

INDICE

Saludo de la Dirección administrativa y financiera	3
Saludo del Rector	4
Conmemoración del Centenario de la muerte de Rudolf Steiner	6
El Trabajo Anual: un proceso de desarrollo individual y de compromiso social.	7
¿Qué es ser pianista, acompañante de Euritmia? ¿Qué es ser maestra de Música? ¿Qué es trabajar en colectivo?	9
Asofamilia - Un latir compartido: La fuerza de nuestra comunidad.	11
Euritmia en Escena: Fluxus	13
"Llegó la hora de pensionarme" Agradecimientos al Colegio Waldorf Luis Horacio Gómez	14
Salud mental: Una conquista posible a través del cuidado.	16
Puertas Abiertas: Tiempo Vivo Waldorf Maternal y Jardín de Infancia	18
Vacaciones de Verano: Julio 1 a 30 de 2025	19

Saludo de la Dirección administrativa y financiera.

Apreciados padres, madres y toda la comunidad de la Corporación - Colegio Waldorf Luis Horacio Gómez, reciban un cálido y fraternal saludo.

Reiteramos nuestro más sincero agradecimiento por el respaldo que constantemente que nos brindan para el cumplimiento de nuestros compromisos como institución.



Corporación:

Queremos compartir un mensaje especial de agradecimiento al señor **Diego Fernando Victoria Zuluaga**, quien durante siete años (07 de julio de 2017) se desempeñó con compromiso, responsabilidad y visión la representación legal en su condición de presidente de la Corporación, su gestión fue fundamental y reconocemos con gratitud el tiempo, la disposición y el acompañamiento que brindó durante su trayectoria con nosotros.

Al mismo tiempo, extendemos una cálida bienvenida a la señora **Lisbeth García Rubio**, quien representa a los asociados padres/madres de familia de la Corporación, quien de forma unánime asume la representación legal en su condición de presidente de la Corporación, su designación ha sido formalizada mediante la **Resolución aprobada el 27 de febrero de 2025**, emitida por la Gobernación del Valle del Cauca. A ella deseamos los mejores éxitos en su valiosa responsabilidad de representación institucional.

Transporte:

Se informa que a partir del 17 de marzo de 2025, nuestro querido **Jorge Bejarano Rodríguez**, se ha vinculado nuevamente a la Corporación en el cargo de Coordinador de Movilidad.

Entre sus funciones, estará la supervisión del transporte escolar y la comunicación con la comunidad educativa para cualquier asunto relacionado con la movilidad y el transporte, pueden contactarlo al número: 312 4541770.

“Que tu luz brille ante los demás”

!Felices Pascuas!

Ana Cecilia Díaz Mejía
Directora Administrativa Financiera



Saludo del Rector: ¡Feliz pascua de Resurrección!



Para este saludo de Pascua de Resurrección, quiero retomar algo que ya he mencionado en tiempo pasado: "La Pascua de Resurrección, festividad en principio religiosa, acontece durante la primavera; el primer domingo siguiente a la primera luna llena del equinoccio de primavera. En ella toda la naturaleza comienza a emerger, a reverdecer, a renacer después de un largo periodo de contención bajo una oleada de frío invernal donde casi toda la naturaleza ha entrado en una "fase feneciente".

La naturaleza se ve sometida durante esta estación invernal a estar sumergida, cubierta por el manto invernal, que genera una sensación de presión, de peso, de frío que quema; en esta fase la naturaleza se podría asemejar a un pedazo de carbón que es sometido a presión... para luego emerger un reverdecer, un renacer, que trae colorido, luz que se refracta y calor que anima.

