



CÁRITAS
ARQUIDIÓCESIS DE
MÉXICO, I. A. P.

Como ya lo hemos venido compartiendo y a través de los medios informativos confiables como la Secretaria de Salud, sabemos que el COVID19 se transmite de una persona infectada a otras, a través de gotas de saliva expulsadas al toser y estornudar, al estrechar la mano, al tocar un objeto o superficie contaminada con el virus; es decir todo es por vía aérea, al contacto con fluidos de personas u objetos infectados.

Es por ello que Caritas te acompaña durante esta cuarentena dándote algunos tips, la semana pasada se hizo énfasis en como podíamos vivir la semana santa desde casa, durante estos días queremos compartir contigo la importancia de activar las Redes Vecinales, sobre todo en apoyo a los adultos mayores, ellos son ahora quienes nos necesitan y por ende se requiere de poner nuestra caridad en acción.

Así mismo es necesario convertir en hábito, nuestras medidas de seguridad, por ello durante estos días estaremos proporcionándote algunas capsulas de información que te ayuden en el cuidado de la higiene, de tu salud en términos generales, de la alimentación (cuidando lo que se consume y de la economía), y del cuidado de nuestras emociones.

Puedes conjugar cualquiera de las medidas durante la cuarentena teniendo la confianza de que han sido especialistas quienes nos han dado dichas medias, agradecemos su apoyo a la Dra. Diana Paola Arenas Arenas (Medico General), a la Nutrióloga Alejandra Ortiz Estala y a la Psicóloga Cesiah Merary Conde Sanchez, quien también forma parte de una de las Organizaciones Cáritas Especificas de la cual conocerás la actividad a la que se enfoca.

Nos interesaría conocer su opinión, comentarios y/o incluso dudas, nos pueden contactar a través de:



caritas-mexico-formacion@hotmail.com



Cáritas Arquidiócesis de México, IAP