



Velas artesanales hechas en Tagua
Jóvenes artesanos de Villa España - Quibdó

Misión

Seguir siendo multiplicadores de las temáticas de interés común, en niñ@, jóvenes y comunidad en general, buscando a través de nuestras actividades promover el respeto de los Derechos Humanos, la plena participación en medios de comunicación y la convivencia pacífica en nuestras comunidades.

Visión

En tres años los niñ@s y jóvenes seremos reconocidos a nivel departamental y nacional por nuestros propios métodos, facilitando la consolidación de niñ@s y jóvenes autónomos, capaces de proyectar su futuro haciendo valer sus derechos, con una voz reconocida en todo el país y contribuyendo al desarrollo de nuestras comunidades.



"Buscando el desarrollo social de la niñez y la juventud"
Carrera 6 N° 26 43, Barrio Alameda Reyes, Ccl: 3127873777-3154379048-3103894630
E-Mail: funjoven@yahoo.es - chocojoven@msn.com - quibdo@msn.com

Gerente PU Chocó
Jesus Elias Córdoba

Editores:

- Comité Bahía Solano
- Comité Nuquí
- Comité Río Quito
- Comité Istmina
- Comité Quibdó
- Comité Condoto
- Comité Lloro
- Comité Tadó

Equipo de comunicación de
Plan Internacional Chocó

Fundación Chocó Joven

Diseño Gráfico
Nilson Yesid Moreno Mena



Séptima edición, mayo de 2008

Chocó

un libro mágico

- Comité Bahía Solano
- Comité Nuquí
- Comité Río Quito
- Comité Istmina
- Comité Quibdó
- Comité Condoto
- Comité Lloro
- Comité Tadó

Jóvenes artesanos

una alternativa para superar las condiciones de desplazamiento

CUIDADO con la sexualidad

Los jóvenes saben muy poco y no lo aplican.

Salud Sexual y reproductiva

Prohibida su venta

La niñez y la juventud están en el corazón de todo lo que hacemos

Chocó

un libro mágico

Nota EDITORIAL

Por séptima ocasión llevamos a ustedes los pensamientos, opiniones y procesos que muchos jóvenes chocoanos tienen para contar; en esta edición participaron jóvenes de los municipios de Lloró, Cértegui, Río Quito, Quibdó, Bahía Solano, Unión Panamericana, Istmina, Condoto, Tadó y Nuquí lo que evidencia que el rango de participación juvenil en la construcción de la revista crece cada día convirtiéndonos en uno de los medios escritos más incluyentes del departamento, nuestra meta es seguir creciendo hasta poder contar con la participación del mayor número de jóvenes, niños y niñas posible en representación de sus respectivos municipios.

Visionamos la comunicación social como un elemento transversal que permita al joven y niño participar activamente de la toma de decisiones en sus comunidades, por ello el binomio géneros periodísticos y participación juvenil e infantil se constituye en herramienta vital para la construcción de procesos en las comunidades.

En esta oportunidad entregamos una revista cargada de variados contenidos, pero uno en especial, el referido a las inquietudes de los y las jóvenes en el tema de SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA el cual fue abordado desde diversas ópticas: partiendo por la investigación que sobre el tema se hizo en el municipio de Lloró con la participación de nuestros articuladores; la salud sexual desde el pensamiento de los y las jóvenes; reflexiones cortas sobre el tema; invitaciones a asumirla con responsabilidad; hasta llegar a la construcción de documentos que definen muchos aspectos del tema de salud sexual y reproductiva compilados por articuladores y puestos en la revista como documentos de consulta idóneos para aquellos chicos y chicas que en sus respectivos colegios y escuelas deben hacer indagaciones sobre el tema.

Esperamos que esta revista sea del agrado de todos y todas, en ella están los esfuerzos de muchos niños y niñas, jóvenes y jóvenes que ven en la misma un espacio para llevar a ustedes algunos elementos que esperamos sean útiles en la constante construcción integral del ser.

"Bienvenidos y bienvenidas a Chocó un Libro Mágico"

Nilson Yesid Moreno Mena
coordinador
Potenciando Habilidades Comunicativas

El trabajo de los adultos, adultas, jóvenes y jóvenes debe estar orientado a permitirle a los y las niñas condiciones favorables para su pleno desarrollo. De no ser así a futuro contaremos con seres que terminarán, sin remordimiento alguno, con lo poco que queda de este planeta.



Reseña histórica de Paimado 6



Autoritarismo, un problema en el hogar 4

Jóvenes artesanos 8

No tengas miedo de Vivir 9
Fui papá a los 17 años 12

Bahía CUPICA,
un paraíso en el pacífico Chocoano 16



El caballito de Mar 18

Leyendas de la comunidad Valluna 19

Salud sexual y reproductiva 21

Cuidado con la sexualidad,
los jóvenes saben muy poco y no lo aplican 24

Motos y mototaxis 26



Comportamiento sexual 28



Foto: Cortesía Yuli Cecilia Palacios
Diócesis de Quibdó

PENSAMIENTO

El amor es un juego en el que muchas veces pierde el mejor apostador; no entiendo porque el amor cuando nace del alma no es correspondido y cuando es sólo una aventura es bien recibido. Muchas veces nos tropezamos con el amor y no somos consolados como queremos. El amor es una enfermedad inevitable, todos algún día nos contagiaremos pero lo malo es que muchas veces uno se enamora de personas que no pueden corresponderle.

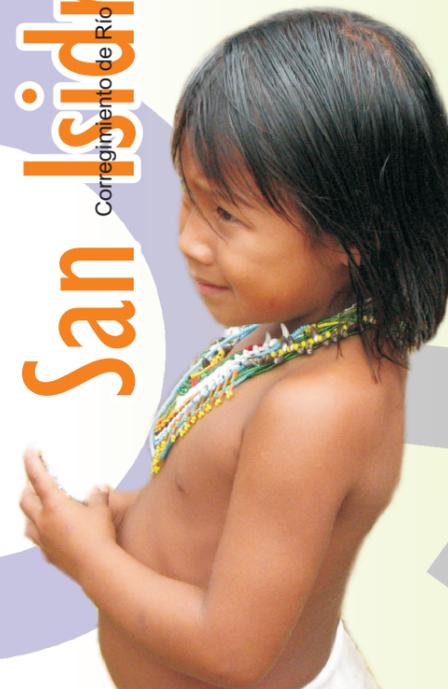
En ocasiones no expresamos nuestros sentimientos hacia las otras personas por miedo a que nos rechacen, pero si nos atrevemos nos damos cuenta que podemos luchar por ese amor, si te rechazan solo dí que algún día van a necesitar amor y tú les darás sin rencor y que por ella o él vas a luchar hasta conseguir conquistarla@.

Cuando crees que nadie te ama o te quiere, te equivocas porque siempre alguien va a quererte tanto que ni te imaginas.

Si tienes novi@ aprovecha cada momento que tengas con aquella persona porque algún día vas a añorar todos esos momentos que estuviste con ella.

NELSON PINO C.
San Isidro - Río Quito
15 años. E-mail: kevinfuncio@hotmail.com

San Isidro
Corregimiento de Río Quito



Niño indígena,
niño afro, niño mestizo, todos son iguales; protejamos a los y las niñas, sin importar la etnia.

Por que ellos deben estar en el corazón de todo lo que hacemos

SITUACIONES REALIES EN EL TEMA DE LA EDUCACIÓN SEXUAL

Cada vez son más las jóvenes y adolescentes que salen embarazadas por falta de conocimiento o formación el tema de educación sexual. Pero algunas conociendo cometen irresponsabilidades en el acto sexual.

En la actualidad se recomienda el uso del condón para protegernos a la hora de hacer el amor, bien sea de ITS (Infección de Transmisión Sexual), y también de embarazos no deseados.

NOTA: A la hora de hacer el amor con tu pareja debes tener un amplio conocimiento sobre lo que haces, los riesgos (al no protegerte), el embarazo y las ITS.

NELSON PINO C.
San Isidro - Río Quito
15 años E-mail: kevinfuncio@hotmail.com

LAS DRAGAS EN EL MUNICIPIO DE RÍO QUITO IAFECTAN A LA POBLACIÓN!

Las dragas en el municipio de Río Quito nos afectan desde muchos puntos de vistas, por ejemplo: la pesca, esta actividad no es la misma porque las dragas están acabando con nuestro río, por eso se nota la ausencia de peces en el río.

El Chocó es uno de los departamentos de nuestra hermosa república más ricos en agua, es por eso que no podemos dejar que acaben con nuestras riquezas naturales.

Las dragas han puesto el río más caudaloso y son las causantes de algunas de las inundaciones, puesto que las dragas acaban con las playas y el agua puede subir fácilmente a las comunidades.

Los trabajadores de las dragas en algún momento pueden partir, cuando se den cuenta que ya no hay oro es ese sitio, debemos tener en cuenta eso. Protege y cuida lo que tienes, si no a pedir te quedas.

NELSON PINO C.
San Isidro - Río Quito 15 años
E-mail: kevinfuncio@hotmail.com

AUTORITARISMO

Un PROBLEMA DEL HOGAR

El autoritarismo en los hogares colombianos es una acción ejercida por parte de padres de familia en sus hijos, con el único pretexto de conducirlos a vivir en un mundo de buenas costumbres. Sin saber qué piensan sus hijos en cada una de sus etapas de crecimiento; es allí, al interior de la familia donde nacen actos de maltrato sexual, verba y físico impulsados por el autoritarismo.