¿Por qué semejante a un pedazo de carbón? Porque el carbono es un elemento común a todos los seres que han tenido vida; por él se sabe de la vida que ha existido tiempo atrás; y porque de la transformación de la base de este carbono emerge la vida. Por ejemplo, en el mundo mineral, un pedazo de carbón es la base para un diamante, pero este diamante no comienza siendo preciosísimo; para llegar a serlo, un centímetro cúbico de carbón precisa 53 toneladas de presión a 2.760 grados de temperatura; sólo así se convierte en diamante. Y, ¿qué es lo que hace que una piedra preciosa sea un brillante? que refracta la luz que recibe; a mayor refracción de la luz es más preciosa.

Sobre esta analogía podemos pensar en la primavera como una fase estacional que emerge de la inmersión de la naturaleza en una fase de "presión invernal". Y aunque el alma humana no puede tener tanta evidencia de esto en esta parte del planeta, los procesos anímicos del ser humano acompañan estos procesos de la naturaleza.

En un proceso de evolución humano consciente, o inclusive inconsciente, luego de situaciones de mucha presión, de crisis, emergen momentos de lucidez, de ideas brillantes, inspiradoras; durante estos estados se forjan un carácter firme, habilidades nuevas, una mayor individualización ... un, cada vez menor ego, que permite trascender a un cada vez más, YO SOY. Que el carbono, como uno de los elementos básicos de nuestra naturaleza, pueda haber sido transformado para refractar la luz radiante de nuestros más profundos ideales."

En una época en que las fuerzas del mal poseen a otros seres humanos (entiéndase seres luciféricos, ahrimánicos y/o asúricos), para que a través de ellos se degrade la esencia humana de otro ser humano y de sí mismo, en sus múltiples formas posibles: asesinatos, violaciones, difamaciones, etc., vale recordar el poema de Rubén Darío:

*Puede una gota de lodo
sobre un diamante caer;
puede también de este modo
su fulgor oscurecer;
pero, aunque el diamante todo
se encuentre de fango lleno,
el valor que lo hace bueno
no perderá ni un instante,
y ha de ser siempre diamante
por más que lo manche el cieno.*



Recordemos en esta Pascua de Resurrección el valor septuple implícito que posee el "YO SOY"; no le demos lugar en nuestra interioridad al "no yo", ni mucho menos a otra cosa o ser en "lugar del YO" ... Signifique esto:

¡Feliz Pascua de Resurrección!

Mario Edison Veira Zapata
Rector





Commemoración del Centenario de la muerte de Rudolf Steiner

Durante el mes de marzo, nuestra comunidad educativa se unió en conmemoración del centenario del fallecimiento de **Rudolf Steiner**. A lo largo de este mes, estudiantes, maestros/as y familias participaron en diversas actividades que rindieron homenaje a su legado; nuestros pasillos y nuestra biblioteca fueron una exposición abierta en torno a su visión del ser humano y a la educación. Prácticas de euritmia, talleres artísticos y actos conmemorativos, permitieron a toda la comunidad vivenciar el espíritu de la antroposofía.

En fechas como esta, nuestro colegio se transforma en un espacio de encuentro profundo con los fundamentos que nos inspiran. Honrar la vida y obra de Rudolf Steiner, no es solo mirar al pasado, sino también renovar nuestro compromiso con una educación que cultiva la libertad, el pensamiento autónomo y el desarrollo armónico de cada individuo.

A cien años de su partida, su impulso sigue presente, guiando silenciosamente cada gesto pedagógico y cada vínculo humano que se teje día a día en nuestras aulas.



El Trabajo Anual: un proceso de desarrollo individual y de compromiso social.



El Trabajo Anual representa una valiosa oportunidad de desarrollo personal, es un espacio evolutivo que permite al estudiante explorar sus impulsos vitales, fomentar el crecimiento de sus competencias individuales y proyectarlas en un impacto real sobre la comunidad a través de su proyecto.

Esta asignatura exige coraje y valentía, ya que implica la formulación de una meta significativa que será desarrollada a lo largo de un año. Durante este proceso, el estudiante participa de manera autodirigida en un trabajo de investigación que incluye: documentación, una acción con impacto social y una exposición oral que presenta el recorrido realizado.



