

## ..... NOS CUIDAMOS TOD@S

La contingencia ha sido una prueba para tod@s nosotr@s porque de un día para otro **nos ha cambiado la vida, rutina y entorno**, ahora ya no tienes una butaca o un salón con compañer@s ruidos@s que ríen, hacen bromas, están pegados al celular o como la mayoría que están atentos en clase, ahora cada día te encuentras sol@ en un espacio para realizar tus actividades escolares y sabemos que **extrañas a tus compañer@s y probablemente a algún@s maestr@s, como nosotros te extrañamos a ti.**

Las circunstancias actuales nos vuelven vulnerables y podría llevarnos a tener sentimientos como, miedo, ansiedad, tristeza y preocupación.

A distancia pero UNIDOS, queremos acompañarte y decirte que no estas sol@, ayudarte para que estos días, sean de un gran aprendizaje y reflexión para que puedas conocerte y lograr estar en paz en tu corazón.

**#CBTis59\_Te\_Acompaña**  
**#Quédate\_en\_Casa**

CENTRO DE BACHILLERATO TECNOLÓGICO  
industrial y de servicios No. 59  
"Miguel Hidalgo y Costilla"