Es por eso que la Constitución Política de Colombia establece, que las relaciones familiares se basan en la igualdad de derechos y deberes entre las parejas y el respeto recíproco entre quienes conforman la misma.

Esta embarazosa situación de maltrato y violencia intrafamiliar (al país y al mundo) ha generado, en especial a las víctimas (principalmente mujeres y niños) situaciones graves a nivel personal y social. Está comprobado que en la mayoría de los casos los agresores son hombres.

Debemos mirar los elementos que causa esta violencia y buscar herramientas para luchar contra el maltrato intrafamiliar, haciendo de nosotros, como miembros de la sociedad, actores que podemos contribuir al cambio de la situación, estimulando el buen trato, buenas relaciones entre parejas y entre padres e hijos; mediante actividades de sensibilización, dirigidas a los núcleos de la sociedad (las familias).

LUIS FELIPE PALACIOS PALACIO
Comité Río Quito Villacontó
E-mail: n-el-felo@hotmail.com

Una vez una señora se le murió el hijo, y estaban en el sepelio, otra señora le dijo: Oiga señora " la baba" y la señora contestó: sí él lavaba, trapeaba, cocinaba, planchaba.

Un gringo y un campesino viajando de Bogotá a Estados Unidos, entonces cuando se estaban bajando del avión el gringo le dice al campesino: Sal tú y le dice azúcar vos.

CHISTES

JHON FREDDY PALACIOS RODRÍGUEZ
Comité Río Quito Villacontó
E-mail: jhonfrepalacios@hotmail.com

NO SON MEDICINAS, SON PROBLEMAS

El alcohol, las drogas y el tabaco son las medicinas que encuentran muchas personas (en su mayoría jóvenes) cuando se sienten frustrados y en situaciones de dolor, ira, venganza y otras.

Pero ¡qué lástima! pues ninguna de las anteriores sustancias los pueden sacar totalmente de sus confusiones, no piensan en que se pueden convertir en adictos a estas sustancias o en un problema para la sociedad y sus familias.

Son personas que no tienen en cuenta que el suministro de tales sustancias los conduce a vivir en un mundo de inseguridad sobre sí mismo, de impotencia en la sociedad y sobre todo en un mundo de absoluta falacia.

¿Y luego qué pasará con tu vida?
"hey, no caigas en dependencia busca la medicina en ti"

¿QUÉ SABES DE MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS?

A diario escuchamos hablar de métodos anticonceptivos, que al igual que previenen embarazos no deseados, también previenen las "I.T.S." (Infecciones de Transmisión Sexual), las cuales podemos evitar utilizando los diferentes métodos, cada vez que aceptemos tener relación con alguien.

Es muy importante en las relaciones de parejas el diálogo acerca de los métodos y exigir protección; aunque hay que tener muy en cuenta el buen uso de estos anticonceptivos, pues en parte, el uso incorrecto es una de las causas de contagio de "I.T.S." (Infecciones de Transmisión Sexual)

¡Cuidate, ciudemonos!

LUIS FELIPE PALACIOS PALACIO
Comité Río Quito Villacontó
E-mail: n-el-felo@hotmail.com

ESTRATEGIAS PARA NO SER PORTADORES DE "ITS" Y PREVENIR EMBARAZOS NO DESEADOS

1. El diálogo
2. Brindar información oportuna tanto en las casas como en los planteles educativos, sobre salud sexual y reproductiva a adolescentes.
3. Ser multiplicadores del tema "Sexualidad"
4. Crear un ambiente de confianza entre padres e hijos y en los hogares
5. Hablar sobre el tema "Sexualidad" y los diferentes riesgos.
6. Utilizar los métodos anticonceptivos mediante asesoría profesional sobre el uso.
7. hacer el amor en paz y armonía.

LUIS FELIPE PALACIOS PALACIO
Comité Río Quito Villacontó
E-mail: n-el-felo@hotmail.com

EL CUIDO SEXUAL

Algunos jóvenes caen en el error de ver la sexualidad como algo simple y sencillo que no tiene importancia, que se puede asumir sin ningún método de prevención, aunque conociendo el tema no piensan en las consecuencias de dicha actividad sin prevención, por ejemplo un embarazo no deseado; podemos ser portadores de cualquier Infección de Transmisión Sexual "I.T.S" como el SIDA, la Gonorrea, etc., las cuales podemos transmitir a otras personas sin que nos demos cuenta.

Existen muchos métodos; como los anticonceptivos (Condón, pastas, entre otros) con los que podemos prevenir y cuidarnos. Si no conocemos el tema, busquemos a alguien que nos asesore antes de tener relaciones sexuales. Pensemos que hay personas como nuestros padres que nos quieren ver bien y por lo tanto debemos cuidarnos, porque nuestro cuerpo deber territorio seguro.

¿Será difícil cuidarnos?

ESTRATEGIAS PARA PREVENIR Y DETECTAR EL ABUSO SEXUAL EN MENORES

En Río Quito Chocó, Colombia y en todo el mundo, muchos niños son abusados sexualmente por personas adultas, frecuentemente son personas muy cercanas al niño, que lo cuidan, que los ayudan a hacer sus tareas, incluso padrastros o vecinos.

Muchas veces el abusador busca crear un ambiente de confianza entre el niño y los padres hacia él, con el objetivo de abusar sexual o psicológicamente del niño, apenas los padres se descuiden. En algunos casos los niños se niegan a contar lo sucedido porque el abusador los amenaza, o porque piensan que todo es por su culpa. Existen muchos factores con los cuales podemos darnos cuenta si un niño fue o está siendo abusado sexual o psicológicamente:

- ? Que presente bajo rendimiento escolar
- ? Agresividad con los miembros de su familia o con sus compañeros
- ? Se siente solo y marginado, se niega a salir de su casa con pocas personas
- ? Se le quita el apetito, etc.

Y es allí donde los padres o personas responsables del niño deben jugar un papel muy importante frente a los comportamientos o actitudes del abusado; deben demostrarle que lo quieren mucho, que lo aprecian de todo corazón; demostrándole cariño y mucha ternura, haciendo despertar ese vínculo afectivo, haciendo que les diga porque situación está pasando y lo más importante es denunciar al abusador ante las autoridades competentes, por el delito cometido.

¡Este delito no es excarcelable!

EL COMPROMISO CON NUESTRO MEDIO AMBIENTE

Muchas veces en nuestras comunidades existen sitios como calles, quebradas, etc., llenas de basuras contaminadas por sus propios habitantes y nos decimos entre nosotros mismos e incluso a otras personas que no habitan allí que dicho lugar está muy feo y huele muy mal, pero no miramos la responsabilidad que tenemos con lo de nosotros y que si la calle o la quebrada están sucias o contaminadas, seguramente es nuestra culpa.

REFLEXIÓN: Si ocurre esto en nuestras comunidades la responsabilidad puede ser de sus propios habitantes, debemos buscar métodos para que no se siga contaminando el medio ambiente en que vivimos, tener sentido de pertenencia por lo de nosotros y hacernos responsables de nuestros propios actos.

PAIMADO

MUNICIPIO DE RÍO QUITO

RESEÑA HISTÓRICA DE PAIMADÓ

Paimadó, cabecera municipal de Río Quito, fue fundada (supuestamente) en el año de 1920, algunos pobladores dicen que fue en 1907. Nuestra fiesta patronal se celebra el día 02 de febrero de cada año en honor a Nuestra Señora la "Virgen de la Candelaria" patrona de los paimadoseños; esta comunidad es la más grande del municipio del Río Quito

Hoy contamos con aproximadamente 528 viviendas y un número de habitantes aproximado de 1.227 personas. Los paimadoseños gozamos de nuestra pesca, madera y minería. Estamos bañados por el Río Quito, El Río Chigorodó y la quebrada Paimadó (Boca); gozamos de nuestra antena celular y la energía eléctrica; ¡ah! también de nuestras palmeras.

Gozamos de obras realizadas por algunos alcaldes, entre estas: La carretera que nos comunica con el San Juan y la Capital del departamento, el Hospital, el Kiosco, la energía eléctrica de carácter permanente entre otras etc.

Sobrevivimos gracias al trabajo que se realiza en las minas, la pesca y la madera, esta última se lleva a Quibdó donde es vendida para poder ganar el sustento diario (dinero) Nos sentimos orgullosos de ser paimadoseños, los jóvenes gozamos de nuestras dos canchas de fútbol y nos divertimos jugando este deporte, de igual forma algunos jóvenes estamos contentos por la oportunidad de estudiar que nos brindan nuestros padres, pues sabemos que es una herramienta para superarnos y aportar al mejoramiento de nuestras condiciones de vida.

Líderes comunitarios

Keiner Mauricio Palacios
Pompeyo Palacios
Vicente Palacios
Minducho Murillo
Ana Cecilia Mosquera
Paulo César Arango M.



