

30 de abril

f /CDHCMX @CDHCMX



El internet abre un mundo de posibilidades para

**Estudiar,**

comunicarte con familias y amigos,

divertirte;

y

**¡¡hasta viajar!!**



**Pero no olvides cuidarte:**

Usa apodos o  
★ alías en tus redes sociales

Sólo ten contacto  
★ con las personas que conozcas

★ ¡Las contraseñas son secretas!

Si sientes que estás en peligro,  
★ pide ayuda a una persona adulta ino lo dudes!

La CDHCM, te escucha si requieres ayuda u orientación llama al 52295600 o  
escribenos a [quejas@cdhcm.org.mx](mailto:quejas@cdhcm.org.mx)