El tema y la meta del trabajo son definidos inicialmente por el propio estudiante, aunque pueden transformarse en el transcurso del proyecto según su viabilidad. Estas decisiones son avaladas por el Comité de Trabajos Anuales. El tema debe reflejar los intereses auténticos del estudiante y tener un sentido social que contribuya al desarrollo de otras personas.

Parte fundamental del proceso es una mirada reflexiva hacia la propia biografía: revisar las experiencias de vida, las competencias adquiridas, los talentos descubiertos y las debilidades que aún deben ser transformadas, tal vez allí, en esa introspección, se encuentre la respuesta a lo que vibra en su corazón, a lo que lo apasiona, al rumbo hacia el que se orienta la fuerza de su individualidad emergente.





Es esencial que el tema elegido despierte un profundo interés personal; de lo contrario, el proyecto puede convertirse en una carga pesada, generando desgaste y dificultades tanto para el estudiante como para su entorno. Además, el tema debe ser viable en el marco temporal disponible: un año. El proceso concluirá en enero de 2024, y su presentación final se realizará en febrero de 2025.

La viabilidad del tema también está determinada por su posibilidad de ser vivido en la práctica, ya que el Trabajo Anual no se limita a una investigación teórica, la profundidad con la que se aborde permitirá al estudiante desarrollar una base sólida para emitir juicios fundamentados en su experiencia personal y arribar a conclusiones propias, esto requiere conexión, compromiso y una voluntad activa.

La responsabilidad surge desde la iniciativa personal y el reconocimiento de la propia individualidad, finalmente, el Trabajo Anual es un proyecto llevado a cabo por los estudiantes del último grado escolar y representa el cierre del proceso educativo dentro del marco pedagógico Waldorf, siendo la culminación del camino formativo propuesto por el proyecto educativo institucional.



¿Qué es ser pianista, acompañante de Euritmia?

¿Qué es ser maestra de Música?

¿Qué es trabajar en colectivo?



En este texto sobre mi hacer en el colegio, que ha sido desde 1999, con el acompañamiento a los diferentes maestros de Euritmia y las clases de dicha materia en el Colegio Waldorf Luis Horacio Gómez.

A Ivone Rodríguez, Walther Liebenthal, Gonzaga Avendaño, Martina Möhler, Nancy Arias, Silvia Bardt y actualmente a la maestra Laura Rojas, quiero agradecerles por permitir acompañarlos y aprender sobre qué es la euritmia.

Soy licenciada en música y pianista, graduada en la Universidad del Valle, con estudio y maestría del piano y del teatro y las artes vivas de la Universidad Nacional de Colombia. En todo este hacer, he podido acompañar interpretando obras del repertorio musical para euritmia y también, he tenido la oportunidad de crear mis propias composiciones.

Antes de llegar al colegio, fui pianista en Incolballet y en la Compañía Colombiana de Ballet de Cali, allí tuve la oportunidad de aprender el qué es ser capaz de vincular el ritmo y la sonoridad de la música a las coreografías y los movimientos en el escenario.

Desde 1999 hasta la actualidad, he podido acompañar muchas obras de teatro de los estudiantes del colegio, los distintos saludos, celebraciones en las diferentes épocas del año y muchas presentaciones para los padres y la comunidad en general, con diferentes programas creados por los maestros.

En dos temporadas viajamos a la ciudad de Medellín, a realizar una presentación sobre la rama de la euritmia musical y de la palabra en el escenario, también, realizamos un intercambio con la maestra Itsy Vaquero, la maestra Luz Dary Echeverry, la maestra Nancy Arias, la maestra Ivone y el maestro Walther.



A través de mi labor en el acompañamiento, descubrí que la euritmia tenía varias ramas como: la pedagógica, la artística, la palabra, empresarial y musical.



