

# Pansariling Kaunlaran

## Ikalawang Markahan – Modyul 8: Panlipunang Pakikipag-ugnayan sa Panahon ng Kalagitnaan at Huling Bahagi ng Pagbibinata at Pagdadalaga



## **Pansariling Kaunlaran – Grade 12**

### **Alternative Delivery Mode**

#### **Ikalawang Markahan – Modyul 8: Panlipunang Pakikipag-ugnayan sa Panahon ng Kalagitnaan at Huling Bahagi ng Pagbibinata at Pagdadalaga**

**Unang Edisyon, 2020**

Isinasaad sa Batas Republika 8293, Seksiyon 176 na: Hindi maaaring magkaroon ng karapatang-sipi sa anomang akda ang Pamahalaan ng Pilipinas. Gayonpaman, kailangan muna ang pahintulot ng ahensiya o tanggapan ng pamahalaan na naghanda ng akda kung ito ay pagkakakitaan. Kabilang sa mga maaaring gawin ng nasabing ahensiya o tanggapan ay ang pagtakda ng kaukulang bayad.

Ang mga akda (kuwento, seleksiyon, tula, awit, larawan, ngalan ng produkto o brand name, tatak o trademark, palabas sa telebisyon, pelikula, atbp.) na ginamit sa modyul na ito ay nagtataglay ng karapatang-ari ng mga iyon. Pinagsumikapang matunton ang mga ito upang makuha ang pahintulot sa paggamit ng materyales. Hindi inaangkin ng mga tagapaglathala at mga may-akda ang karapatang-aring iyon. Ang anomang gamit maliban sa modyul na ito ay kinakailangan ng pahintulot mula sa mga orihinal na may-akda ng mga ito.

Walang anomang parte ng materyales na ito ang maaaring kopyahin o ilimbag sa anomang paraan nang walang pahintulot sa Kagawaran.

Inilathala ng Kagawaran ng Edukasyon

Kalihim: Leonor Magtolis Briones

Pangalawang Kalihim: Diosdado M. San Antonio

| <b>Bumuo sa Pagsusulat ng Modyul</b>              |                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>PANSARILING KAUNLARAN - SENIOR HIGH SCHOOL</b> |                                                                                                                                                |
| <b>Manunulat:</b>                                 | Josephine L. Coprada   Jonas Feliciano C. Domingo EdD   Evelyn S. Plaza                                                                        |
| <b>Editor:</b>                                    | Rhoda M. Manual EdD                                                                                                                            |
| <b>Tagasuri:</b>                                  | Tessie M. Cruz   Eulafel C. Pascual   Nenita R. Romero<br>Rosemarie C. Cuaresma   Erlinda T. Reyes   Emma A. Sendiong EdD                      |
| <b>Tagaguhit:</b>                                 | Justine Montoya                                                                                                                                |
| <b>Tagalapat:</b>                                 | Michael P. Rull                                                                                                                                |
| <b>Tagapamahala:</b>                              | Malcolm S. Garma PhD<br>Genia V. Santos PhD<br>Dennis M. Mendoza<br>Micah S. Pacheco<br>Helen G. Padilla PhD<br>Jonas Feliciano C. Domingo EdD |

**Inilimbag sa Pilipinas ng \_\_\_\_\_**

**Department of Education – National Capital Region (DepEd NCR)**

Office Address: Misamis St., Bago Bantay, Quezon City, Philippines

Telefax: (632) 8929-0153

E-mail Address: [depedncr@deped.gov.ph](mailto:depedncr@deped.gov.ph)

# **Pansariling Kaunlaran**

**Ikalawang Markahan – Modyul 8:  
Panlipunang Pakikipag-ugnayan  
sa Panahon ng Kalagitnaan  
at Huling Bahagi ng  
Pagbibinata at Pagdadalaga**

## **Paunang Salita**

Ang Self-Learning Module o SLM na ito ay maingat na inihanda para sa ating mga mag-aaral sa kanilang pag-aaral sa tahanan. Binubuo ito ng iba't-ibang bahagi na gagabay sa kanila upang maunawaan ang bawat aralin at malinang ang mga kasanayang itinakda ng kurikulum.

