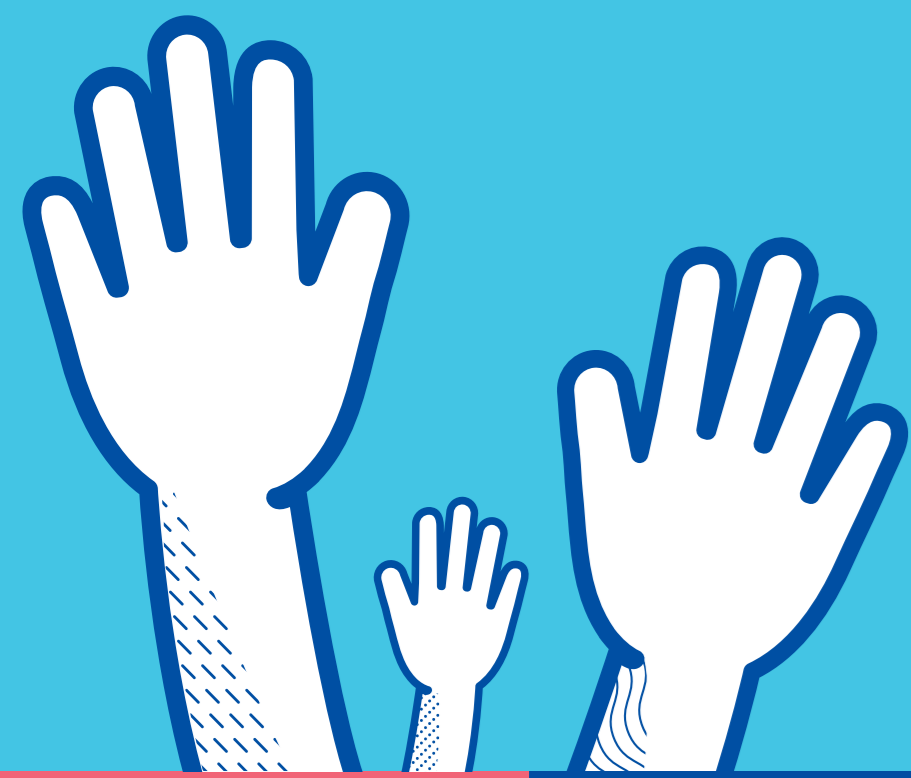


4 DE FEBRERO

DÍA MUNDIAL CONTRA EL CÁNCER.

Para fomentar medidas destinadas a reducir la carga mundial de esta enfermedad, la OMS, el Centro Internacional de Investigaciones sobre el Cáncer (CIIC) y la Unión Internacional contra el Cáncer (UICC) toman el 4 de febrero de cada año como el Día Mundial contra el Cáncer. El tema para este día en 2017 es «Nosotros podemos. Yo puedo.»

