

Esta cuarentena ha sido un reto para todos, y el tercer sector no ha sido la excepción. Es por eso que quiero compartir contigo este “Boletín Concieo”, el cual refleja los esfuerzos del equipo interno de Concieo y sus voluntarios para seguir sumando acciones y restando adicciones.

¿Qué ha pasado con nuestros beneficiarios?

1) Talleres en línea

En esta cuarentena, Concieo no se detiene para seguir impartiendo talleres de prevención de adicciones. Esta vez, Misión Santa Fe, una institución con diferentes programas de integración familiar integral, nos abrió sus puertas para atender a sus padres de familia. Misión Santa Fe atiende a familias que carecen de bienes y servicios básicos. Se impartieron **2 talleres de 5 sesiones cada uno, para padres de familia** que tuvieron el objetivo de **reflexionar sobre su papel en la prevención de adicciones**, cómo poner límites con sus hijos y comunicación asertiva.

Por otro lado, también se impartió un taller para **20 alumnas de preparatoria del Colegio Santa Fe** sobre inteligencia emocional de **10 sesiones** semanales.

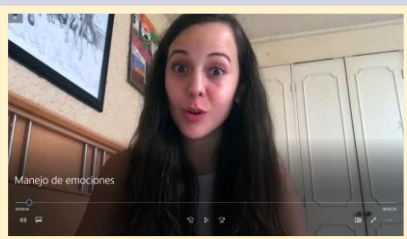
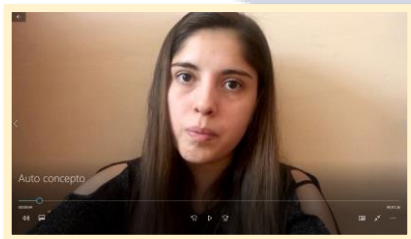
Queremos agradecer de manera especial a nuestra voluntaria Marisela Sánchez, quien ha sido promotora de Concieo y a quien agradecemos el contacto con Misión Santa Fe.



2) Actividades semanales

Para los alumnos, se enviaron actividades con base en su edad, a través de las cuales refuerzan contenidos que han visto a lo largo del año en los talleres de Concieo tales como **emociones, autoestima y gratitud**, así como actividades formativas para distraerse y divertirse en familia. Se enviaron **27 actividades a los alumnos** del Colegio Jesús de Urquiaga y Fundación Mier y Pesado desde preescolar hasta preparatoria. Para los **padres de familia** de Christel House México, se enviaron **4 infografías** con el contenido del taller que hubieran tomado en estas fechas y **9 videos** sobre **expresión emocional, sentido de vida**, entre otros.





3) Videos semanales

Se enviaron videos semanales tanto a **alumnos como a padres de familia** acerca de temas como **comunicación, autoestima, resiliencia, emociones y límites** con la finalidad de que continúen fortaleciendo aquellos factores que los **protegen de las adicciones**. En el caso de los padres de familia, también tienen el objetivo de mejorar la comunicación familiar y disminuir la vulnerabilidad de abuso de sustancias en sus hijos. Se enviaron **27 videos** a las comunidades del Colegio Jesús de Urquiaga y Escuela Mier y Pesado. Por otro lado, también se enviaron **9 videos para nuestra comunidad de alumnos sordos** dando seguimiento a los temas vistos en los talleres tales como emociones, autoestima, resiliencia y gratitud. Estos videos fueron realizados por Cristina de la Vega, coordinadora del programa de Lengua de Señas Mexicana.

¿Y qué ha pasado con nuestros voluntarios?



Queremos agradecer de todo corazón a nuestros voluntarios, quienes han estado presentes durante toda la cuarentena.

Con ellos, se han realizado diferentes actividades como:

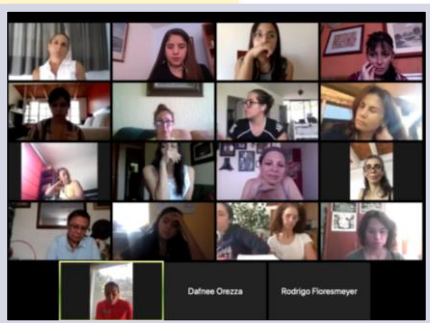
1) Grabaciones de **videos para los beneficiarios** que tienen como objetivo el enviar mensajes de ánimo y fortaleza en estos tiempos de confinamiento.

2) Reuniones quincenales que tienen el objetivo de **crear comunidad y expresar sus emociones** buscando siempre cuidar su bienestar.

3) **Capacitación de autoestima** la cual tuvo una duración de 3 sesiones de 2 horas cada una, con el objetivo de seguir profundizando con ellos los temas que se impartirán en los talleres.

4) **Apoyo en redes sociales** compartiendo con nosotros algunos mensajes y videos positivos para nuestra comunidad en redes sociales.

5) **Impartición de talleres en línea** para padres de familia.



¿Qué ha pasado en nuestras redes sociales?

En estos momentos de confinamiento hemos logrado llegar a más personas a través de nuestras redes sociales generando diferentes contenidos como:

1) Consejos generales: Hemos publicado diferentes tips para esta cuarentena desde actividades para hacer en casa hasta consejos de comunicación y expresión emocional. También creamos contenido con el hashtag **#EnCuarentenaMeModero** con el objetivo de sumar a más personas a moderar su consumo en estos momentos.

2) Conferencias: Tuvimos la participación de Regina Barbero, quien nos habló de “**Los peligros del sexting**”, así como al Dr. Alfredo Zúñiga con una entrevista sobre “**Los efectos del alcohol en el cerebro**” donde también hablamos del consumo en esta cuarentena. También contamos con la Noita de Escribán quien nos habló la importancia de los vínculos afectivos.

3) Videos de prevención: Algunos videos que se enviaron a las escuelas también se han subido a redes sociales.



Finalmente, la adaptación de nuestro trabajo para atender a distancia, nos permitirá extender nuestra labor a más personas incluyendo beneficiarios de otros estados.

Hay otros proyectos en puerta para estos tiempos del confinamiento, espéralos en nuestro próximo boletín y no olvides seguirnos en nuestras redes sociales.

El equipo de Concieo sigue trabajando por la prevención de adicciones y te agradecemos que seas parte de todo esto.

¡Te mandamos un fuerte abrazo y una sonrisa!