ADIVINA Adivinador

Qué es lo que corre
Y corre y no se cansa

"La Lianta"

LOS JÓVENES EN RÍO QUITO

Río Quito es municipio que cuenta con un número macro de jóvenes en las diferentes comunidades que lo conforman, algunos de estos trabajan en diferentes áreas: cultura, recreación, deporte y en la lucha por el desarrollo de sus comunidades y de los mismos. Desafortunadamente existen un número significativo de jóvenes a los que no les gusta trabajar o participar en procesos juveniles, pero a los que sí les gusta participar trabajan con ganas, barraquera y mucho entusiasmo, como: "luceros azules", grupo juvenil de Villaconto.

En Río Quito las entidades que apoyan los procesos juveniles son: Parroquia Nuestra Señora de Las Mercedes de Río Quito y PLAN Internacional, pero son pocos los jóvenes que aprovechan o reciben los conocimientos que estas les brindan. Infortunadamente muchos jóvenes quieren trabajar pero no hay quien los apoye. Este es un llamada a que reflexionemos y aportemos propuestas que permitan hacer de los jóvenes apáticos actores importante de la comunidad.



KEINERVERSOS

Cuando el día aparece
Ya no sé vivir sin ti
Así es nuestro amor tan grande
Cuando no lo podemos compartir

Quisiera ser tu amigo
Para contarte muchas cosas
Para cuando seamos novios
Pasen tantas envidiosas

Qué irónico es el amor
Cuando no se puede compartir
Qué bellos son tus ojos
Cuando los tengo cerca de mí



Los Chistes

Había una vez unos bombillos y unas focas que se fueron a tomar aguardiente. Eso fue tome y tome aguardiente. Cuando de repente había un bombillo que está apagado, le dice una foca: qué te pasa, dice el bombillo: no me ves que estoy apagado, le dice la foca: tómame un trago y enciéndete.

Había una vez un señor que se fue para un cine a ver películas y cuando de repente metieron una película de chino y dijo: a mi no me gustan películas de chinos sino las de patadas.

Qué es lo que pasa por el río
Y no se moja

"La sombra"

Qué le dijo un ojo a otro ojo
"¿sin cejas y no nos vemos?"

YANIER MURILLO PALACIOS
Articulador Paimado
Contento porque el 80% es hincha de América de Cali

LO QUE SIENTO

A PESAR DE LAS DIFICULTADES

No se que hacer, todo el tiempo pienso en ti
Trato de sacarte de mi cabeza pero no puedo,
Cuando recuerdo lo que vivimos
Siento que no puedo estar sin ti
A pesar de lo que pasó, cada segundo, cada minuto
Y cada hora te amo más y más.

A pesar de la inmensa distancia que hay entre tú y yo
siento que te amo.

A pesar del tiempo me siento ansioso por tenerte
nuevamente entre mis calurosos brazos y gritarte al
oído, mi amor.

A pesar de lo que diga la gente, siempre estarás en
mis pensamientos y que solo desearé girar a tu
alrededor.

A pesar de todo me gustaría perderme en tus brazos,
cuando callas en tu mundo y caminar bajo el sol, la
lluvia y la hermosa luna.

LO QUE PIENSO DE LA VIDA

La vida es corta, pues como dice el famoso cantante colombiano "Juanes", la vida es un ratito. Hoy quiero pedirles de todo corazón a todas las personas del mundo, que aún es tiempo de reconstruir nuestras vidas, o el vivir en nuestro entorno.

Que miremos la vida como un don, como el regalo más grande que existe y que nos ha dado Dios.

Que la disfrutemos en armonía, tolerancia y optimismo, y que nada ni nadie en la tierra pueden atentar contra ella.

Tener bien claro qué es un derecho y que este es inviolable por las personas.

De igual manera, hoy si tienes la oportunidad de compartir con tu familia, amigos, hazlo con mucho respeto, sinceridad; pero nunca dejes de brindarle el sentimiento más maravilloso que existe en el mundo. "Amor"

LUIS FELIPE PALACIOS
Comité Río Quito Villaconto
E-mail: n-el-felo@hotmail.com

AURELO PALOMEQUE P
Villaconto Río Quito

ADIVINA Adivinador

Cuántas varas suben un
volador

"Una"

Alto vive, alto vuela
Alto toca la castañuela

"Cigüeña"

Somos dos lindos
gemelos
Del mismo modo
vestidos

Morimos todas las
noches

Y por el día vivimos
"Los ojos"

Cual es el pez que tiene
un don

"La doncella"

Si amarte es un pecado
Delincuente yo seré
Pagaré mi condena
Pero siempre te amaré

En el cielo hay un lucero
No sé cómo llamarlo
Quisiera tener tu cuerpo
Para poder acariciarlo

En España nació la luna
En New York el lucero
En Villaconto nació la mujer
Que amo y más quiero

VILLA CONTO
MUNICIPIO DE RÍO QUITO





Aretes
En Hojas en Iraca



Collar
En Tagua

¹ AJODENIU (Asociación de Jóvenes Despeizados Nueva Imagen en Unión) barrio Villa España, AJUNUGE (Asociación de Jóvenes Unidos Nueva Generación) barrio la Cascorva y AJAHF (Asociación Juvenil Avanzando Hacia el Futuro).

Jóvenes artesanos

una alternativa para superar las condiciones de desplazamiento

El departamento del Chocó es uno de los más afectados a nivel nacional en el tema del desplazamiento forzado, cada día son más las personas que se ven avocadas a abandonar sus territorios por temor a caer en medio de los combates que libran los distintos actores armados que toman sus territorios como centro de su lucha.

La consecuencia inmediata del desplazamiento es el tener que refugiarse en territorios ajenos a las personas que sufren el flagelo del desplazamiento, lo que implica tener que acomodarse a nuevas condiciones de vida que se distinguen por la marginalidad, carencia de posibilidades de empleo, poco acceso a los servicios públicos llegando al punto de adoptar en muchos casos la mendicidad como una salida al problema.

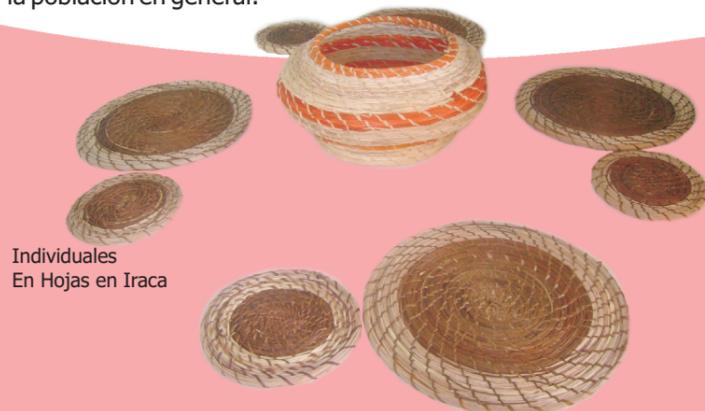
Cuando los desplazados no cumplen con el anhelo de retornar a sus respectivas comunidades por el tema de falta de garantías entre otros, emprenden el reto de comenzar una nueva vida encontrándose con oportunidades escasas las cuales hay que aprovechar al máximo; para el caso de los y las jóvenes desplazadas la situación es aun más grave, puesto que a su condición de desplazados hay que sumarle la de pertenecer a un grupo poblacional que por la prevaencia de sus cortas edades son marginados de muchos procesos sociales.

Sin embargo, para el caso de barrios como Cascorva, Villa España y El Futuro, donde se asientan la mayor cantidad de población despejada de Quibdó, es de destacar la presencia de tres asociaciones juveniles (AJUNUGE, AJAHF y AJODENIU)¹ las cuales han encontrado en las artesanías una forma adecuada para la generación de ingresos económicos de forma colectiva.

Estos tres grupos trabajan cada uno un tipo especial de artesanías, AJUNUGE se dedica a la hoja de iraca, AJAHF al tallo de la iraca y AJODENIU a la transformación de la pepa de tagua; para el caso de los dos primeros sus productos son más encaminados a la decoración del hogar (individuales, jarrones, canastos, cestas, fruteros etc.) mientras que el último se dedica a la fabricación de bisutería para damas y caballeros.

El principal logro de estos jóvenes es el contar con una serie de estrategias de emprendimiento juvenil-empresarial las cuales no sólo se han convertido en un proyecto de vida, sino además en una reivindicación constante de la necesidad de seguir apostándole al trabajo colectivo de las comunidades en la perspectiva de mejorar sus condiciones de vida; a esto hay que sumarle que se demuestra con hechos que la población juvenil, cualquiera que fuese su condición, está en capacidad de autodesarrollarse y aportar a sus comunidades en la lucha constante por alcanzar mejoras duraderas en las formas de vida de las mismas, y estos jóvenes los hacen con lujos de detalles pues no sólo son jóvenes empresarios, sino líderes comunitarios que emprenden acciones en sus comunidades encaminadas a proteger los niños de los flagelos que aquejan sus entornos sociales.

Seguir un ejemplo como este es verdaderamente importante, por ello hacemos un llamado a nuestros jóvenes que pasemos de la etapa de soñadores a constructores de realidades que se reflejan en el mejor estar de la población en general.



