



## ¡Ponle candado!

Recomendaciones para el uso de redes sociales



## Poza Viva en San Miguel Chicaj

Descubre un lugar lleno de vida y tradición



## Derecho a la privacidad en redes sociales

Una reflexión para perder el miedo a decir ¡NO!



## ¡Los nervios no detuvieron el aprendizaje!

Conoce la experiencia de la Informateca Maglyogly Ixcopal



## ¿Te sientes empoderado?

Conoce un mensaje de ánimo para los jóvenes



## La rutina en la pandemia

¿Qué has hecho y cómo te has sentido?

# ¡Actitud triunfadora!

## Libres y sin miedo a expresarnos

Tutora área achi': Glenda Lajuj

Una de las grandes situaciones que seguimos enfrentando este año es la pandemia del coronavirus Covid-19, ante este contexto y el confinamiento la distracción y el uso de la tecnología fue una de las actividades más demandantes.

¿En qué nos afecta este entorno a los jóvenes? Principalmente en que dejamos de hacer actividades como ir a los institutos o centros educativos y salir con nuestras amistades. De pronto encerrados en casa empezamos a extrañar las clases y a los maestros de las aulas; fue entonces cuando las redes sociales se convirtieron en nuestra mejor alternativa de distracción y entretenimiento.

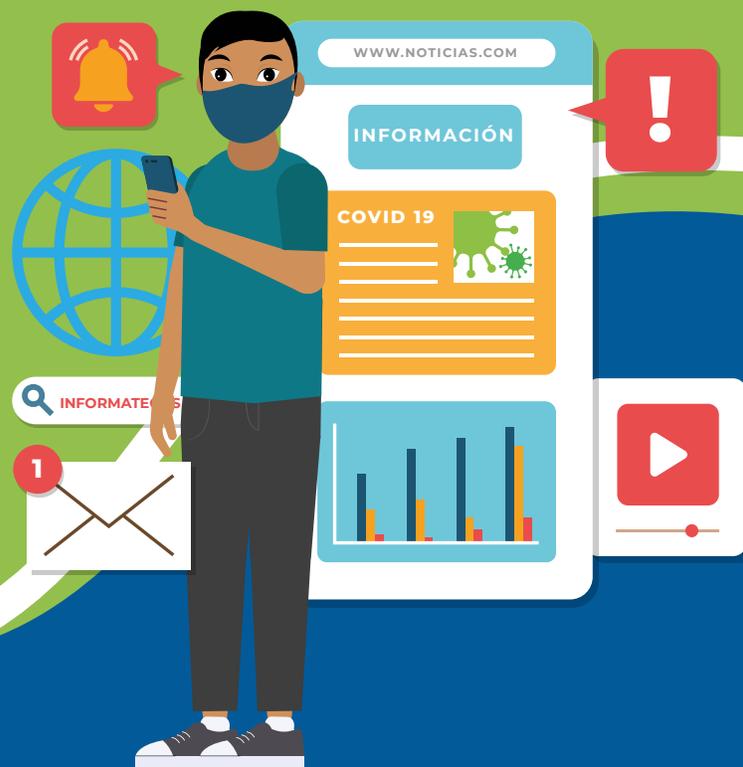
Las redes sociales tienen cada vez más protagonismo en nuestra vida, pero ¿será que nos estamos protegiendo de la manera correcta en los espacios digitales?

Los medios de comunicación hacen énfasis e informan sobre secuestros, acosos, casos de trata de personas y muchos de estos vinculados a las redes sociales, evidenciando que estamos

expuestos a contenidos engañosos que podemos creer fácilmente haciéndonos cada vez más vulnerables.

Por lo tanto, el proyecto Infomatecos es un espacio que nos brinda medios para enfrentar estos problemas. Los Infomatecos nos formamos para estar preparados para cualquier situación que pueda afectar nuestra seguridad en las redes sociales.

Además, los Voceros Infomatecos cumplen un papel importante para que el resto de la juventud esté informada y mejor protegida en el mundo virtual y puedan aprender desde otras miradas juveniles.



# ¡Ponle candado!

Créditos: Zoila Nohemy Morente Cuquej

Tenemos que tomar consciencia de la importancia de navegar seguros en el ciberespacio y practicar hábitos de seguridad en Internet para proteger nuestra integridad como jóvenes, especialmente de desconocidos en las redes sociales.

