

¡Que se escuche tu voz!

Tener una mascota requiere cuidados y atenciones. No es una tarea sencilla, pero vale la pena tener una amistad incondicional.

Aún si no tienes mascotas te invitamos a que investigues cuales son las veterinarias, refugios y centros de ayuda en tu comunidad. Puedes realizar una pequeña lista donde especifiques la ubicación y el horario de atención de dichas dependencias, comparte con tus vecinos y familiares, seguramente más de uno te lo agradecerán.



Desde el oasis

En mi casa



“El bastón de mando es símbolo de la autoridad y poder en las comunidades indígenas que se rigen por usos y costumbres. Los jóvenes representan a los estudiantes como sujetos de derechos. La espada y la báculo representan el derecho universal de las mujeres y los hombres, así como los derechos que tenemos ante la Constitución Mexicana. El símbolo del viento representa el diálogo que se busca constantemente en el buen vivir de nuestro planeta. La tierra representa nuestra casa. Yo participo en Ch'elb'ik, una asociación de jóvenes que busca sembrar buenas semillas ante el mundo para llegar a un Lek'ik Kuxlejal (vida armoniosa) para todas y todos.”



Nadia, El equilibrio y la unidad de los pueblos originarios. Chiapas

Del barrio Pal mundo

Cuidando a las mascotas con sana distancia

· Haz paseos cortos y con una correa, algunas especies perrunas necesitan caminar o correr, pero eso sí, todas necesitan espacio para orinar y defecar.

Al volver a casa: limpia tus zapatos y lava con agua y jabón sus patas (No uses gel antibacteriano ni desinfectantes, le puedes lastimar sus gomitas).

- Lava constantemente los platos donde come.
- Desinfecta sus juguetes y limpia el lugar donde duerme.
- Mantente al pendiente de sus salud y, si es necesario, llévale a un consultorio veterinario.
- Y sobretodo no les abandones.

¿JALAS O QUÉ?

Si tú o alguien en tu familia no se siente bien:

- 1) Mantén una sana distancia.
- 2) Usa cubrebocas. 3) Lávate las manos antes y después de jugar con tu mascota. 4) Asigna a otra persona para los paseos.
- 5) Y disfruta mucho su compañía.

Si te sientes triste todo el tiempo o conoces a alguien que puede estar en peligro y quieres ayudarte, recuerda que puedes llamar al 9-1-1 para recibir apoyo.

Sentirse así está bien, tómate un tiempo para escuchar lo que dice tu cuerpo y tu mente. Si sientes frustración, enojo o ira, dale un tiempo fuera. Como jóvenes también necesitamos sentir la felicidad y la tranquilidad, y en eso ayudan las amistades humanas, gatunas, perrunas, etc.

Es posible que en los últimos días te dé la "depre", por eso de no ver a tus amistades o pareja, sentírmos tristes, es natural, porque somos seres humanos y necesitamos estar en sociedad. Así, en sociedad, aunque también a las y los adolescentes nos encanta algunas veces tirarnos en nuestra cama y no ver a nadie por un rato.

Completa los estados del gatito según la imagen y comparte

D' mentes rifadas