Con la maestra Ivone, se dió la oportunidad de acompañarla ininterrumpidamente desde el año 1999 hasta la actualidad, donde en la última formación de maestros Waldorf de primaria, realizamos todo un módulo sobre la euritmia de la palabra y de la música. También acompañé a la euritmista curativa Martina, durante el ciclo de formación en la misma área, donde realicé talleres de música para la formación de Pedagogía Curativa desde el 2009 hasta el 2014.

Junto a los maestros Betty Valderrama, Silvia Macedo de Castro, Enrique Castro, Beatriz Buitrago y Carmenza Baena, compartimos en el seminario de maestros y el preseminario de maestros Waldorf con quienes además de realizar mi formación en ambos cursos, también hice parte de los maestros que acompañan la formación brindando el componente de música desde el 2012 hasta el 2020.

El conocer y saber interpretar la música, en especial la clásica, que tiene en ella misma el ritmo, la armonía y la melodía, genera que compagine muy bien mi trabajo en el acompañamiento de las clases, pues ayuda de una manera sana y viva para el desarrollo del hombre tripartito, como lo planteado por Rudolf Steiner en la Antroposofía.

En las escuelas Waldorf, la euritmia es la única materia que desde temprana etapa escolar transversaliza el currículum académico, como pilar importante.

Con la música interpretada en vivo en la clase, podemos seguir y apoyar la parte rítmica que acompaña las diferentes inteligencias de los pies, en cuanto al ritmo; llevar un hilo conductor, desenvolver el compás musical, apelar a la memoria, a las diferentes formas coreográficas en el espacio, mantener frases y motivos musicales en el tiempo exacto.

Existen diferentes compositores que han creado obras para la euritmia como: Lea van Der Pal, Bitttrich y Metaxa, entre otros, a quienes descubrí, aprendí e implementé en mi acompañamientos y clases, actualmente y con la experiencia adquirida he podido emplear en esos acompañamientos compositores del repertorio latinoamericano como: Víctor Jara y José Tomas Posada.

La música despierta la atención, crea un ambiente, genera efectos en un cuento, mueve el hilo conductor de una historia, pero también tiene silencios, que invitan a la escucha. Al ser un arte vivo, resuena en el ser humano que la siente, porque se propaga a través de las vibraciones, logrando concluir que no involucra únicamente al sentido de la escucha, sino también al movimiento, el tacto y la visión.



Andrea Reyes Cardozo
Maestra de Música
Pianista Acompañante de Euritmia.

Un latir compartido: La fuerza de nuestra comunidad.

En un mundo que a menudo parece dividírnos, donde las diferencias pueden hacernos sentir solos, encontramos que al ser parte de nuestra asociación de padres y madres de familia recordamos la belleza de la unidad. Cuando elegimos ser parte de esta comunidad, no solo nos unimos por un propósito común, abrazamos una misión que trasciende lo individual y se convierte en un **latido colectivo**, un eco profundo de amor y compromiso hacia nuestros hijos y hacia nosotros mismos.



Grupo de estudio - Día viernes



**Bienvenida maestros y personal.
Enero de 2025**

Cada encuentro, cada reunión y cada acción que emprendemos juntos son pasos hacia la transformación. Al asociarnos, no solo nos unimos como padres; nos unimos como seres humanos que desean construir un entorno en el que nuestros hijos desarrollen una conexión con su esencia más profunda.

La Asociación de Padres de Familia del Colegio Waldorf Luis Horacio Gómez, es más que una agrupación; es el corazón palpitante de nuestra comunidad educativa. Aquí, compartimos nuestros sueños y preocupaciones, nuestros anhelos y esperanzas.

En este espacio sagrado, resonamos juntos creando una sinfonía que no solo beneficia a nuestros hijos, sino que también nutre nuestras almas. **En el servicio, encontramos la oportunidad de crecer, de aprender y de ser mejores versiones de nosotros mismos.** Cada gesto de apoyo, cada acción desinteresada, es una semilla que plantamos en el jardín de la vida de nuestros pequeños.