Algunas de las recomendaciones son:

1. Crea una buena contraseña colocando letras mayúsculas, minúsculas, números y signos para que no sea tan fácil de adivinar y evitar el hackeo de tus cuentas en las redes sociales y tus correos electrónicos.

2. Revisa tus opciones de seguridad habilitadas en tus redes sociales para que no todas las personas te puedan etiquetar y compartir tu contenido, ver tus historias e información.

3. Evita publicar contenido personal. Por ejemplo, no brindes tus datos a las personas que no conozcas y evita tomarte fotografías en lugares como frente a tu centro educativo o en frente de tu casa para que no sea fácil que te ubiquen las personas con malas intenciones.

4. No aceptes solicitudes de personas extrañas y que no tienes amigos en

común con ellos ya que puedes caer en un caso de grooming.

Protégete siempre en las redes sociales utilizando los medios de seguridad que la aplicación te brinda para así disfrutar de una vida digital sana y respetuosa conviviendo con tus amigos y familiares.

Las redes sociales también son muy útiles para informarnos por esto te invito a que evites compartir contenido en las redes sociales si no estás seguro de su procedencia. Antes de compartirla asegúrate que la página sea oficial, investiga y compara las fuentes.



# Derecho a la privacidad en redes sociales

Créditos: Nelson Eliseo Col Calat

Al interactuar en las redes sociales conoces personas, conversas con ellas o con familiares; mantienes amistades a distancia, compartes ideas y te expresas libremente, es prácticamente un mundo dentro de un dispositivo, es por ello por lo que se han convertido en un medio importante para la comunicación.

Pero aun teniendo ese nivel de impacto en las personas y la población joven no le hemos dado el nivel de importancia a nuestra privacidad en redes sociales.

De seguro en algún momento habrás escuchado algunas frases entre parejas como «Dame tu contraseña de Facebook» o «Compartamos cuentas, así yo podré entrar en tu perfil y tú en el mío».

Incluso hay anuncios que te aparecen cuando navegas por Internet o cuando estás haciendo investigaciones que te dicen que ganaste un celular de última generación o dinero en efectivo y solo debes de brindarles correo y contraseña.

Al igual que en la «vida real» tienes tus propios secretos y proteges tu intimidad, en redes sociales también debes de hacer lo mismo.

Que se haga normal decir NO cuando te piden contraseñas; sea quien sea, nadie puede obligarte a compartir tu información y si sucede, informa a tus padres o haz una denuncia porque es un delito.



# La familia en pandemia

Créditos: Antony Manuel Emilio Calo Solomán

Como sabemos, el año 2020 ha sido un año muy complicado para varias personas; la pandemia empezó a inicios del mes de marzo y ya han pasado meses desde que todos empezamos a quedarnos en nuestros hogares, a usar mascarilla y limpiarnos las manos con gel antibacterial. La mayoría de nosotros ha decidido obedecer estas órdenes que ha impuesto el gobierno, pero la gran duda es... ¿Cómo nos hemos sentido con eso?

Dejamos de ir a la escuela y ver a nuestros amigos y empezamos a quedarnos encerrados en nuestros hogares. Esto puede parecer algo aburrido y agotador, varios de nosotros nos

hemos mantenido ocupados con tareas que nos mandan los profesores de la escuela o con los quehaceres del hogar, también tenemos nuestras redes sociales y teléfonos celulares que nos permiten comunicarnos con las demás personas y saber lo que ocurre, pero llega un punto en el que nos llegamos a cansar de hacer lo mismo todos los días o simplemente querer hacer algo diferente por nuestra cuenta.

Existen un montón de actividades que podemos realizar para así evitar aburrirnos, solo es cuestión de buscar correctamente y hacer lo que nos gusta.

## 🔊 Mi experiencia en Informatecos

# ¡Los nervios no detuvieron el aprendizaje!

Créditos: Maglioly Veraly Ixcopal Asetun

¿Alguna vez has sentido que todo estaba dado para ti? Así me sentí cuando empezamos con el primer taller viendo diferentes temas que son de mucha importancia para nuestra formación como Informatecos.

