

Boletín Mensual

BMN #10



Maestra Nara

Enero 2026

Abrimos un
nuevo año con
gran ilusión



¡ Bienvenido 2026 !

Un nuevo año, es como un regalo que podemos abrir y nos invita a recomenzar nuestro camino, con más experiencia, más aprendizajes ganados y con muchas ganas para volver a hacer lo mismo, pero mucho mejor.

Desde Nara abrimos este año 2026 recordando y agradeciendo todo lo vivido y lo que vendrá.

Dejamos espacio para recibir lo nuevo con amor. Y lo recibimos con muchas ganas de aprender y vivir experiencias juntas, entre maestras gestoras del cambio.

Espero de todo corazón que este 2026 podamos caminar juntas y acompañarnos en nuestro trabajo con la infancia.

En este boletín podrás encontrar:

Orientaciones
para comenzar
tu año

Historias que
Inspiran

Recuerdos del
2025

Actividades
Nara

Regalo
Descargable

Janetty



Cómo alcanzar tus metas este 2026



Un nuevo año es como un regalo. Si logras mirar tus pasos del año anterior, puedes reflexionar y hacerlo mejor este año que inicia. Este mes de enero que estás de vacaciones es una gran oportunidad para hacer este proceso y organizarte mejor. Te invito a coger tu agenda, o cuaderno de apuntes para ayudarte a recordar lo que hiciste. Repasa cada mes, comenzando de enero del 2025 hacia diciembre, y en ese proceso:

- Dedica un momento a revisar lo que aprendiste y lograste en el año anterior.
- Identifica los retos superados y las lecciones que te dejaron.
- Haz una lista de cosas por las que te sientes agradecida.

5 tips para alcanzar tus metas

- 1 Establece metas claras y alcanzables.
- 2 Crea un plan de acción.
- 3 Desarrolla hábitos pequeños y consistentes y comienza a dar pequeños pasos.
- 4 Evalúa y ajusta.
- 5 Comparte tus metas y celebra tus logros.



"Comienza reflexionando y agradeciendo por lo vivido el 2025"



1. Establece metas claras y alcanzables

- Define lo que quieres lograr este 2026. A nivel personal, profesional, en tus relaciones, en tu salud, etc.
- Asegúrate de que tus metas sean específicas, medibles y con plazos. Por ejemplo: "Ahorrar cada mes el 10% de mis ingresos". Si tu meta es más ambiciosa y requiere de más tiempo, define lo que es posible lograr este año.

2. Crea un plan de acción

Define la ruta que seguirás para lograr tus metas.

Por ejemplo si tu objetivo a nivel profesional es: "Quiero mejorar la gestión de mi aula para estresarme menos" define mejor los resultados que quieras lograr. Por ejemplo: Un ambiente más colaborativo y participativo, niños que interioricen las normas que promueven el respeto y la organización del trabajo, uso efectivo del tiempo, etc.

Identifica las acciones que te ayudarán a lograrlo, por ejemplo: llevar un curso de actualización en este tema, revisar información sobre estrategias efectivas, buscar ejemplos de buenas prácticas, conversar con colegas que tienen buenos resultados en esta área, etc. Distribuye las acciones que tienes que realizar en un calendario para así organizarte mejor.

3. Desarrolla hábitos pequeños y consistentes y comienza a dar pequeños pasos

La motivación te ayuda a comenzar, sin embargo para avanzar en ese camino necesitas desarrollar hábitos. Algunas pautas para ello:

- Enfócate en establecer rutinas que te acerquen a tus objetivos, en lugar de depender solo de la motivación. Por ejemplo, si te propusiste mejorar tu alimentación: define tu nuevo menú, organízate para hacer tus compras y tener a tu alcance los nuevos alimentos, elimina de tu despensa alimentos que no te hacen bien, etc.
- Comienza con cambios pequeños pero constantes: Por ejemplo en la línea de mejorar tu alimentación podrías comenzar añadiendo en tu dieta jugos verdes o más ensaladas y así gradualmente vas haciendo los cambios hasta llegar al punto que quieras. No pretendas hacerlo todo desde un inicio.
- Comienza tu semana organizándote en función de objetivos alcanzables. Así enfocarás mejor tu energía y tiempo, y aumentarás tu motivación al sentir que logras cumplirlos.



4. Evalúa y ajusta

Es necesario detenerte, volver a mirar lo que te propusiste, reflexionar sobre tus avances y hacer ajustes si es necesario. Tal vez no fuiste muy realista y necesitas dividir tu objetivo en más partes y en este año solo llegar a una de ellas, o necesitas ampliar un plazo, etc.

5. Comparte tus metas y celebra tus logros

Compartir tus intenciones y frustraciones con una amiga o alguien que tengas cerca y tenga una actitud positiva puede motivarte a actuar y no detenerte. Te animo a buscar a alguien para que te acompañe en este camino.

También es importante que seas amable contigo misma reconociendo cada logro por más pequeño que sea. Eso te ayudará a trabajar con constancia.

"Recuerda , Son los pequeños pasos y la constancia la que nos ayuda a lograr grandes objetivos"

Espero que estas pautas te sean de ayuda para alcanzar tus metas este 2026.

Cada lunes a las 6 am. estaré compartiendo un post en el facebook de Nara para acompañarnos en este camino de alcanzar nuestras metas. Te espero.