Individuales
En Hojas en Iraca

No tengas miedo de vivir

No tengas miedo de vivir. Nos hemos privado de cosas interesantes y de experiencias que nos pueden servir no solo para ser mejores personas, sino para obtener una madurez la cual nos puede servir para nuestra vida diaria. Vivir no es esperar que todo lo que sueñas e imaginas se cumpla por sí solo, vivir es luchar por lo que quieres, es gozar cada momento como si fuese el último, vivir es sonreír, llorar, cantar, correr, sin importar cuantos problemas tengamos.

Nunca dejes de vivir por una frustración o porque las cosas no salieron como querías no olvides que en la vida encontraras obstáculos y sufrimientos, pero es allí donde debes aplicar esa frase que dice "a mal tiempo buena cara" no te dejes llevar por eso, al contrario lucha siempre sin mirar atrás, olvida todo recuerdo que no te deja salir adelante y que no te deja ser feliz, piensa en todo lo bueno que esta por venir y ten siempre presente que Dios esta contigo y que si te pone esas pruebas es porque el sabe que tu estas en la capacidad de superarlas, el aprieta pero no ahorca.

Por nada del mundo pongas excusas ni pretextos para vivir, porque vivir es una de las cosas que nadie puede hacer por ti, solo tú lo puedes hacer, no te sientes a pensar en la vida te aseguro que mejor es vivirla, no permitas que el día que decidas hacerlo de pronto sea demasiado tarde.

Vale la pena vivir la vida porque por algo estamos aquí, piensa que en esta no todo puede ser color de rosa, tenemos que caer una vez y levantarnos mil veces, es de esas caídas y esos errores que se aprende, de lo contrario no sería interesante vivir en un mundo donde todos somos iguales, no se sentiría la adrenalina de vivir.

Todos sabemos que nada ni nadie es eterno en este mundo, somos un minuto y sólo nosotros lo podemos volver horas y horas, no entendemos que tenemos la vida prestada y no comprada y nos olvidamos de vivir la vida sin importar cuan difícil sea, nos olvidamos que en un abrir y cerrar de ojos la vida se nos puede ir como agua entre las manos, dejamos que el tiempo pase por encima de nosotros.

Aprovechemos el ahora que el mañana trae su propio afán, no tengas prisa de vivir ¿acaso tienes prisa de morir? la vida es el mejor regalo que nos dejó Dios, no tengas miedo a vivir, disfruta tu vida como mejor te sientas, no importa lo que digan los demás, lo único que importa es que te sientas bien con lo que haces.

Vive la vida... no tengas miedo de vivir seas feo, bonito, pobre, rico tienes derecho a vivir. La vida es un castillo que vamos construyendo día a día para que cuando la muerte venga por nosotros podamos irnos tranquilos sin pedirle otra oportunidad para aprender a vivir la vida de verdad.

"vive la vida y no dejes que la vida te viva"...

por: Cendy Yiseth Córdoba Salguero
Reportera: del barrio El Silencio

Las coplas de Rosendo

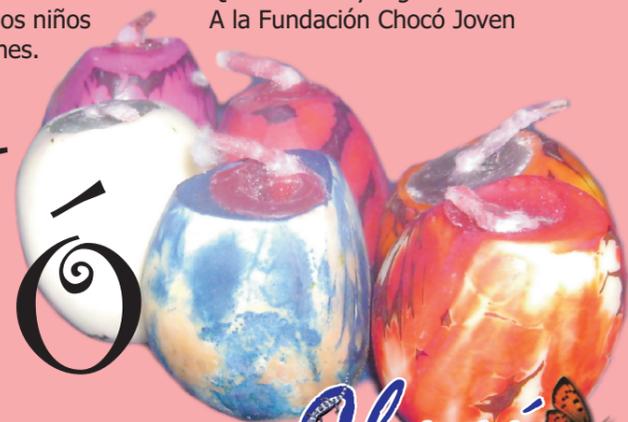
Chocó un Libro Mágico
Es una revista importante
Que busca que los chochoanos
Podamos salir adelante

Que podamos salir adelante
Es algo sensacional
Gracias a instituciones
Como Plan Internacional

Como Plan Internacional
Hay otras instituciones
Que llevan a muchos niños
Alegrias y diversiones.

Alegrias y diversiones
Respetando al niño y al joven
Queremos hoy agradecer
A la Fundación Chocó Joven

Comité Quibdó



Chocó un libro mágico



Chocó un libro mágico

COMITÉ Santo Domingo

Las multiplicaciones y planes de acción del comité del barrio Santo Domingo - municipio de Quibdó, están concentradas en incentivar la convivencia pacífica de las personas que integran la comunidad, recreación y promoción de la salud sexual y reproductiva; con respecto a esta última se vienen desarrollando una serie de talleres con los y las niñas de la escuela del barrio en las cuales se ha facilitado el intercambio de conocimientos sobre el tema con los y las niñas, descubriendo en ellos que sus conceptos y acciones en materia de SSR son valiosos. Presentamos el análisis de los mismos frente al tema del cuidado del cuerpo.

Mi cuerpo lo cuido y lo respeto así

Lo cuidamos cuando nos peinamos, cepillamos, bañamos.
Comiendo cosas productivas para no enfermarme.
Hacer caso cuando me digan que las cosas no son así.
Evitar hacer cosas malas como: fumar.
Respeto mi cuerpo cuando no le doy malos tratos
Cuando no consumo alcohol, ni algo por el estilo (Marihuana)
No consumir pastillas, ni pegarle tatuajes al cuerpo.
No mostrar mi ombligo, respetar a las demás personas.
No dejar que lo manoseen, no lastimarnos, lavar las manos cuando como.
No tomar cerveza, Yo le doy trato a mi cuerpo aseándolo, bañándome todos los días.
Yo respeto mi cuerpo no tomando bebidas alcohólicas, bazuco, perica, etc., eso afecta mis pulmones



niños semilleros del comité Santo Domingo, participando de la celebración del día del niño liderada por los articuladores del comité

Respeto

el cuerpo de otros cuando:

Soy amoroso, respeto, y no me sobrepaso con otros.
No obligando a otros a hacer cosas que no quieran.
Respetando los derechos de los demás.
Cuidando el cuerpo mío y el ajeno
Enseñándoles a las mujeres a no sentarse abiertas cuando tienen falda, porque una mujer debe tener decencia a la hora de sentarse.
No tocándole el pene o la vagina.
No ver a otros u otras cuando orinan o cuando asean su cuerpo.
No cogerlo (a) a la fuerza.
No salir a fuera en pelotas.
No pegándole.
No manosear el cuerpo de la persona.
No maltratando a las mujeres, no pegarles, no decirles groserías, no tocarle los senos.
No verle el pene a los hombres,
No mostrarle el pene a las mujeres, y no gritar.

¿Qué haces para hacer respetar tu cuerpo?



Fotos de las jornadas recreativas y formativas adelantadas en el Barrio Santo Domingo por los articuladores y semilleros



Frases de reflexión

Una mentira puede correr seis veces por el mundo antes de que la verdad haya tenido tiempo para ponerse los pantalones.

No se puede separar la paz de la libertad, porque nadie puede estar en paz consigo mismo si no es libre.

Tener verdadero éxito en la vida es: reír mucho y muchas veces, ganarse el respeto de personas inteligentes; gozar del cariño de niños, ganarse el reconocimiento de personas calificadas y saber soportar la traición de falsos amigos, apreciar la belleza, buscar lo mejor en los demás, dejar el mundo un poquito mejor de como lo encontraste.

Algunas cosas están bajo nuestro control y otras no, solo tras haber hecho frente a esta regla fundamental y haber aprendido a distinguir entre lo que podemos controlar y lo que no, serán posibles la tranquilidad interior y la eficacia exterior.

El amor es algo que se interpreta al mismo tiempo que ocurre, es un hecho aislado del alma, donde la oscuridad te hace frío y la noche te alimenta mal; algunas de las cosas son esencialmente enormes de su principio a fin, pero el amor es un hilo que está sostenido por la conexión de lo paralelo, es una sensación inagotable de alegría y sufrimiento y se esconde en lo más íntimo de tu sangre.

En la arena escribí tu nombre,
El agua me lo borró
Lo escribí en mi corazón
Y nunca se me olvidó

DIANA MARCELA HINESTROZA SALAZAR
Comité Alfonso López
Quibdó Chocó

Amor: El amor se siente desde lo más profundo del corazón, es como una llama que se enciende sin saber cuando se va a apagar. Muchas veces el viento la intenta apagar, pero otras no puede con ella ni la más inmensa tempestad.

Chistes



Entra un hombre al jardín de su amigo y ve un letrado y dice: cuidado con el perro. De pronto ve un perro chiquitín, chiquitín, va donde su amigo y le dice: pero para qué pones ese cartel si el perro es tan pequeño, no puede ni abrir la boca. Sí le dice, pero no sabes la cantidad de veces que me lo ha pisado

Había una vez un chico que le quería decir cosas bonitas a su novia, y fue donde su profesor de literatura y el profesor le dijo: dile así: tienes ojos de lucero, tu boca es de cristal, y te bajaron del cielo por una carta celestial; y el chico fue corriendo donde su novia repitiendo lo que el profesor le había dicho y cuando llegó donde su novia le dijo: tienes ojos de becerro, tu boca es de corral y te bajaron del cielo por bruta y animal.