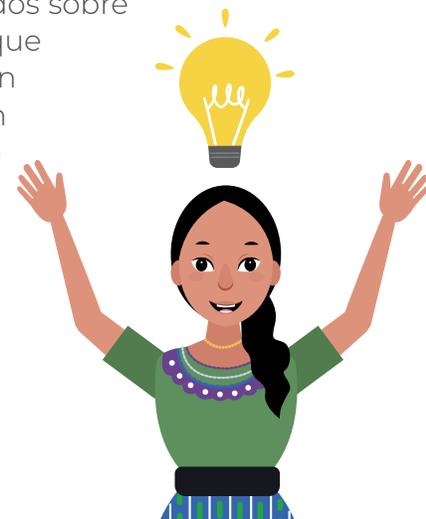
Desde el inicio pensé que esto era una gran oportunidad para mí y así poder expresarme libremente ante cualquier tema importante que me ayudara en mi formación personal.

Cada sesión fue muy interesante ya que aprendí de temas que desconocía en la actualidad. Como en todo inicio, siempre se necesita de un guía para dar el primer paso, gracias al esfuerzo y dedicación de las facilitadoras no me fue difícil acoplarme, ya que es mi primera vez estar participando en actividades como esta.

Al inicio estaba nerviosa y ansiosa. Al llegar el día que se inició con la primera sesión tenía

mucha curiosidad sobre qué tema se iba hablar. En el transcurso del proceso fuimos aprendiendo, ya que como jóvenes muchas veces desconocemos los problemas que están a nuestro alrededor.

Como Informateca ahora es mi responsabilidad transmitir los conocimientos adquiridos hacia otros jóvenes para que puedan estar actualizados sobre los problemas que estamos afrontando en la actualidad. También es conocimiento que puede ser compartido con adultos en la comunidad.



# Poza Viva en San Miguel Chicaj

Créditos: Jennnifer Lorena Cahuec Morente

San Miguel Chicaj, la tierra de los boxboles, es uno de los municipios más grandes del departamento de Baja Verapaz. Se caracteriza por ser un lugar lleno de cultura, tradición, costumbres, gastronomía, danzas folclóricas, riqueza natural y lugares atractivos para visitar.

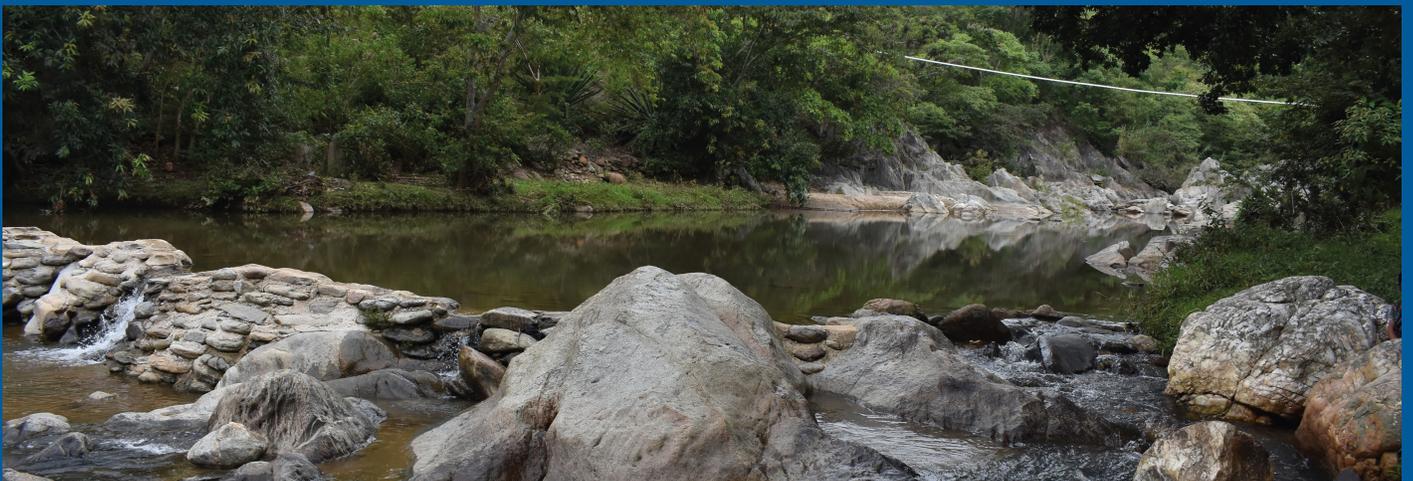
Un lugar que destaca es Poza Viva, ubicado a aproximadamente 2 kilómetros del centro de San Miguel Chicaj, al lado sur rumbo a camino hacia la aldea Dolores.

Nuestros ancestros cuentan que surgió ese lugar sagrado por sus rocas que rodeaba al río, porque se dieron cuenta que existía una ventana de nacimiento de agua y dentro de ella se puede observar muchos peces, por tal razón surgió el nombre de «Poza Viva».

