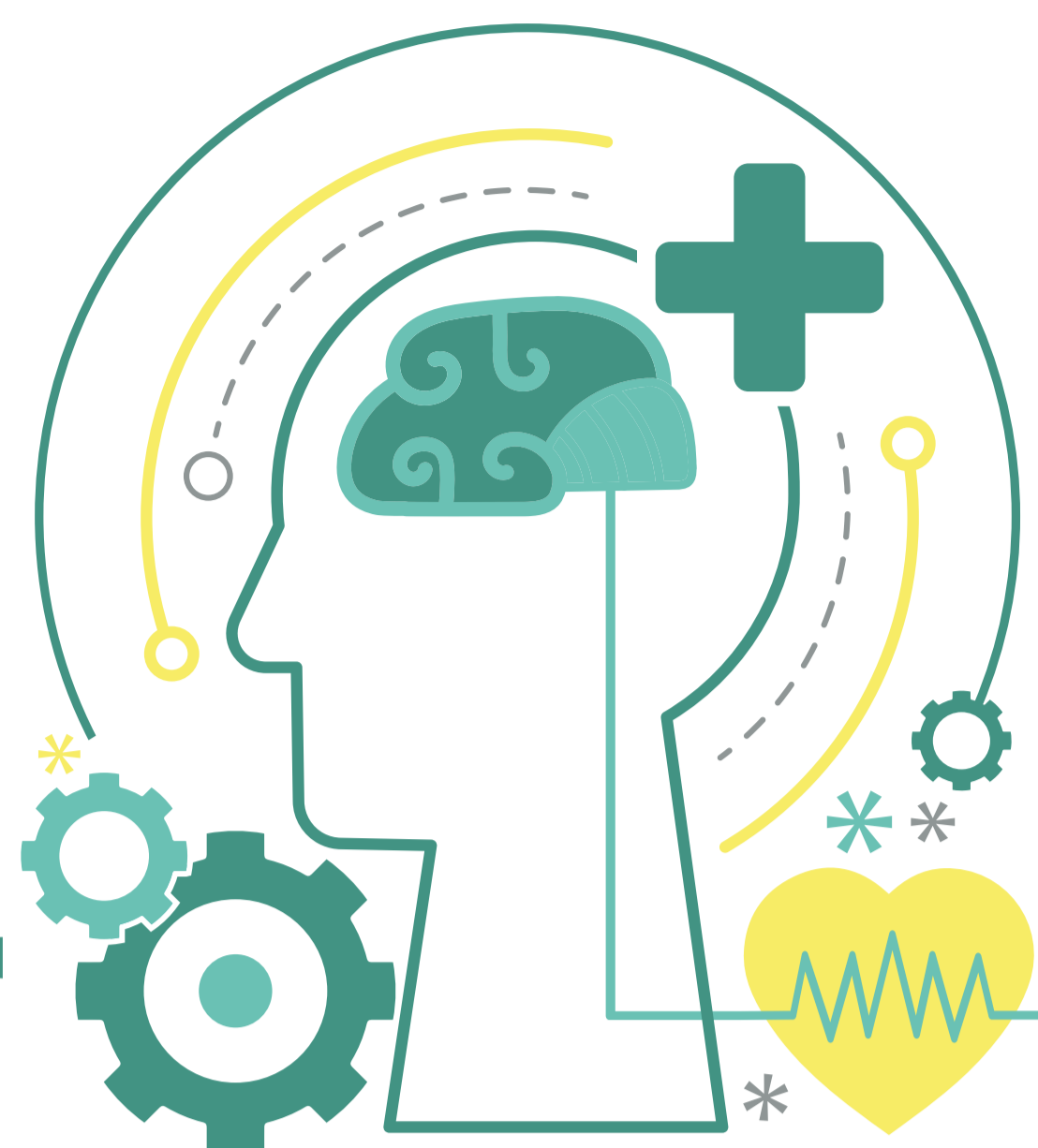


La Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México (AEFCM), invita a todas y todos los estudiantes de escuelas secundarias a las transmisiones en vivo del ciclo:

# Cuido mi bienestar



¿Te gustaría aprender a cuidar tu salud física y emocional? Compartiremos temas muy interesantes que fortalecerán tus emociones y aprendizaje

Las sesiones serán transmitidas por el canal de YouTube “Escuela en casa” y por la página de Facebook “La escuela en casa”, ambos de la AEFCM, a las 16:00 horas.

Para unirse a nuestras transmisiones en vivo, ingresa en el siguiente botón y suscríbete para que te lleguen las notificaciones de las sesiones:

[YouTube](#)

[facebook](#)

**¡Sigue nuestra programación... aprende y diviértete!**

Sesiones	Título de la sesión	Fecha	¿Qué voy a aprender?
Ir	No te quedes... ¡Vamos juntos a la escuela!	Viernes 5 de noviembre	Reconocer mis emociones en este regreso a la escuela.
Ir	Cambios y reencuentros al regresar a la escuela	Jueves 11 de noviembre	Fortalecer la convivencia escolar.
Ir	Mis emociones en la adolescencia	Miércoles 17 de noviembre	Identificar mis sentimientos frente a la adolescencia y cómo aprender de este proceso.
Ir	Aprendo a través del arte	Martes 23 de noviembre	Valorar el arte y sus diversas manifestaciones.
Ir	¡Nos expresamos con la música y el baile!	Miércoles 1 de diciembre	Conocer que a través de la música y el baile podemos aprender.
Ir	Mis hábitos saludables	Martes 7 de diciembre	Identificar la importancia de la sana alimentación, hidratación y ejercicio físico para el cuidado de la salud.
Ir	Yo me cuido: Prevengo riesgos en la adolescencia	Lunes 13 de diciembre	Reflexionar sobre la prevención de conductas que ponen en riesgo la salud física y emocional en la adolescencia.

**¡Te esperamos!**



**EDUCACIÓN**  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



**CENTENARIO**  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA 1921 | 2021

**AEF MEXICO**  
AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MEXICO