Adivina adivinador

Dos hermanitos son
El uno va a misa
Y el otro no

(Vino y Vinagre)

Lorito al suelo
Y le meto el ciruelo

(Zapato)

Doy vuelta y no soy trompo
Un secreto se guardar
Si no me cuidan me pierdo
Con mi nombre sobran dar

(La llave)

Un hombre mono sin culpa
Su madre nunca nació
La abuela vivió doncella
Hasta que el hijo murió

(La moneda)

Por: Nidia Johana Murillo Perea
Comité Reposo 1 Quibdó

COMITÉ

ALFONSO LÓPEZ

Fui Papá

Fui Papá

A LOS 17 AÑOS

Me cambió tanto la vida, que no me parezco a otros hombres de mi edad, me tocó volverme adulto de un momento a otro. Se me acabaron las salidas con mis amigos, los sueños que tenía se vieron interrumpidos, incluso algunos quedaron en el olvido. Tener un hijo es maravilloso, pero creo que hubiera preferido haber esperado unos años más, porque a veces no tenías las herramientas ni la madurez para educar a un hijo, me tocó abandonar los estudios, y además la mamá de mi bebé nos abandonó y eso fue muy duro para mí, porque además de la responsabilidad sentí tristeza, dolor y desilusión.

Afortunadamente mi familia me ha apoyado mucho y ahora mi mamá cuida a mi hijo de cuatro (4) años, para que yo pueda terminar mi bachillerato nocturno, porque trabajo en el día. Es difícil ser papá, estudiante y trabajador al mismo tiempo. No hay mucho espacio para hacer las cosas que la gente de mi edad hace, aunque lo intento, porque aunque soy papá sigo queriendo vivir lo que experimentan mis amigos de mi edad. Si no hubiera embarazado, la historia sería otra

RONNY ARLEY 16 años
Erticulador comité Condoto
Ujoprefume

VERSOS

Si amarte es un pecado
Delincuente yo seré
Pagare una condena
Pero siempre te amare.

Que lindas son las tardes
Cuando el sol se va ocultando
Que lindos son tus ojos
Cuando me quedan mirando.

Con las manos te digo "adiós"
Con la boca "hasta luego"
Con los ojos "no te vayas"
Y con el corazón "te quiero"

Vanessa

PERDÓN

El perdón es el rostro más honesto del amor, perdonar es la única forma de encontrar la paz. Cuando tú perdonas a alguien sacas todo el rencor que tienes dentro de tu corazón.

Perdona aunque las faltas sean
Extremas y dolorosas
Respetar a tus superiores
Dios te ama y por nada
Olvidara que tú existes
No te rindas sigue ADELANTE...

Iglesia de Condoto
Foto: Ujoprefume

Pesamientos y reflexiones al estilo de Galán

PENSAMIENTOS

El haberte conocido fue muy importante porque tú eres una persona maravillosa y especial en mi vida. Desde que te conocí mi vida cambió por completo, porque en ese momento comprendí que eras la persona ideal para mí.

Si tú me dices que sin mí no has podido ser feliz, es porque nadie en el mundo te amara como yo te amo a ti.

Cuando pienso en ti, mi mundo se llena de alegría y también de fantasía, si poder amarte es un pecado delincuente yo sería y pagaría una condena, pero siempre te amaría.

Siempre que pienso en ti, siento que estuviera tocando el cielo, tu eres una estrella fugaz que ilumina mi camino, por que tú eres lo más bello que ha llegado a mi vida.

REFLEXIONES

SER AMIGO

El amigo es la persona que esta contigo en las buenas y en las malas, quien te acompaña, te comprende, quien te guía por el buen camino, quien corrige tus errores. Compréndeme y te comprenderé.

SER LIDER

Es aquella persona que tiene la capacidad para coordinar equipos de trabajos, en otras palabras el líder es aquella persona que posee valores y principios, para observar que los derechos no sean violados.

Carlos Arturo Rivas Serna
Municipio Condoto. Edad: 19 años
E-mail: galanh1@hotmail.com

JÓVENES Y SU SEXUALIDAD

En la adolescencia la sexualidad constituye un elemento fundamental que debe ser asumido con la máxima responsabilidad para beneficios propios y de nosotros. Cabe anotar que la sexualidad debe ser debidamente conocida, comprendida e interpretada por los adolescentes con el aporte de las ciencias biológicas, sociológicas y psicológica. La sexualidad no es solamente genitalidad esta también integra toda la persona: su corporeidad, rasgos psicológicos, edad, carácter, la realidad sociocultural y el lenguaje del amor.

Los jóvenes hoy en día no piensan en los riesgos que corren al tener relaciones sexuales a temprana edad sin protección, o mejor dicho no están demasiado preparados para enfrentar esa responsabilidad. Los jóvenes no ven las consecuencias que hay al no protegerse, es decir al no usar preservativos (**CONDÓN**) sin importar las enfermedades de transmisión sexual (**SIDA**) y que por su irresponsabilidad se pueden dar los embarazos precoces y las enfermedades de transmisión sexual.

SAIRAY FRANNY
Articuladoras de Condoto

Comité Condoto

UN DICCIONARIO MUY SINGULAR

- CHOCOLATE:** Se les dice a las personas que molestan o son pesadas.
- ZANAHORIA:** Se les asigna a los hombres con actitudes femeninas (homosexuales).
- MITIRRI:** Se le dice a las personas malucas o mezquinas.
- DESPOSINOTARIO:** Son aquellas personas atrevidas o autoritarias.
- BORORO:** Corrinche, alboroto
- CUNI CUNI:** Marrana, cerdo
- DANDI:** Se les dice a los hombres que visten bien
- PULLA:** Machete
- CHECHO:** Dinero, plata
- DESPICESE:** Colóquese de pie

Te cuento un CUENTO

Erase una vez una joven llamada soledad, de quince años, esta se sentía muy sola porque creía que su madre no la quería. Un día pensó en quitarse la vida, tuvo un sueño en el cual le mostraban una caja mágica, a la que ella, enseguida, pidió un deseo: encontrar el amor de su madre y conocer muchos amigos para relacionarse un poco más con la comunidad, y así, el día siguiente el sueño se había vuelto una realidad, luego pidió perdón a Dios por buscar a la muerte como solución de su problema y vive alegre hasta ahora por haber encontrado amigos comprensivos y tolerantes.

SAJUD

SEXUAL Y REPRODUCTIVA

A lo largo de la evolución del hombre la sexualidad se ha convertido en un sistema de comunicación entre los seres humanos para permitir la expresión de la fusión de los sexos, bien sea para cualquiera de sus fines: reproducción, placer y afectividad.

Además, se puede decir que es una relación que surge entre géneros afines y opuestos, dando comienzo a relaciones sexuales (sexo sano), esto quiere decir que se tienen relaciones por atracción y amor, más no por placer.

La salud sexual y reproductiva implica tener un buen diálogo entre la pareja, ya que al tener algún problema se puede encontrar una solución a través de este. El enemigo de la sexualidad y reproductividad es la PROMISCUIDAD. En base a ésta, la relación se puede dañar, porque se podrían adquirir enfermedades, es allí donde nos tenemos que cuidar y en caso de un embarazo no sería buena para el niño.

Tener buena salud sexual y reproductiva tiene como beneficio que las dos personas al realizar el acto sexual sientan placer en sí mismos por la atracción física y psicológica que se desarrolla sanamente al estar formados en el tema, pero no perdamos de vista que la base de una buena salud sexual y reproductiva es el amor entre la pareja.

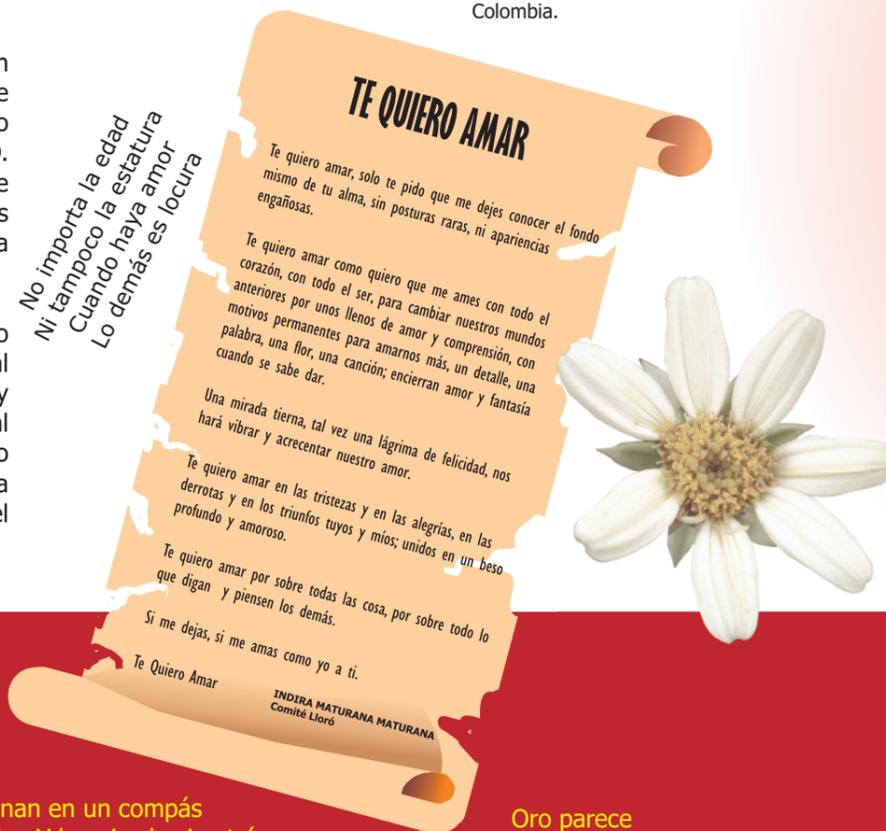
En el transcurso de la adolescencia la sexualidad y reproducción se hacen muy importantes, se empieza a experimentar necesidades eróticas, se buscan formas de satisfacerlas y se vive el impacto que se supone el enfrentarse a todas las contradicciones sociales que obstaculizan su expresión.