Ang modyul na ito ay may inilaang Gabay sa Guro/Tagapagdaloy na naglalaman ng mga paalala, pantulong o estratehiyang magagamit ng mga magulang o kung sinumang gagabay at tutulong sa pag-aaral ng mga mag-aaral sa kani-kanilang tahanan.

Ito ay may kalakip na paunang pagsusulit upang masukat ang nalalaman ng mag-aaral na may kinalaman sa inihandang aralin. Ito ang magsasabi kung kailangan niya ng ibayong tulong mula sa tagapagdaloy o sa guro. Mayroon ding pagsusulit sa bawat pagtatapos ng aralin upang masukat naman ang natutuhan. May susi ng pagwawasto upang makita kung tama o mali ang mga sagot sa bawat gawain at pagsusulit. Inaasahan namin na magiging matapat ang bawat isa sa paggamit nito.

Pinapaalalahanan din ang mga mag-aaral na ingatan ang SLM na ito upang magamit pa ng ibang mangangailangan. Huwag susulatan o mamarkahan ang anumang bahagi ng modyul. Gumamit lamang ng hiwalay na papel sa pagsagot sa mga pagsasanay.

Hinihikayat ang mga mag-aaral na makipag-ugnayan agad sa kanilang guro kung sila ay makararanas ng suliranin sa pag-unawa sa mga aralin at paggamit ng SLM na ito.

Sa pamamagitan ng modyul na ito at sa tulong ng ating mga tagapagdaloy, umaasa kami na matututo ang ating mag-aaral kahit wala sila sa paaralan.

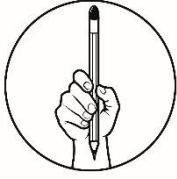


## ***ALAMIN***

Dinisenyo at nilikha ang modyul na ito upang maging dalubhasa ang mga mag-aaral sa kursong Pansariling Kaunlaran. Saklaw rin ng modyul na ito na linangin at hubugin ang mga mag-aaral na maging katuwang sa pag-unlad ng bansa. Sa tulong ng modyul, mabibigyan ng pagkakataon ang bawat isa na magtamasa ng kaalaman at kasanayan gamit ang talino, kahusayan, at angkop na pagkilos upang ilapat ang natutuhan sa pamamagitan ng epektibong pagkatuto. Ang bawat aralin ay nakaayos at nakasunod sa pagkasunod-sunod ng pamantayan ng kurso.

Pagkatapos ng modyul, inaasahan ang bawat mag-aaral na:

1. Natutukoy ang mga pinagmumulan ng mga alalahanin at nailalarawan ang mga epekto nito sa buhay ng tao.
2. Nabibigyang-kahulugan ang mga konsepto ng kalusugang pangkaisipan at sikolohikal na kaayusang pangkatauhan sa araw –araw na obserbasyon tungkol sa mga suliraning pangkaisipan sa panahon ng kalagitnaan at huling bahagi ng pagdadalaga at pagbibinata.



## **SUBUKIN**

Basahin nang mabuti ang mga sumusunod na pangungusap. Isulat ang salita sa patlang na binibigyang kahulugan sa bawat pangungusap.

- \_\_\_\_\_ 1. Ito ay may malawak na depinisyon kung paano makisalamuha at kumilos ang bawat tao sa isa't-isa.
- \_\_\_\_\_ 2. Ito ay ang pinakamalakas na impluwensya at kumokontrol sa mga kabataan sa mga mabuting kadahilanan.
- \_\_\_\_\_ 3. Ito ay napag-aaralan, naibabahagi at nakaka-apekto sa lahat ng aspeto ng buhay.
- \_\_\_\_\_ 4. Ang pagsanib dito ay maraming kabutihang naidudulot sa mga kabataan.
- \_\_\_\_\_ 5. Kaugnay sa ika-4 na katanungan, isa sa mga bisyong naiiwasan sa pakikilahok dito.
- \_\_\_\_\_ 6. Sa pamamagitan ng pakikilahok sa mga panlipunang gawain o *clubs*, nakapagbibigay ng positibong paraan na maunawaan at makilala ng kabataan ang kanilang sarili
- \_\_\_\_\_ 7. Ito ay nakapagpapalakas at nakabubuti sa pagkakaroon ng tiwala sa sarili.
- \_\_\_\_\_ 8. Ito ay naipakikita sa pamamagitan ng paglahok sa mga gawaing panlipunan
- \_\_\_\_\_ 9. Dito nag-uumpisang lumago ang natatanging Sistema ng pananampalataya sa pamamagitan ng pakikisalamuha sa kapwa
- \_\_\_\_\_ 10. Ito ay pangkat sa lipunan na may mga katangian o interes na natatangi at umiiral sa higit na malaking lipunan.