Dicen que a media noche y medio día aparece un remolino en el agua, por tal razón los visitantes tienen que pedir permiso ante el creador y formador del cielo y la tierra para introducirse y así no suceda un incidente, porque si uno llega molesto o enojado puede ocurrir un accidente como ahogarse.

El lugar es considerado sagrado por varias personas como sacerdotes mayas y visitantes. Se realizan rituales como ceremonias mayas para pedir por la naturaleza, el agua, salud, vida, trabajo y otras actividades.

Hoy en día se ha utilizado como un balneario en días festivos como el 5 de enero para los tres santos reyes y en semana santa en Sábado de Gloria. Para resguardar a la población durante estas fechas hay seguridad en el lugar y primeros auxilios, donde se hacen presentes la Municipalidad, área de salud, PNC y Conred.



## Verificación:

<https://www.deguate.com/municipios/pages/baja-verapaz/san-miguel-chicaj/turismo.php>

[https://es.wikipedia.org/wiki/San\\_Miguel\\_Chicaj](https://es.wikipedia.org/wiki/San_Miguel_Chicaj)

[https://munisanmiguelchicaj.gob.gt/?page\\_id=332](https://munisanmiguelchicaj.gob.gt/?page_id=332)

<https://www.guatemala.com/guias/aventura/lugares-a-los-que-puedes-ir-si-viajas-a-baja-verapaz-guatemala/>

# ¿Te sientes empoderado?

Créditos: Juliana Flor de María Raymundo Solomán

«Jóvenes» es una palabra tan común para todos, pero ¿te has puesto a pensar en el gran poder que tenemos? Si cada uno tuviéramos la posibilidad de alcanzar todo nuestro potencial... ¡Solo piénsalo! Seríamos tan poderosos que podríamos mover naciones si nos uniéramos como sociedad.

¡Somos capaces! eso es claro, pero no hemos descubierto nuestro camino. Algunos siguen estancados con la idea de que todo se solucionará, que la oportunidad llegará, que el mundo nos debe algo. Otros han luchado arduamente sin ese tonto conformismo llegando a alcanzar un poder maravilloso.

Somos una sociedad tan sorprendente, debemos empezar a caminar abriendo mentes y corazones borrando los idealismos y dejando de ser conformistas.

¡Hey tú! Sí, tú... la persona que está leyendo. Este es un recordatorio de que ¡sí puedes lograrlo!

Nuestro poder se puede manifestar de distintas maneras, solo hay que saber cómo sacarle el máximo potencial. No todo

en el mundo está preparado para el poder que nosotros los jóvenes podemos manifestar juntos.

Unidos podemos erradicar miedos, injusticias, violencia, discriminación, desigualdad y mucho más.

Debemos anhelar un mundo en el que todos nos sintamos empoderados.



## Créditos imágenes:

Experiencias en la red : <https://bit.ly/38cfuv6>

¡Ponle candado! portada: <https://bit.ly/2MC9oMt>

¡Ponle candado! interior: <https://bit.ly/3hLsWcK>

Derecho a la privacidad en redes sociales portada: <https://bit.ly/3hGakuF>

Derecho a la privacidad en redes sociales interior: <https://bit.ly/359Xujj>

Lugares sorprendentes portada e interior: <https://bit.ly/358YWCp>

Mi experiencia en Infomatecos portada: <https://bit.ly/359Xyj3>

Mi experiencia en Infomatecos interior: <https://bit.ly/3pMsVrE>

Lo que me dejó la pandemia portada: <https://bit.ly/3hCjVBF>

Lo que me dejó la pandemia interior: <https://bit.ly/3nclYhJ>

El poder de los jóvenes portada: <https://bit.ly/3oaxfR4>

El poder de los jóvenes interior: <https://bit.ly/3odTzcl>

## Créditos:

Redacción: Antony Calo, Jennifer Cahuec, Juliana Raymundo, Maglioly Ixcopal, Nelson Col, Zoila Morente y Glenda Lajuj

Revisión: Oneida Rodas y Z. Cristina Soto

Diagramación: María Aldana

Infomatecos es un proyecto que Asociación Comunicares desarrolla en asocio con la DW Akademie. Este es el ejemplar No. 2 publicado en diciembre de 2020 y corresponde a la primera generación de Voceros Infomatecos 2020.