

Ponen a disposición de la niñez el cuadernillo “Yo decido cuidarme”



IMAGEN: Gobierno del Estado.

La Paz, Baja California Sur (BCS). El Gobierno del Estado y la Federación, a través del Consejo Nacional de Población (CONAPO), ponen a disposición de padres de familia, tutores e infantes de entre 7 y 10 años de edad, el cuaderno de actividades “¡Yo decido cuidarme!”, el cual busca brindar información para prevenir situaciones de riesgo, así como fortalecer al autocuidado en temas de salud, seguridad y desarrollo.

Así lo dio a conocer la encargada del Consejo Estatal de Población (COESPO), quien señaló que esta herramienta didáctica, permite reforzar a través de actividades acordes a las niñas y niños, para que identifiquen y reflexionen sobre

las prácticas que favorecen su bienestar de manera integral, es decir, desde lo físico, como emocional y mental.

Además de aprender nuevas prácticas y reforzar las que ya conocen, para complementar su cuidado, tanto en su persona, como en casa y los espacios donde se desenvuelven.

También, se les orienta para que identifiquen aquellas situaciones que ponen en peligro su integridad o sano crecimiento, a fin de que crezcan en ambientes seguros y fortalezcan su autocontrol y autoestima.

Este material es público y gratuito, puede ser consultado e incluso descargarse desde el portal oficial de **CONAPO**, en el enlace: <https://ow.ly/ipSI50QrwwK>, el cual contiene temas relacionado con alimentación saludable, hábitos de higiene, el cuidado de la autoestima y la seguridad personal, prevención de la violencia sexual, uso responsable de tecnologías, el conocimiento de sus derechos, entre otros contenidos.

La encargada de **COESPO**, puntualizó que, desde la administración estatal se continuarán reforzando junto con los tres órdenes de gobierno, acciones y programas enfocados a contribuir a tener infancias y juventudes sanas, que vivan cada etapa de su vida de manera plena y segura.