La invitación es clara: pensémonos en comunidad y reflexionemos sobre lo que significa ser parte de algo más grande, ser parte de esta asociación es contribuir a un legado de amor, respeto y conciencia, es un compromiso con el bienestar de nuestros hijos y con la construcción de un mundo mejor, en el cual juntos podemos crear un camino iluminado por la fuerza de nuestra unión.



Coro Femenino CWLHG



Caminando Juntos - Grupo 1 -2025



Padres sesión: Gong

Hagamos de nuestros corazones un solo latir, seamos un solo corazón que late por la esperanza, por la transformación y por el amor. Juntos, podemos crear un camino iluminado por la fuerza de nuestra unión. **En Asofamilia, encontramos el valor para seguir adelante, la inspiración para soñar en grande, y el coraje para transformar no solo nuestras vidas, sino también la de nuestros hijos y de toda la comunidad.**

Sin embargo, es interesante reflexionar sobre las razones que nos limitan al no unirnos a iniciativas que benefician a nuestros hijos y a la comunidad. Si hemos elegido una educación que cultiva valores, ¿por qué no apoyamos aquellos esfuerzos que los refuerzan? Al asociarnos, no solo contribuimos económicamente, sino que también nos comprometemos con causas esenciales para el ambiente enriquecedor que nuestros hijos necesitan.

Es posible que la limitación provenga de un miedo al compromiso, de la creencia de que nuestra participación no es necesaria o de la idea de que ya hay otros que están haciendo el trabajo; sin embargo, cada voz y cada acción cuentan. Al unirnos, podemos multiplicar el impacto de nuestras acciones y crear un tejido social más fuerte que beneficie no solo a nuestros hijos, sino a toda la comunidad.

Reflexionemos sobre las barreras internas que nos detienen, preguntémonos cómo podemos superarlas. Al afiliarnos a una causa común, invertimos en el futuro de nuestros hijos y de la sociedad, reconociendo nuestro potencial para aportar, podemos convertir nuestras dudas en acciones concretas que fomenten el bienestar y la cohesión. ¿No es el momento de dejar atrás esas limitaciones y abrazar la oportunidad de hacer la diferencia?

Con cariño y gratitud,

JUNTA DIRECTIVA ASOFAMILIA

Euritmia en escena.



Más allá del aula, la euritmia es un arte escénico, que por lo general suele estar destinado a los escenarios de las grandes ciudades y pocas veces se presenta en Cali. No obstante, este año tuvimos el privilegio de acercarnos a esta expresión artística gracias a la visita del **Grupo Meraki de Euritmia Joven**, que el pasado 30 de abril presentó su programa **FLUXUS** en el Centro Cultural Comfandi.

Esta presentación hizo parte de su gira internacional, que también recorrió Medellín, Bogotá, Argentina, México y varios países de Europa. El repertorio incluyó obras de destacados compositores brasileños como: Heitor Villa-Lobos, Egberto Gismonti y Lorenzo Fernández, así como interpretaciones poéticas de autores de la talla de Carlos Drummond de Andrade, Cassiano Ricardo y Marcus Tardelli, entre otros.



El Grupo Meraki nos regaló mucho más que una bella presentación; nos ofreció una experiencia que hizo visible la fuerza del amor y del esfuerzo puesto en cada gesto. Su actuación fue un testimonio vivo de que cuando se hace algo con entrega auténtica, con alma, con el corazón puesto en cada paso, el impacto trasciende lo artístico para volverse transformador. Nos recordaron que, si caminamos juntos, guiados por quienes nos inspiran y nos sostienen, ningún obstáculo es insuperable.

Compartimos extractos de la canción "Mitad" de Oswaldo Montenegro que acompañó momentos de esta presentación:



*Que la fuerza del miedo que tengo
No me impida ver lo que tanto anhelo...*

Y que la muerte de todo en lo creo

No me tape los oídos, ni la boca

Porque la mitad de mi es lo que grito

Pero la otra mitad es silencio...

