortalezas y áreas a desarrollar. Pretende equipar al estudiante con las destrezas necesarias para una mejor adaptación al ambiente universitario. Se espera que los estudiantes adquieran herramientas para alcanzar un estilo de vida universitaria adecuado, cumpliendo con sus responsabilidades académicas, educativas y vocacionales.

En éste se discuten temas tales como: distribución y manejo efectivo del tiempo, estudio y discusión del calendario académico, normas y procedimientos institucionales, cómo tomar notas en clase, cómo prepararte para diferentes tipos de exámenes, técnicas para la búsqueda de información, exploración de carreras y desarrollo vocacional, redacción de un resumé profesional, destrezas de búsqueda de empleo y cómo presentar una entrevista de empleo.

Este semestre se les ofreció a los estudiantes varios talleres de Instrucción Bibliotecaria. También, los jóvenes Israel Sánchez y Giselle M. Rivera, estudiantes de Psicología Industrial que realizan su práctica en nuestras oficinas, les ofrecieron un taller titulado “Técnicas para alcanzar el éxito en el mundo laboral”. Finalmente, los participantes tuvieron la oportunidad de experimentar el proceso de una entrevista de empleo en el salón de clases.

Este curso es una base fundamental para el desarrollo y ajuste de nuestros participantes a la vida universitaria, así como para el logro de nuestros objetivos como Programa.

Fechas para recordar

11-17 enero	Periodo de confirmación y pago de matrícula
18 enero	Comienzan las clases
24, 25 y 26 enero	Matrícula en tutorías PSE
30 enero	Comienzan las tutorías
20-24 febrero	Semana del estudiante TRIO
21 febrero – 24 marzo	Consejería académica para primer semestre año 2006-07
17 marzo	Último día para remover incompletos
19 abril - 2 mayo	Matrícula por internet
4 mayo	Ceremonia de Logros (Tentativo)

Algo para recordar cada mañana

Tener fortaleza de ánimo para que nada pueda perturbar la paz mental.

Hablar de salud, prosperidad y felicidad.

Hacer sentir a mis amigos el alto aprecio que les tengo.

Pensar solamente lo mejor y esperar solamente lo mejor, trabajar solamente por lo mejor.

Ser tan entusiasta en los éxitos de los demás, como en los propios.

Olvidar los errores del pasado y laborar para el éxito futuro.

Llevar el semblante risueño y mostrarme siempre satisfecho.

Ocuparme lo más posible de mi mejoramiento espiritual

de modo que no tenga tiempo para criticar al prójimo.

Trabajo: Ocuparse siempre en algo útil y no desperdiciar el tiempo.

Moderación: Evitar los extremos y no actuar con ira.

Calma: No indisponerse por tonterías, accidentes o problemas.

Castidad: Que el placer esté guiado por el amor y no lleve a perder la paz.

Humildad: Imitar la sencillez de Sócrates y Jesús.

Benjamín Franklin

Conéctate es una publicación semestral con derechos reservados del Programa Servicios Educativos de la Universidad de Puerto Rico en
Arecibo.

El Programa Servicios Educativos es un Programa financiado por el Departamento de Educación Federal.