## Aralin

# 1

## **Panlipunang Pakikipag-ugnayan Sa Panahon ng Kalagitnaan at Huling Bahagi ng Pagbibinata/ Pagdadalaga**

Paano mauunawaan na ang pagsapi sa grupo at pamumuno ay makapagpapaunlad ng inyong panlipunang pakikipag-ugnayan?

Sa modyul na ito, ang mga mag-aaral ay magpopokus sa Komunidad, Lipunan at Kultura at kung paano ang mga ito ay makakatulong sa pagpapa-unlad sa panlipunang pakikipag-ugnayan sa panahon ng kalagitnaan at huling bahagi ng pagbibinata at pagdadalaga.

Ang mga mag-aaral ay inaasahang makagagawa ng isang simpleng sarbey tungkol sa mga ugnayan ng mga Pilipino (pamilya, paaralan at pamayanan). Gayundin ang pagpapakita ng larawan ng asosasyon o grupong kinaaaniban kasama ang mga miyembro nito sa isang gawain.



### **BALIKAN**

Ang personal na pakikipag-ugnayan ay isang katotohanan ng buhay. Maaari itong matukoy sa gawain bilang isang panlabas na pakikipag-ugnayan na kinakailangan sa panlipunang pakikihalubilo ng mga manggagawa sa kapwa. Kasama ng personal na ugnayan sa paggawa ang pakikipag-kaibigan, malapit na pakikipag-ugnayan at negatibong pakikipag-ugnayan.

Ang konsepto ng pakikipag-ugnayan ay napakalawak at masalimuot. Ito ay tumutukoy sa pagkakaroon ng malapit na koneksyon ng tao na binubuo ng pagkabuklod ng emosyon at pakikihalubilo. Ang ganitong pagkakabuklod ay kadalasang nabubuo mula sa pinagtibay na pagbabahagi ng mga karanasan.



## TUKLASIN

Ang pakikipag-ugnayan ng mga nagbibinata at nagdadalaga sa kanilang kapwa, pamilya at iba pang miyembro ng lipunan ay napakahalaga sa kanilang pag-unlad. Ang panlipunang pakikipag-ugnayan ay isang napakalawak na depinisyon kung paano makihalubilo at kumilos ang bawat tao sa isa't isa.

Ayon sa pagsusuri, may apat na uri ng pakikipag-ugnayan na nakaka-impluwensya sa mga nagbibinata at nagdadalaga: pamilya, kapwa, komunidad at lipunan.



### **Pamilya**

Ang pinakamalakas na impluwensya sa kabataan sa pagkakaroon ng panlipunang pakikipag-ugnayan. Iba-iba ang mga paraan ng pagpapalaki ng mga magulang o “parenting styles”. Sila ang may kontrol sa mga kabataan na may mabuting mga kadahilanan. Ang mga kabataan ay may kakayahang pangpag-uugali at may tiwala sa sarili.

### **Ang Komunidad, Kultura at Lipunan**

May tiyak na mga katangian ang pag-unlad sa panahon ng pagbibinata at pagdadalaga na mas nag-uugat sa kultura kaysa sa biyolohiyang pantao o pangkaisipang istraktura. Ang kultura ay napag-aaralan, naibabahagi at nakaka-apekto sa lahat ng aspeto ng buhay. Ang mga panlipunang pananagutan, mga ekspresyong sekswal at paglago ng sistemang paniniwala halimbawa, ay nagkakaiba-iba ayon sa kultura. Ang iba-ibang mga katangian ng bawat isa (halimbawa ay sa pananamit, trabaho, paglilibang at wika) ay produkto ng kultura.