(...)

Que el arte nos indique una respuesta

Aunque ella no sepa

Y que nadie intente complicarla

*Porque se necesita simplicidad para
que florezca*

Porque la mitad de mi es el espectador

La otra mitad es canción

Y que mi locura sea perdonada

Porque la mitad de mi es amor

Y la otra mitad también.



“Llegó la hora de pensionarme” Agradecimientos al Colegio Waldorf Luis Horacio Gómez

Y llegó el día...

Primero que todo, quiero agradecer a Dios por permitirme ser parte de esta hermosa institución, por cada triunfo logrado a lo largo de estos años, agradezco especialmente a la señora Deyanira de Martínez, quien fue mi primer jefe y me brindó la oportunidad de comenzar en este empleo, de ella aprendí mucho, así mismo, agradezco a mi actual jefa la señora Ana Cecilia Díaz, ella es para mí un tesoro, yo la quiero mucho por su modo de ser.

De igual manera, agradezco a la señora Carmenza Baena, Beatriz Bedoya, Gloria Amparo Ruiz y al Rector Mario Edison Veira Zapata, a mis compañeros, maestros, estudiantes y padres de familia, les agradezco profundamente, ha sido muy satisfactorio compartir con ustedes este recorrido de más de cuarenta años en mi trayectoria laboral.

Recuerdo que comencé este proceso el primero de septiembre de 1985, cuando tenía 22 años, fui recomendado por la señora Marina de Hurtado y su esposo José Lisandro Hurtado, quienes en ese entonces preparaban el refrigerio para los estudiantes de primaria, bachillerato y preescolar en la sede de Santa Anita.

Fue la señora Marina quien me presentó a la señora Deyanira Martínez y así ingresé a trabajar, realizando oficios varios reemplazando al señor Leonel trabajo.

En 1986, se abrió la sede en propiedad en Pance, las edificaciones eran desde la rectoría hasta la fotocopiadora y el resto era potrero.

Recuerdo que en ese entonces, cortábamos el prado con machete y dejábamos entrar al ganado para que nos ayudara a comer el pasto.





Hubo varias crisis durante ese tiempo, pero también grandes momentos.



Otro de mis recuerdos inolvidables fue en 1990, cuando se construyeron el primer y segundo piso del colegio y posteriormente el preescolar, en aquel entonces, trabajábamos con barro y cabuya para tapar los huecos, traíamos tierra roja para sacar la pintura y pintábamos los corredores.

Aprendí a guadañar, a sellar las tablas para las mesas, a tallar madera y a compostar la tierra.



También, quiero dar gracias a la Corporación Rudolf Steiner por haberme dado la oportunidad de trabajar todos estos años y así mismo, a la asociación de padres de familia, les envío a todos muchas bendiciones, esperando que este colegio sea próspero, a todos mis compañeros, profesores, a quienes están y a los que ya se fueron de este largo recorrido en el Colegio Waldorf Luis Horacio Gómez.

Hoy, me considero muy afortunado de haber servido con gusto y dedicación a todos ustedes: estudiantes, maestros, jefes, compañeros.

Muchas gracias por todo.

¡Hasta siempre!



Olver Darío Volverás
Mantenimiento

Salud mental: *Una conquista posible a través del cuidado.*

Es recurrente que el concepto salud mental se asocie rápidamente con lo opuesto: la enfermedad mental, el desasosiego, individuos angustiados, deprimidos o inquietos, también se asocia con hospitales mentales, tratamientos farmacológicos y psicoterapia. Estas asociaciones no son infundadas, pues la historia de la locura es también la historia de la humanidad, y para llegar a una comprensión de términos aparentemente "nuevos" como bienestar o inclusión, es preciso volver la mirada sobre algunas cuestiones en torno a la locura, la exclusión y el malestar.