En esta etapa en la cual los jóvenes son tan vulnerables frente a la sexualidad y reproducción, muchos llegan inseguros e ignorantes con un cúmulo de nuevas sensaciones y deseos y con grandes expectativas de aprender y experimentar, lo que los lleva por senderos para ellos desconocidos los que se conjugan con las etapas más ricas de la vida.

POR: YORMAN YESID RENTERÍA
Comité: Compromiso Lloró

PENSAMIENTO POR LA PAZ

Paloma mensajera, abre tus alas y rompe el viento,
Llévale esta nota al creador de todo y dile que mande la paz a un pueblo que anhela la paz... Ojalá un día no muy tarde se oiga en el cielo que la paz llegó a Colombia.



ADIVINA Adivinador

Verde es mi nacimiento
Maduro todo mi vivir
Solo me cierro de negro
Cuando me voy a morir
"La cañanonga"

Dos hermanas caminan en un compás
Con los pies adelante Y los ojos hacia atrás
"Las tijeras"

Dos grandes patas tenemos
Y no podemos andar
Y los hombres sin nosotros
No se pueden presentar
"Los pantalones"

¿Cuál es el animal?
Que hace hijo con la pata
"El pato"

¿Cuál es la cosa?
Que si uno no la mata
Ella mata a uno
"El hambre"

¿Qué le dijo un esqueleto
A otro esqueleto?
"Vamos a pelear sin pellizcarnos"

Ando muy torpe en la tierra
En el agua soy ligero
"El pato"

Cuando me pongo a cantar
De un tartamudeo padezco

Oro parece
Plata no es
Para saberlo
Dilo otra vez
"El plátano"

VERsOS

El día en que te vayas,
No olvides llevar contigo todo el clóset
Donde está tu ropa, tus cosas, las cartas,
los detalles y todo el sentimiento,
Todo lo vivido que ya quedara muerto.

Olvidar es imposible, en mi mente existes,
pero este amor que es casi imposible
Solo en nuestras mentes podrá vivirse.

Solo tú me amas con tanta pasión,
Solo tú darías la vida por vivir a mi lado
Solo tú sabes enamorarme con locura y arrebató.

Mis mayores locuras contigo las he pasado
Mis mayores temores contigo los he olvidado
El más grande amor tu me lo has entregado.

Quisiera no amar para no llorar
Quisiera no vivir para no recordar
Quisiera dormir y dejar de pensar
Que tu amor vivirá en mí toda una eternidad.

Ni todo el oro, ni la más rica plata
Ni todas las riquezas, podrían comprar
Los momentos lindos que solíamos pasar.

Ya lo ves te saque de mi vida y mente
Tu amor saqué, espero sinceramente
Nunca niegues que te amé.

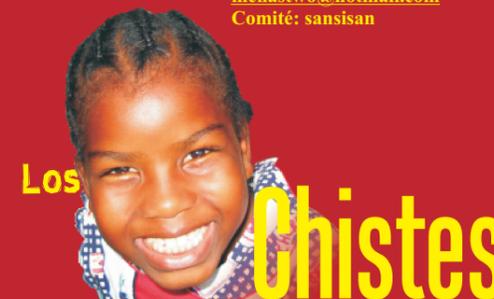
Aparentemente hoy no te quieren conmigo,
Pero lo que no saben es que tengo todo tu cariño.

Hoy quisiera dormir a tu lado
Hoy quisiera gritarte te amo,
hoy solo quisiera alimentarme de tus labios.

Si tú leyeras mis pensamientos
Verías momento a momento todos mis sentimientos
De amor puro y sincero
Que hace tiempo por ti llevo dentro.

No quiero decepcionar a mis padres
No quiero vivir del silencio
Solo quiero besar tus labios
Amarte como a nadie y vivir lo nuestro.

Carlos Andres Mena
menastwo@hotmail.com
Comité: sansisan



Especialmente para ti amor "solo vivimos para contemplar con amor una roza, un ave, una estrella, por el amor existimos y por amor vivimos". Aprender a vivir es aprender a amar y solo quien ama vive.

Junto a ti vivo los momentos más felices de mi vida.

Tú amor me ha enseñado a ver la vida con ojos de verdadera alegría.
Para ti diversión, alegría, emoción es lo que tendrás hoy por que hoy y cada día tú mereces lo mejor.

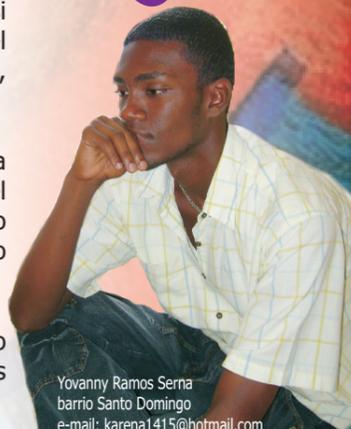
El verdadero amor, el amor ideal, el amor del alma es el que solo desea la felicidad de la persona amada sin exigirle el pago de nuestra felicidad. Espero que nunca cambies pues te quiero tal y como eres.

En toda buena relación debe existir apoyo, paciencia, dialogo y comprensión... si alguna de estas falta empezará a morir el amor. No permitas que esto suceda, luchemos por estar unidos.

Quisiera que cada día fuera especial para los dos, como el día que nos dimos el primer beso. Por eso te pido que cuando tengas un amor no lo tengas por tener sino por querer.

Es asombroso como en este pequeño espacio se pueden guardar sentimientos tan grandes.

Pensamientos



Yovanny Ramos Serna
barrio Santo Domingo
e-mail: karena1415@hotmail.com
dejandohuellayorase@hotmail.com

Una vez un colombiano y un norteamericano. Le dice el norteamericano al colombiano: Vamos a ver cual de los dos sabe hablar inglés. Pregunta el gringo: que significa How are you?, y el colombiano le pregunta: ¿Qué significa?, el norteamericano responde: ¿Cómo estás tú?, le dice el colombiano: vamos a ver quien sabe hablar más inglés, ¿Qué significa vick vaporup?, y el norteamericano le responde: Noce, el colombiano le dice: Frotarse el cuerpo.

Había una vez una señor que tenía un hijo tan cabezón que un día se fueron a comprar un sombrero para su hijo y llegaron a un sitio que decía: El palacio del sombrero y la mamá le dice al señor: quiero ver un sombrero para mi hijo, y el señor le dice: yo también.

Érase una vez un hombre
Que se miró en el espejo y dijo:
A ese man como que lo conozco

MARCELA
Comité Lloró

Bahía Cupica

Un paraíso escondido en el pacífico Chococano



Puerto de arribo al corregimiento de Bahía Cupica



Puente construido en medio del manglar que conduce a Bahía Cupica



Iglesia católica de Bahía Cupica



Jóvenes de Bahía Cupica, que trabajan el tema de Salud sexual y reproductiva en su comunidad

“Una playa extensa, marginada, pero no rendida; una boca de agua en donde el río y el mar se encuentran en un recorrido de agua que nos permite observar una pista y recordar que una avalancha destruyó un pueblo”

Partiendo desde Bahía Solano, a la 1:00 PM, desde el sector de la ESSO, abordo de una lancha de fibra con motor de 40 caballos de fuerza, manejada por un nativo y después de tres horas de espera, el novato del mar “Nilson Yesid Moreno”, nuestro visitante con un poco de nervios empezó a conocer las maravillas del Pacífico. El cruce desde la ESSO hasta Cupica es un recorrido largo pero majestuoso, en donde se observa la magia de la naturaleza; el volar de las aves rapaces, las manchas de pescado llenas de alegría y los islotes en donde las aves hacen una parada después de tanto volar.

Después de una hora de viaje, siendo las 2:00 PM, y habiendo disfrutado de un recorrido alimentado por el reconocimiento de las bellezas del mar (que se hace corto por muy largo que sea) al observar tierra como Cristóbal Colón y sus tripulantes gritamos ¡Cupica!

Se contempla una playa extensa, marginada, pero no rendida; una boca de agua en donde el río y el mar se encuentran en un recorrido de agua que nos permite observar una pista y recordar que una avalancha destruyó un pueblo. Al llegar nos recibe un puente de 1 Km de largo, y un sol de unos 35°C que nos arropa en el puente de madera construido en medio de un manglar y ver cómo los cangrejos, las tasqueras y algunos reptiles como el Guachorró disfruta de tanta belleza natural.