Ang uri ng pamumuhay ng bawat nagbibinata/nagdadalaga sa isang kultura ay nahuhubog ayon sa mga ginagampanan at pananagutang sa kanila ay inaasahang gawin. Maraming salik ang humuhubog sa pag-unlad ng pagbibinata at pagdadalaga ayon sa kultura, halimbawa na ang antas ng pagsasarili o pagiging malaya ay magkaka-iba sa bawat kultura gayundin ang mga pagkilos na kumakatawan sa pag-uumpisa ng pagsasarili. Gayundin ang lawak ng pagbabahagi ng pananagutan o responsibilidad sa lipunan ng mga nagbibinata at nagdadalaga ayon sa kultura. Na kung saan, sila ay inaasahang makibahagi sa mga gawaing bahay o responsibilidad habang ang iba naman ay kakaunti o mas nabibigyan ng kalayaan dahil galing sa mas may-kayang pamilya.

Sa pagbibinata/pagdadalaga nag-uumpisang lumago ang natatanging sistema ng pananampalataya sa pamamagitan ng kanilang pakikisalamuha sa kapaligirang pampamilya, panlipunan at pang-kultura. Ang mga ganitong sistemang paniniwala ay tumatalakay sa lahat mula sa relihiyon at espirituwalidad hanggang sa kasarian, sekswalidad, etiko sa paggawa at pulitika. Ang lawak ng saklaw ng kultura sa isang paksa ay nakakaapekto sa paniniwala, pamumuhay at pananaw na may positibo at negatibong epekto sa pagbibinata/pagdadalagang pag-unlad. Halimbawa, ang mga babaeng maagang nagdadalaga ay kadalasang nagdurusa sa “bullying” o “sexual harassment” na may kinalaman sa paglaki ng kanilang katawan. Ito ay nagreresulta sa pagkakaroon ng mataas na antas ng depresyon, pag-abuso sa mga kemikal o maling pagkain.

### **Mga Tinedyer na Lumalahok sa mga Pang-kabataang Grupo at iba pang Clubs ay mas Masaya at mas Hindi Umiinom ng Alak**

Naipakita ayon sa pananaliksik na ang mga tinedyer na kaanib sa mga pang-kabataang grupo o iba pang “clubs” ay namumuhay na mas masaya at mas hindi umiinom ng alak o naninigarilyo. Kahit na sila ay mas lantad sa mga pamimilit ng kapwa, sila ay mas may panlipunang kakayahan at mas aktibo. Mas maraming ring benepisyo sa mas maraming grupong kinaaaniban ayon sa ulat ng Bentley University.



Ang mga tinedyer ayon sa pag-aaral ay dapat hikayating umanib sa mga “clubs”. Sa paglahok sa mga ito, bukod sa naiiwasan ang paninigarilyo at pag-inom ng alak, napatunayan na ika-lima din sila na mas regular na kumakain ng gulay at prutas. Tumataas din ang antas ng kanilang pagiging masaya. 51% ng mga tinedyer na nagsabing kasiya-siya ang kanilang buhay ay yaong mga kaanib sa “sports club” kaysa sa mga hindi masyadong masaya.

May pag-aaral sa mga 15 anyos sa anim na bansa – England, Canada, Belgium, Italy at Romania na hindi lahat ay mayroong parehong benepisyo sa kalusugan. Ang mga kabataang kaanib sa mga politikal na organisasyon ay mas naninigarilyo kaysa sa hindi umanib sa anumang “club”.

### **Mga Gawaing Panlipunan: Makilahok**

Ang paglahok o pagboluntaryo sa mga gawaing panlipunan ay nakapagpapataas ng tiwala at pagpapahalaga sa sarili gayundin ng pagbuo ng bagong kakayahan. Maaari ninyong umpisahan ng paghahanap ng mga gawaing magbibigay interes sa inyo.

## **Mga Gawaing Panlipunan at Mga Sibikong Pananagutan**

Ang mga gawaing panlipunan ay bahagi ng sibikong pananagutan. Ito ay paglahok sa mga aktibidad sa ating mga komunidad dahil sa kagustuhan natin o dapat nating gawin hindi lamang dahil sa pagsunod sa batas. Maaari kayong gumawa ng mga sibikong pananagutan at maging aktibo sa pamamagitan ng:

- Pag-anib sa “Youth Club”, “scouting group” o sa isang lokal a pampamayanan o grupong paglilinis
- Pagtulong sa dulaan ng paaralang primarya o pakikipag-koordinasyon o tagapag-sanay sa “junior sports”
- Pagtatayo ng espasyo para sa sining ng komunidad o pakikilahok sa “youth radio”
- Pagiging bahagi ng grupong tagapayo sa kabataan sa tulong ng lokal na konseho
- Pagtataguyod ng iba’t-ibang usapin, gaya ng kalinisan sa kapaligiran, “recycling”, pagiging aktibo sa “sports”
- Maaari ring maging interesado sa mga gawain panlipunan o sibiko sa “online”, gaya ng pagsagip sa kalikasan o “wildlife”

## **Mga Kabutihang Naidudulot sa Pakikilahok Sa Mga Panlipunang Gawain**

Hindi na mahalaga kung anuman ang iyong lahukang programa o aktibidad sa pamayaman dahil anumang pakikilahok ay mabuti. Ang anumang pakikilahok sa mga gawaing panlipunan ay nakapagbibigay ng personal na gantimpala sa pansariling tagumpay.

- *“Pagka-Huwaran”* – hindi lamang ang mga magulang ang nakikita ng kabataan bilang mga huwarang tao. Sa pakikilahok sa anumang “club” o organisasyon, makakakilala ng ibang mga taong isinasagawa ang mabubuting paniniwala sa pagtulong para sa kabutihan ng iba o lahat.
- *Pagkakakilanlan at Koneksyon* – sa pamamagitan ng pakikilahok sa mga panlipunang gawain o “clubs”, nakapagbibigay ng positibong paraan na maunawaan at makilala ng kabataan ang sarili at nalalaman din kung ano ang nababagay sa kanyang gawain. At bilang resulta, nakikita ng kabataan ang sarili sa pangkalahatan bilang matulungin, mapagbigay at mabuting tao. Sa pakikilahok sa mga gawaing panlipunan ay nagkakaroon ng koneksyon ang kabataan sa lokal na lipunan at sa malawak na pamayanan.
- *Kasanayan* – nabibigyang pagkakataon ng paglahok sa mga gawaing panlipunan ang mga kasanayang mayroon ang kabataan. Halimbawa na ang kasanayang magluto na maaaring magamit sa “feeding program”. Ang pagboboluntaryo sa isang gawain ay pagpapakita ng pangako, pagkukusa at nakapagpapa-unlad sa sariling kasanayan na magagamit din sa pagkakaroon ng trabaho o “part-time job” ganundin sa pagkakaroon ng magandang sanggunian sa aplikasyon.

### **Tiwala sa Sarili, Kalusugang Pangkaisipan at Sariling Kagalingan**

Ang mga panlipunang gawain ay nakapagpapalakas at nakabubuti sa pagkakaroon ng tiwala sa sarili. Matutong humarap sa mga pagsubok, makipagtalastasan sa iba't-ibang uri ng tao at lumikha ng mga kasanayan at abilidad sa buhay sa isang mapagtaguyod na lipunan.

Ito rin ay isang matibay na pundasyon para sa pagkakaroon ng pangkalahatan kalusugang pangkaisipan at sariling kagalingan. Isa itong positibong sikolohiyal na magkaroon ng paglahok at inaasahang magkaroon ng pakikibahagi at matamo ang anuman para sa grupo. Ang mga ganitong positibong damdamin ay nakatutulong upang malabanan ang kalungkutan at depresyon, mabawasan ang paggamit ng mga bawal na gamot sakit sa pag-iisip at mga kriminal na gawain.



## ***SURIIN***

Sagutan ang mga katanungan sa isang buong papel.

1. Ano ang panlipunang pakikipag-ugnayan?

---

---

---

2. Ano-ano ang mga gawaing panlipunan?

---

---

---

3. Ano-ano ang mga kabutihang naidudulot ng mga gawaing panlipunan?

---

---

---

4. Ano-ano ang mga kabutihang dulot ng paglahok sa isang organisasyon o “club”?

---

---

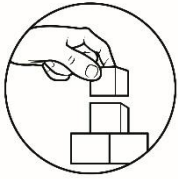
---

5. Paano makakatulong sa pagpapaunlad sa panlipunang pakikipag-ugnayan ang pamilya, paaralan at pamayanan sa panahon ng kalagitnaan at huling bahagi ng pagbibinata at pagdadalaga?