Los hospitales mentales son la evolución del manicomio, los centros de reclusión y los refugios para enfermos, todos estos lugares se destinaron a lo largo de la historia para individuos que la sociedad consideró privados de la razón, el buen juicio e incluso las "buenas" costumbres, a decir, "locos", "tontos", delincuentes o "incapacitados" para la vida civil y social. Debido a esto, muchos tratamientos consistían en someter a los individuos para que se ajustaran a la "normalidad". De este modo, se desconocía el sufrimiento del alma y la influencia de factores sociales, económicos, familiares y afectivos en la vida de los seres humanos.

Con los cambios de época, el desarrollo de las corrientes humanistas, la Declaración de los Derechos Universales y la fundación de la OMS, se da un viraje hacia nuevas formas de entender y atender las afecciones de la mente y el alma humana. La "normalidad" es cuestionada, excluir lo divergente deja de ser la mejor opción y el ser humano empieza a ser considerado desde sus experiencias sensibles.

En consecuencia, términos como diferencia, trato igualitario e inclusión están cada vez más presentes en los discursos sociales, y factores como el sentido de pertenencia, la vinculación, las redes de apoyo, el desarrollo social y laboral, se convirtieron en medidores del bienestar de las personas en los últimos años.



Pese a estos avances, los casos de exclusión y señalamiento a lo distinto se siguen presentando, ya que asumirnos en la diferencia y aceptar al otro como uno diferente, es una de las tareas más arduas del ser humano. Entonces surge la gran pregunta: ¿cómo contribuir a esta tarea desde la cotidianidad? Los invito a pensar en una acción cotidiana: comer.

No siempre comemos para satisfacer el hambre, si fuese de este modo, cualquier cosa bastaría. En la mayoría de los casos, el apetito nos lleva a una búsqueda que consiste en probar distintas opciones hasta encontrar lo que queremos, esto se debe a que satisfacemos diferentes aspectos del ser cuando comemos. Jeong Kwan, monja y cocinera budista expresa: "con la comida podemos compartir nuestras emociones" y agrega: "no hay diferencia entre cocinar y el camino espiritual". Entonces, ¿qué ocurre cuando cocinamos?

Es recurrente que el concepto salud mental se asocie rápidamente con lo opuesto: la enfermedad mental, el desasosiego, individuos angustiados, deprimidos o inquietos. También se asocia con hospitales mentales, tratamientos farmacológicos y psicoterapia. Estas asociaciones no son infundadas, pues la historia de la locura es también la historia de la humanidad, y para llegar a una comprensión de términos aparentemente “nuevos” como bienestar o inclusión, es preciso volver la mirada sobre algunas cuestiones en torno a la locura, la exclusión y el malestar.



El segundo paso es la medida de las cosas, pues no se necesita la misma cantidad de ingredientes para un plato que para cinco. Aquí entra en juego nuestra capacidad de dar y recibir, pero también la de respetar los límites en la relación con otros. Muchas veces creemos que entre más damos o recibimos es mejor, sin embargo, los excesos pueden ser una fuente frecuente de daño y poder detenernos ante ellos, es también una forma de cuidado.

Un tercer paso es llevar los ingredientes al fuego, es decir, al encuentro con otros y con la vida. No todos los platos requieren de la misma temperatura, pero sí de la misma atención, igual sucede con cada vínculo que establecemos y cada situación que vivimos. Reconocer los puntos en común y las diferencias que compartimos con los otros, nos permite moderar nuestro actuar.

En este punto, lo que resta es armarnos de paciencia y permitirnos la espontaneidad, por un lado, para no apresurar o retardar los procesos propios o ajenos, por otro, para probar y añadir el toque (eso singular que vive en cada quien) que hará de nuestro plato algo especial. Recordemos que el tiempo dedicado a nuestros proyectos (tareas, oficios del hogar, nuevas prácticas) y la pausa que introducimos entre una actividad y otra, nos permite un contemplar distinto que abre el abanico de posibilidades al momento de resolver una situación adversa.