Que este año tengas la fuerza de voluntad para definir tus metas, organizarte y así concretar tus sueños y proyectos. Un gran abrazo.

super promoción

¿Quieres un año escolar con menos estrés y más disfrute?
¡No te pierdas estas promociones!
Solo abrimos un curso al año

Nuestros cursos 2026

Febrero	2	Gestión del espacio y tiempo
Lunes		
Marzo	5	Desarrollo del lenguaje
Jueves		
Marzo	17	Plan lector
Martes		
Abril	1	Lecto- escritura con emoción
Miércoles		
Mayo	4	Pensamiento numérico
Lunes		

Un curso

s/220

Todos los cursos incluyen:
6 clases online en vivo (zoom)
Clases grabadas
Plataforma con material práctico y guiado para aplicar lo aprendido en tu aula
Sesión para recibir retroalimentación de lo aplicado en tu aula

Dos cursos

s/400

Págalo en dos cuotas
1ra. Cuota S/.250
2da. Cuota S/.150
(antes de iniciar el segundo curso)

Tres cursos

s/570

Págalo en tres cuotas
1ra. Cuota S/.250
2da. Cuota S/.200
(antes de iniciar el segundo curso)
3ra. Cuota S/.120
(antes de iniciar el tercer curso)

Para más información: +51 974926228

" Historias que Inspiran "



**Cecilia Atoche logró
hacer de su
aula un segundo
maestro.**

Mira su historia aquí e
inspírate con
su experiencia. Tú también
puedes hacerlo realidad.

[Ver Historia](#)



Aprender sí puede ser una
experiencia placentera con el
método Nara.

**Los niños de 5 años de Diana
Vera pudieron aprender a "leer
y escribir", sin presiones.**

Lograron ser constructores de
su aprendizaje y sus familias
vieron los resultados.



[Ver Historia](#)





Momentos Nara

“Hoy queremos volver a mirar atrás y revivir junto a ustedes los momentos más lindos que vivimos en Nara el 2025. Cada historia guarda risas, aprendizajes y mucho cariño compartido. Gracias por ser parte de nuestra comunidad y acompañarnos en cada etapa.”



★ Aprendimos juntas con los cursos de Nara

Maestras de diferentes lugares del Perú que compartimos un mismo deseo: dejar prácticas tradicionales y disfrutar, nos encontramos en Nara y aprendimos juntas a diseñar los espacios de nuestra aula con una intención pedagógica y a usar el método Nara para lograr aprendizajes con emoción. Si este año quieras reforzar lo aprendido, puedes repetir el curso que llevaste el año pasado pagando solo 100 soles.



★ Visitamos aula para ver cómo se está aplicando el método Nara

Visitamos algunas aulas en Arequipa, Lima, Huancayo, y Piura. Es hermoso ver como cada maestra va poniendo su sello personal. Nos motivan a seguir dando lo mejor de nosotras. Y este 2026 queremos llegar a más lugares. ¿Cuáles serán las ciudades que visitemos este 2026?



★ Tuvimos encuentros presenciales para nuevo lanzamiento de materiales que nos motiven y faciliten el trabajo.

★ Creamos nuevos libros

Luego de un tiempo de trabajo, este año ¡¡¡publicamos nuevos títulos!!! Estén atentas para descubrirlos. Este año 2026 seguiremos creando más historias que inspiren el aprendizaje con alegría.





Actividades Nara

Este 2026 en Nara :

1. Nos damos una pausa para nutrirnos y renovarnos

Este año busco la naturaleza para nutrirme de ella, renovarme y volver fortalecida para comenzar con los cursos de Nara. Y es que en cada uno de ellos buscamos rozar, tocar y afectar a cada maestra para que pueda ser una gestora del cambio.



2. Tenemos una cita el 27 de enero a las 8 pm. Nara para mí - facebook Live

Queremos contarte lo que hemos preparado para caminar juntas este año 2026. Te esperamos.

Webinar gratuito

Nara
para mí



Facebook

Martes 27
enero
8 pm.

NARA

Curso on line

Gestión del
espacio y
tiempo

Inicio

2 Febrero
única fecha

Inscripciones
974-926-228

NARA





Descarga tu regalo

¡Aprovecha tu cupón de descuento en los cursos Nara! 🎉

💡 Invierte en tu desarrollo profesional con este beneficio exclusivo y prepárate para un 2026 lleno de aprendizajes junto a Nara.

¡No dejes pasar esta oportunidad! 🚀

CUPÓN DE DESCUENTO



- Términos y condiciones:
- No aplica para paquetes.
 - Válido solo hasta el 15 de enero.
 - Se requiere realizar el 100% del pago.

[DESCARGA TU CUPÓN AQUÍ](#)



Cada mes, nuestro boletín llegará a tu correo con un regalo especial para ti. 🎁
¡No te lo pierdas!

Para este mes de enero, te obsequiamos un cupón de descuento, para que no te quedes fuera y participes de los cursos que tenemos preparado para tí. Este 2026 tú puedes ser parte del cambio.

Recuerda, cada primero de mes recibirás una nueva sorpresa en tu email.

¡Mantente atenta al próximo boletín y disfruta de estos recursos pensados especialmente para tí!

Que tengamos un maravilloso inicio del año 2026. Gracias por ser parte de esta comunidad de maestras gestoras del cambio.

El próximo mes nos encontramos con un nuevo boletín, con más inspiración y recursos para seguir creciendo juntas.

Vanetty


Maestra Nara

Formas parte de esta lista porque estás inscrito/a en nuestro boletín de Maestras Nara. ¡Muchas gracias por tu confianza!