Al acercarnos al pueblo retumban los equipos de sonido, lo cual nos indica que se goza de energía eléctrica permanente, un regalo de Dios el todo poderoso. Un pueblo que después de haber sufrido tanto por los designios de la naturaleza y los grupos armados, hoy vive en paz, sitio que el Presidente de la república “Álvaro Uribe Vélez” visitó y pisó para hacer un Consejo Comunal. Este pueblo derramó sangre y lloró sus víctimas, pero jamás se rindió, y además nos acogió y prestó las paredes del puesto de salud para plasmar un mural. Mural que se pintó en 3 horas (de 2:00 PM a 5:00 PM) batiendo record, debido a que se nos informó que teníamos que devolvernos el mismo día. Pues no, el alcalde encargado tomó la decisión y nos dejó hasta el otro día, fue así como en medio de la noche y el sonido de la música nos mezclamos con la gente del pueblo en una discoteca (realmente una caseta) compartiendo con ellos sus formas de diversión.

En medio de la diversión, recuerdan algunos habitantes de Cupica, que hace ya 9 años, al unirse el mar y el río surgió una avalancha que arrastró con el caserío dejando como resultado una masa de damnificados y tres víctimas mortales.

los damnificados se volcaron a las playas vecinas: Piña, Pajal, Maquerule, Cacique; y otros optaron por irse a Bahía Solano, donde se crearon albergues para ellos. Así es como empiezan a construirse el pueblo nuevo que hoy visitamos, gracias al gobierno nacional que aporta para que los cupiqueños tengan el pueblo que todos sueñan tener.

Es tan doloroso ver como persona que lo tienen todo, quedan sin nada de la noche a la mañana. Hoy se preguntan algunos ¿por qué ocurrió esto?, ¿será por las maldiciones de los sacerdotes, un castigo de Dios? o por el mito de la serpiente que crece en los profundos lagos de los ríos y la única forma de bajarla es con el río crecido.

Hoy, visitar el nuevo pueblo es una maravilla, es ver la mezcla arquitectónica de construcciones de influencia paisa con la de los pueblos ancestrales afrodescendientes. Estas personas hoy viven de la agricultura, ganadería y pesca; los productos del comercio son traído de Buenaventura en barcos y avión desde Medellín. Una comunidad que consta de 1800 habitantes, y con predominio de la religión Católica.

Mención especial requiere alguien a quien se le atribuyen muchos logros, el Párroco Darmino Mefaute Maya, quien administra los recursos para el desarrollo del pueblo. El alcantarillado, el acueducto, Telecom, la parabólica, la hidroeléctrica y la señal del teléfono celular son realidades que hoy dan méritos a él.

Siendo las 12:00 AM se interrumpe la charla con los nativos, pues es hora de ir a dormir. Al día siguiente y después de tan fascinante viaje ha llegado la hora de partir, son las 7:00 AM y la frescura de la brisa que llega del mar nos invita a abordar la lancha que nos lleva al punto de partida de esta aventura. Así es como termina un recorrido por uno de los pueblos más bellos del Pacífico Chococano.

MANUEL RICARDO ABADÍA
Comité Bahía Solano



Habitante de Bahía Cupica



Cementerio de Bahía Cupica



Habitantes de Bahía Cupica



Sendero hacia el mar de Bahía Cupica



EL CABALLITO DE MAR

Había una vez un caballito de mar que desafiando al mundo salió una mañana del escondite donde se mantenía, para viajar por el mundo desconocido. De pronto, se encontró con el Pulpo que le dijo: "¿Quieres llevarme a casa de la Sirena? Pues hará una fiesta y quiero ir a ella, ya que me invitaron y no puedo faltar". El caballito de mar le dijo: con mucho gusto te llevaré, pero si me entras a la fiesta.

El Pulpo cedió a la petición del caballito de mar y emprendieron la marcha. Cuando llegaron a la fiesta se encontraron con muchos peces; desde los más grandes hasta los más chicos. Todos estaban esperando al Pulpo. Al llegar a la fiesta, el Pulpo saludó a todos y les presentó sus disculpas por llegar tarde, les manifestó que había tenido que acudir al Caballito de Mar para que lo transportara.

En los primeros puestos de la fiesta se encontraban: El Mero, La Ballena, El Pez Vela, El Pargo Rojo, La Tintorera. Estos eran los encargados de tocar los instrumentos, Los Delfines eran los encargados de atender y dar la bienvenida a los invitados a la fiesta, vestían delantales blancos y corbatines negros.

En un extremo del salón esta la Sirena, a su lado la Manta la refrescaba con su abanico. El Pulpo le presentó al Caballito de Mar a la Sirena, quien le pidió que le sirviera de escolta para que le transportara cuando saliera de su palacio. El Caballito de Mar estuvo de acuerdo con prestarle sus servicios a la Sirena.

En un principio las cosas marcharon muy bien. Iban de un lugar a otro conociendo muchos sitios, asistiendo a muchas fiestas, pero ocurrió que los peces empezaron a sentir envidia por el caballito de mar; lo acorralaban e insultaban, pero el Caballito no les hacía caso, sólo le interesaba servirle a la Sirena. Pero llegó un día que el Caballito se sintió muy triste, añoraba el escondite donde vivía; así que le manifestó a la Sirena que se regresaría a su casa a reunirse con los suyos porque hacía años no sabía nada de sus familiares. La Sirena le agradeció el servicio que le había prestado y le dijo: "cuando quieras venir a mi palacios hazlo". El Caballito emprendió el regreso muy contento porque pronto volvería a ver a sus familiares, estos al verlo de nuevo en casa, bailaron de alegría.

Autora: Amalia Lemus
Profesora de Pedagogía (Norssate)
Recopilación: Sandra Milena Pérez Vanegas
Comité: El Valle - samyispeva@hotmail.com



Los Chistes

Llega un niño a su casa y le dice a la mamá: mami, mami mira que en la escuela me dicen bocón; y la mamá le dice: deja de estar colocando quejas y traiga el valde grande para servirle el jugo.

En un pueblito viven dos pelaos, a uno le dicen puño y al otro patada; y un domingo está el sacerdote oficiando la misa y llegan puño y patada y se roban las hostias, y el padre sale al atrio y dice ante la comunidad: cójanme a puño y patada, y toda la gente le dio puño y patada al padre.



ADIVINA Adivinador

Por un caminito
Va caminando un bichito
Y como ya dije el nombre del bichito
No te lo repito

(Vaca)

Por: Jeison López
El Valle

ADIVINANZA

No tienes pies y corre
No tiene alas y vuela
No tiene boca y habla
¿Qué es ese? "La Carta"

VERSOS

Las muchachitas de ahora
Visten bien y bailan bien
Pero tienen un defecto
Que huelen a comején

Déjate venir barriendo
Como escoba barredora
Con esa cara de coqueta
Y ese cuerpo de matadora

Las muchachitas de ahora
Se parecen a las palomas
A penas quieren andar
Como voladoras

Las muchachitas de ahora
Se parecen al clavo
Lo único que quieren
Es que las estén golpeando

No rima pero reflexiona

MI AMOR MATEMÁTICO

Te quiero matemáticamente
Con un amor trigonometralmente
Porque teórica y potencialmente
Eres mi producto decimal.
Te sumo
Te resto
Te multiplico
Pero no te olvido.
Cuando saco un sueño sin factor
Eres mi cifra adorada
Mi amor por ti es como las matemáticas

Por: Cindy Alexandra Valencia Palacios
Comité el Valle

Leyendas de la comunidad valluna

LA MADREAGUA

También se les llama jai. Se hace de balzo y luego se tira al agua. El balzo es trabajado por indígenas, este balzo se puede convertir en diferentes cosas, y animales que los indios brujos imaginan. La madreagua no vive en el agua, se cree que habita allí, pero ella solo va al agua cuando el indígena brujo que la hizo la prepara para matar personas, luego sale y desaparece. El agua salada mata a la madreagua.

LA CULEBRA BIRRÍ

Cuando Dios hizo el mundo, los indios tenían pueblos y sabían mucho, pero una india fue engañada por una culebra Birrí y se casó con ella a escondidas de su papá. Para ocultar a su marido culebra, lo metía debajo de un árbol y le ponía encima toda la leña que traía para el fogón. Poco tiempo después, la joven dio a luz a un hijo Birrí, para el nacimiento vino la Birrí suegra con muchos de los suyos a conocer el nieta.

Luego llegó el indio, padre de la india y notó que había mucho olor a excrementos de Birrí. Se puso entonces a quitar leña y encontró debajo al Birrí, su yerno y al Birricito, su nieta. Dio una paliza a su hija y mató a los dos birrís, padre e hijo. Cuando la suegra Birrí supo la noticia, se vino y llevó los cadáveres de los suyos. El Indio las persiguió hasta muy lejos, por eso hoy en día no se encuentran culebras Birrí.

Con el tiempo la Birrí suegra resucitó a su hijo, pero no como Birrí, sino como soldado Español. Lleno de furia, entabló guerra contra los indios y los echó de sus pueblos para el monte. Entonces los indios se volvieron pobres e ignorantes.

LEYENDA EMBERA LAS FASES DE LA LUNA

El sol es un hombre y la luna es una mujer. En las noches el sol se da un baño en el mar y la luna también. La luna empieza a enamorar al sol, le hace guiños con un ojo, y el otro se lo tapa con un palo. La luna aparece con su cara brillante y se enamoran con el sol; así pasan muy bien una semana, después la luna empieza a tener celos del sol.