Llegados hasta aquí, podemos preguntarnos: **¿qué relación tiene la salud mental, la comida y la cocina?** Tal vez el planteamiento de Bernard Brusset[1] acerca del comer como una acción de alto valor social pueda responderlo, pues los alimentos transmiten características culturales y familiares, así como prácticas de cuidado y formas de vinculación temprana de las que se desprenden elementos para una socialización posterior [1] Brusset, B. (1985) La anorexia. Inapetencia de origen psíquico en el niño y el adolescente.

Así, el comer nos enseña la importancia de los límites (aceptación y rechazo) y de la existencia de otro capaz de ejercer la autoridad, que dé sostén y genere las posibilidades para desarrollarnos a nivel individual y social. Del mismo modo, el desarrollo del gusto y de la moral se hacen posible a través de los otros, al compartir, en el dar y recibir, en el mezclarnos para crear nuevas formas de estar juntos, pues el ser humano no sólo es una individualidad, sino también un ser social. La salud mental y el cuidado se viven cuando somos capaces de alojar lo diferente o por el contrario, cuando lo mantenemos al margen.

Es del cuidado recibido que podemos entregar. Quizá en el cuidado de sí y del otro se encuentre el ejercicio de la empatía.

Carolina Villegas
Coordinadora de convivencia

[1] Brusset, B. (1985) La anorexia. Inapetencia de origen psíquico en el niño y el adolescente.

TIEMPO

Vivo Waldorf



¡DESCUBRE LA MAGIA DE LA INFANCIA EN NUESTRO TIEMPO VIVO WALDORF!

El Colegio Waldorf Luis Horacio Gómez abre nuevamente sus puertas para que las familias vivan de cerca la experiencia de una educación que respeta los ritmos de la niñez y promueve el desarrollo integral desde el amor, el juego y la creatividad.

La experiencia **Tiempo Vivo Waldorf**, es un espacio especialmente creado para familias con niños y niñas de 18 meses a 6 años, donde los más pequeños podrán explorar, jugar y crear libremente en un entorno que honra la infancia como una etapa única y fundamental, mientras madres y padres comparten un conversatorio cercano con nuestras maestras, descubriendo de primera mano nuestra propuesta pedagógica y el profundo cuidado que brindamos con el corazón.

Contaremos con dos fechas especiales:

TIEMPO VIVO WALDORF

Maternal

JUEVES, 24 DE MAYO

2:00 P.M.

Jornada especial para familias con bebés de 18 meses hasta los 2 años de edad.

TIEMPO VIVO WALDORF

Jardín de Infancia

JUEVES, 12 DE JUNIO

2:00 P.M.

Jornada especial para familias con bebés de 18 meses hasta los 6 años de edad.

Invitamos a nuestra comunidad educativa a compartir y difundir estos próximos eventos con familiares, amigos y conocidos; su recomendación puede abrir la puerta para que más niños vivan la magia de la educación Waldorf desde sus primeros años.

VACACIONES DE VERANO

1 a 30 de julio

Nuestras Vacaciones de Verano son el espacio ideal para que los niños y niñas entre 3 y 8 años vivan una hermosa aventura, llena de actividades para imaginar, explorar, crear y divertirse.

Cada día será una nueva aventura:

- 🎨 Arte y manualidades.
- 👟 Caminatas en la naturaleza.
- 🌿 Picnics y juegos al aire libre.
- 🧪 Escalada, experimentos y culinaria.
- 📖 Cuentos, canciones e inglés.

Incluye: Materiales, alimentación, transporte, salidas y seguro médico.

Reserva tu cupo dando clic en el siguiente enlace:

**Formulario de
Preinscripción**





**COLEGIO WALDORF
LUIS HORACIO GÓMEZ**



CORPORACIÓN PARA EL FOMENTO DE LA EDUCACIÓN RUDOLF STEINER