---

---

---



## **PAGYAMANIN**

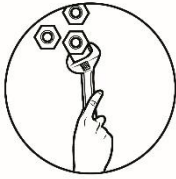
Ibigay ang apat na uri ng pakikipag-ugnayan na naka-iimpluwensya sa mga nagbibinata/nagdadalaga.

| <b>4 Na Uri ng Pakikipag-ugnayan</b> | <b>Mga Epekto</b> |
|--------------------------------------|-------------------|
|                                      | 1.<br>2.<br>3.    |
|                                      | 1.<br>2.<br>3.    |
|                                      | 1.<br>2.<br>3.    |
|                                      | 1.<br>2.<br>3.    |



## ***ISAISIP***

1. Malaki ang impluwensya ng kultura sa pag-unlad sa panahon ng pagbibinata/pagdadalaga.
2. Ang pakikilahok sa mga asosasyon/grupo o “*club*” ay maraming kabutihang naidudulot sa mga kabataan.



## ISAGAWA

Magsagawa ng simpleng sarbey tungkol sa mga ugnayan ng mga Pilipino (pamilya, paaralan at pamayanan).

---

### Pamagat ng Sarbey

**Paunang salita para sa mga kalahok ng sarbey:**

**Mga layunin ng Sarbey:**

**I. Detalye ng mga respondents:**

**Pangalan (optional):**

**Edad:**

**Baitang:**

**Strand:**

**II. Mga katanungan:\***

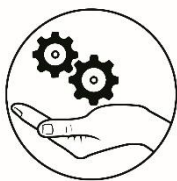
*\*Ilakip dito ang likert scale na gagamitin para sa sarbey.*



## **TAYAHIN**

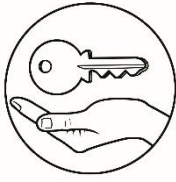
Magbigay ng sampung susing salita na natutuhan mula sa modyul na ito.  
Bigyan ng sariling kahulugan ang mga ito.

- |           |   |       |
|-----------|---|-------|
| 1. _____  | - | _____ |
| 2. _____  | - | _____ |
| 3. _____  | - | _____ |
| 4. _____  | - | _____ |
| 5. _____  | - | _____ |
| 6. _____  | - | _____ |
| 7. _____  | - | _____ |
| 8. _____  | - | _____ |
| 9. _____  | - | _____ |
| 10. _____ | - | _____ |



## **KARAGDAGANG GAWAIN**

Maglagay ng larawan o simbolo ng asosasyon/”club” o grupong kinaaaniban kasama ang mga miyembro nito sa isang gawain. Isulat ang mga katangian ng asosasyon/”club” o grupo at mga kabutihang naidudulot nito sa inyo at sa iba pang mga kaanib.



## SUSI SA PAGWAWASTO

|                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Tayahin</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Panlipunang Pakikipag-ugnayan</li> <li>2. Asosasyon o club</li> <li>3. Kultura</li> <li>4. Panlipunang Gawain</li> <li>5. Sibikong Pananagutan</li> </ol> | <p><b>Pagyamanin</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pamilya</li> <li>2. Kapwa</li> <li>3. Komunidad</li> <li>4. Lipunan</li> </ol> | <p><b>Subukin</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Panlipunang Pakikipag-ugnayan</li> <li>2. Pamilya</li> <li>3. Kultura</li> <li>4. Asosasyon/grupo o "club"</li> <li>5. Pag-inom ng alak o paninigarilyo</li> </ol> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

# **Sanggunian**

Aklat:

Personal Development. 1st ed. Pasig City: Department of Education - Philippines, 2016.

Internet:

<https://prezi.com/0jjummkxrd-i/social-relationship-in-the-middle-and-late-adolescence/>

<https://www.seancanney.com/canney-welcomes-funding-allocation-galway-east-community-youth-clubs-groups/>

<https://www.bentley.edu/news/12-reasons-why-you-should-join-student-organization>

**Para sa mga katanungan o puna, sumulat o tumawag sa:**

Department of Education - Bureau of Learning Resources (DepEd-BLR)

Ground Floor, Bonifacio Bldg., DepEd Complex  
Meralco Avenue, Pasig City, Philippines 1600

Telefax: (632) 8634-1072; 8634-1054; 8631-4985

Email Address: [blr.lrqad@deped.gov.ph](mailto:blr.lrqad@deped.gov.ph) \* [blr.lrpd@deped.gov.ph](mailto:blr.lrpd@deped.gov.ph)