NOSOTROS PODEMOS, YO PUEDO



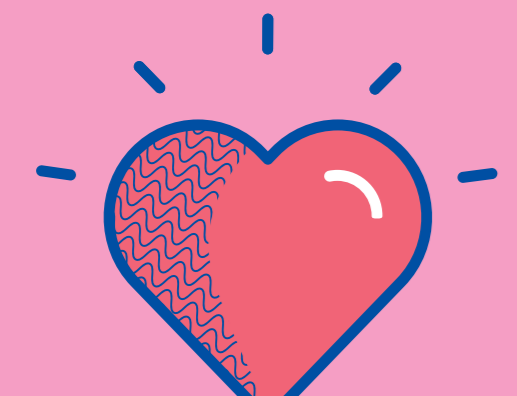
PROMOVER ACCIONES, ACTUAR



DÍA MUNDIAL CONTRA EL CÁNCER 4 FEB



Decir lo que pienso

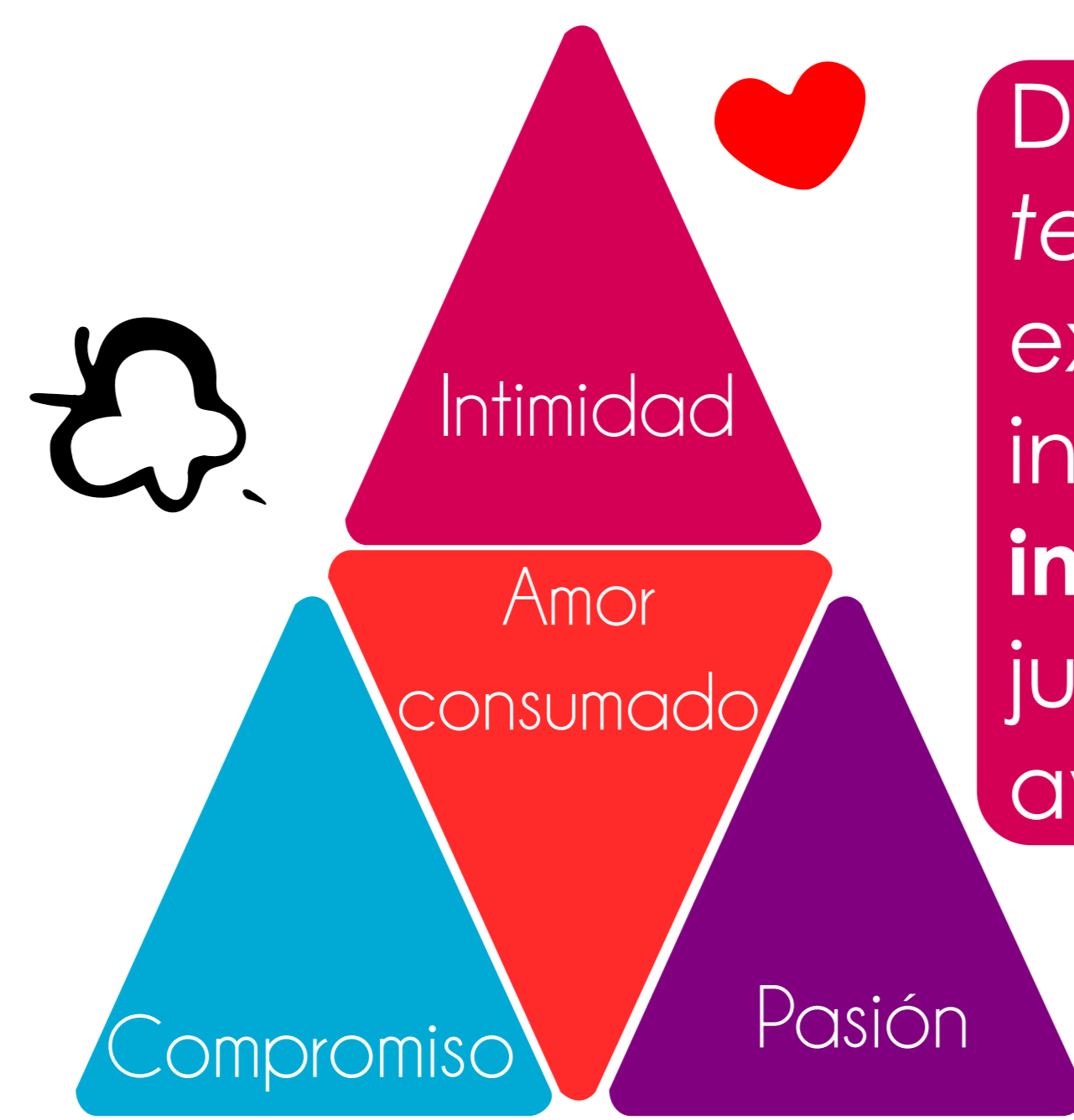


ELEGIR LO SANO

*El cáncer es un proceso de crecimiento y diseminación incontrolados de células, que puede aparecer prácticamente en cualquier lugar del cuerpo. El tumor suele invadir el tejido circundante y puede provocar metástasis en puntos distantes del organismo.

*Los cánceres más mortíferos son los de pulmón, estómago, hígado, colon y mama.

14 DE FEBRERO DÍA DEL AMOR Y LA AMISTAD



De acuerdo con Sternberg y su teoría triangular del amor, para que exista el "amor verdadero" son indispensables tres elementos: **intimidad, pasión y compromiso.** Y junto a estos, otros más pueden ayudar a fortalecer las relaciones.

PASIÓN

Es el cumplimiento de las necesidades sexuales y románticas que fortalecen una unión. El estado de intenso deseo de unión con el otro, la expresión de deseos y necesidades, entrega y satisfacción de los miembros de la pareja.

RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

Es bueno saber qué nos desagrada o qué nos molesta, pero el conflicto solo es útil cuando nos ayuda a crecer y nos motiva a realizar cambios para ello.



CONVIVE MÁS

Las actividades placenteras son más agradables cuando se hacen en conjunto ¡Comparte!



En este mes celebramos al amor y la amistad, por lo que les queremos compartir algunos tips para generar relaciones más sanas y armoniosas.

INTIMIDAD

Lleva a cabo actividades que ayuden a generar vínculos con las personas a las que quieres.



COMPROMISO

Decide amar a alguien, pero trata de mantener ese amor. Hay que estar en las buenas y en las malas.



SÉ POSITIVO

Perdemos mucho tiempo buscando qué está mal o qué no se hace bien. Elabora una lista de las cosas buenas que hace tu pareja. Identifica, reconoce y alienta a que suceda más veces.



COMUNICACIÓN

Es bueno compartir nuestros deseos, necesidades y sentimientos, siempre a través del diálogo. No esperes a que la otra persona "adivine" lo que te pasa.



11 DE FEBRERO

DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER Y LA NIÑA EN LA CIENCIA

La Asamblea General de las Naciones Unidas proclamó el 11 de febrero como el **Día Internacional de la Mujer y la Niña en la Ciencia**, con el fin de lograr el acceso y la participación plena y equitativa en la ciencia para las mujeres y las niñas, y además para lograr la igualdad de género y el empoderamiento de las mujeres y las niñas, en el 2016 el tema de este día fue «**Transformando el mundo: igualdad en la ciencia**»

Fuente: ONU



20 DE FEBRERO

DÍA MUNDIAL DE LA JUSTICIA SOCIAL

La justicia social es un principio fundamental para la convivencia pacífica y próspera, dentro y entre las naciones. Se promueve la justicia social cuando se eliminan las barreras que enfrentan las personas por motivos de género, edad, raza, etnia, religión, cultura, discapacidad, etc. Fuente: ONU



Muchos tipos de cáncer se podrían prevenir evitando la exposición a factores de riesgo comunes como el humo de tabaco. **La prevención y la detección temprana son fundamentales para detener el alarmante aumento de la incidencia de esta enfermedad.**

ELEGIR LO SANO

Fuente: ONU

www.sepimex.com.mx

twitter.com/sepimex

facebook.com/SEPIMEX

SEPIMEX
Servicios Psicológicos Integrales de México



FEBRERO

Elaborado por Mtro. José Ángel Castillo Martínez