El sol se incomoda y la luna trata de conquistarlo de nuevo y empiezan otra vez a enamorarse

Comité Valle: Sandra Milena Pérez, Jhon Fernando Pérez,
Juan Gabriel Pérez, Daniel Segura y Douglas Fernando

SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

De diferentes fuentes (libros y plegables sobre salud sexual y reproductiva) hemos tomado apuntes textuales con los cuales pretendemos dejar a nuestros lectores un texto que puede ser referente importante al momento de hacer consultas referidas al tema de la salud sexual y reproductiva

SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

Se refiere a tener calidad de vida, tanto individual como social, o sea, un estado de bienestar físico, mental y social, y no solo aspectos ligados a la reproducción, requiere la capacidad de ejercer los derechos sexuales y reproductivos, implica la capacidad de disfrutar de una vida sexual satisfactoria y sin riesgos.

El derecho a recibir servicios adecuados y atención en salud, que permitan la gestación, los partos sin riesgos.

Acceso a programas de detección y atención de todo lo relacionado con la sexualidad y la reproducción, que se tenga acceso y posibilidad de elegir las metas de planificación eficaces.

La sexualidad implica gozar de un buen estado general físico-mental, bienestar social y no mera ausencia de enfermedades o dolencias en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductor, sus funciones y procesos.

¿CUÁNDO PROCREAR?

Las personas deben estar en capacidad de disfrutar su vida sexual de forma satisfactoria, sin riesgos, con capacidad para procrear, libertad para decidir hacerlo o no, y la frecuencia de procreación. Debe hacerlo cuando este seguro de poder dar una vida digna al nuevo ser que encarga.

DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

1. Tener conocimiento sobre el propio cuerpo y decidir sobre el mismo, de manera libre e informada.
2. Adecuada atención ginecológica, al embarazo y al puerperio.
3. Disfrutar de la sexualidad como de la reproducción
4. Atención en salud.
5. Servicio de salud sexual y reproductiva para hombres y mujeres por igual.
6. Acceder a la prevención y tratamiento de la infertilidad
7. Decidir si se tienen hijos ó no, cuándo, cuántos, y con qué frecuencias.
8. Información, educación y medios para tomar decisiones reproductivas.
9. Una Sexualidad sin riesgos de contraer enfermedades de transmisión sexual y SIDA.

EMBARAZOS EN ADOLESCENTES

¿SE DEBE EMBARAZAR UNA ADOLESCENTE?

No se debe embarazar, porque cuando una mujer tiene hijos demasiado joven, ella y el bebé tienen mayor riesgo de enfermedades de tener problemas en la familia y en su comunidad; inclusive tiene riesgos de morir. Por estas razones es mejor evitar la gestación en la adolescencia.

SI LA ADOLESCENTE APLAZA LA GESTACIÓN, PARA CUANDO SEA ADULTA

- Tiene más posibilidades de estudiar y superarse
- Le queda más fácil conseguir empleo
- El dinero que consiga lo puede invertir en sí misma
- Le será más fácil salir de la pobreza
- Tiene más posibilidades de disfrutar de la vida y su juventud
- Se le desarrolla mejor el cuerpo físicamente, puede verse más bonita.
- Logra una mayor madurez
- Le es más fácil conseguir una pareja estable y lograr una unión basada en el amor y el respeto.
- Se tiene mejores posibilidades de tener autoestima y confianza en sí misma.
- Mejores relaciones interpersonales, más tiempo y confianza para compartir con los demás

PLANIFICACIÓN FAMILIAR

Es el conjunto de actitudes y acciones, por las cuales las personas o parejas ejercen el derecho a decidir libre y responsablemente sobre si quieren o no tener hijos, la cantidad y el intervalo.

MÉTODOS DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR

Entre estos tenemos:

MÉTODOS HORMONALES

Entre estos tenemos: las píldoras, mini píldoras, inyecciones y norplast, (es un implante puesto en la piel) y el dispositivo intrauterino

MÉTODOS DE BARRERA QUÍMICA

Son los óvulos, espumas, cremas y jaleas.

MÉTODO DE BARRERA MECÁNICA

Estos son: el condón, condón femenino y el diafragma

MÉTODOS NATURALES

Son los métodos del ritmo o de calendario, la temperatura basal, el coito interrumpido y el de la lactancia materna.

MÉTODOS DEFINITIVOS

Estos son: La vasectomía y la ligadura de trompas.

VERSOS

En una estrella nace tu nombre
En una rosa tu apellido
Y en un clavel nace el día
Que nos hemos conocido

Me gustaría que nuestro amor
Fuese como el mar
Que se viera el principio
Pero no el final

En el cielo hay una estrella
Que nunca deja de brillar
En la tierra hay un hombre
Que me hace suspirar

Las flores en mi jardín
Florecen en primavera
Pero mi amor por ti
Florece la vida entera

He dibujado un mundo contigo
He dibujado un mundo sin ti
Pero como ahora te tengo
Sólo te dibujo a ti

Se necesita un segundo para
conocerte
Un minuto para apreciarte
Una hora para quererte
Y toda una vida para olvidarte.

Cuando mires las estrellas
Acuérdate de mí
Porque en cada una de ellas
Hay un beso para ti

La pasión es la llama
Que quema un corazón enamorado

Si la vida fuera verte
Y la muerte no verte
Preferiría la muerte
Antes que una vida sin verte

Amar es más que un sentimiento
Amor es algo especial
Amor es lo que siento
Cuado a tu lado puedo estar

Si frío es el invierno
Más fría es la soledad
Por eso yo te quiero
Para toda la eternidad

Te dedico esta rosa
Que es muy hermosa
Para ti por ser cariñosa

Dos ositos en la nieve
No se pueden resbalar
Dos amigos que se quieren
No se pueden olvidar

Tu amor es como un suspiro fresco
Acariciando la esencia pura de mi
alma



Tadado

Comité

SANDRA MILENA MORENO M.
Tadó - Chocó

SSR
Salud Sexual y Reproductiva

El Aborto

y la salud sexual y reproductiva en adolescentes

El aborto es una realidad de la que lastimosamente se habla con mucho dolor, las que lo practican en su mayoría son adolescentes que no tienen una visión clara de lo que quieren o lo que tienen, por esta razón recurren a él. Unas de las causales de aborto es el embarazo precoz, que en los últimos años se ha incrementado en la población juvenil a pesar de que el gobierno se ha tomado la tarea de inculcar acerca de los riesgos y consecuencia de una sexualidad irresponsable.

El término de "embarazo en adolescentes" se ha convertido en sinónimo de embarazos no planeados o no deseados que ocurren en una mujer o en una pareja que aun no han alcanzado las condiciones ideales para ser padres, esto quiere decir que los adolescentes aun se encuentran en un proceso de construcción de su identidad y proyecto de vida, y no cuentan con las condiciones sociales y económicas para garantizar el bienestar de la mujer, de la pareja y del bebe.

En mi comunidad los embarazos en adolescentes, entre muchas otras causas, ocurren por falsas creencia, entre ellas la que predicen algunas jovencitas que afirman que ser madre proporciona reconocimiento, llegando a pensar que la maternidad es la única forma en que una mujer logra su realización como persona; también hemos visto y comprobado que el uso y abuso del alcohol y las drogas desde edades cada vez más tempranas es una causal esencial para emprender la sexualidad de forma irresponsable. Los jóvenes, bajo el efecto de esas sustancias están en peores condiciones para prevenir el embarazo.

La sexualidad es algo normal, un derecho, pero los adolescentes han tomado esto como un deporte el cual se practica de forma no saludable, trayendo consigo muchas consecuencias graves, da lastima ver que muchos jóvenes iniciaron su vida sexual, pero de forma irresponsable e inconciente acabado con ilusiones y sentimientos.

La sexualidad se ha convertido en algo de mucho miedo, todo por el afán desenfrenado con el que estos jóvenes están viviéndola, incitados por el consumo de sustancias nocivas que han llegado a la vida de muchos de estos. ¿Qué es la salud sexual y reproductiva? Es estar bien, disfrutar tu vida sexual y estar sano, evitando los riesgos, es libertad y respetar a los demás. Es decir y exigir información, también utilizar protección y elegir si quieres o no embarazar, definiendo el momento adecuado.

Por: Diana Marcela Aluma Garrido
Comité Cértegui

LAS ÁNIMAS

Las Animas es la cabecera municipal del municipio de Unión Panamericana en el Departamento del Chocó. El pueblo lleva este nombre por la quebrada que pasa por el centro del mismo (denominada de igual forma), en esta, cuando las personas subían o bajaban para ir a los trabajos de la mina casi siempre eran asustados, sintiendo y viendo una persona vestida de blanco que al instante desaparecía.

Se decía que las ánimas asustaban a las personas de todas las edades, razas y clases sociales que a su tránsito llegaban, es muy común este tipo de manifestaciones culturales en los lugares donde la gente vive de la minería, es para muchos un honor conseguir la devoción de las ánimas del purgatorio y hacer que ellas le cuiden sus viviendas y le traigan buena suerte a la familia a partir de un pacto que firman con su alma.

PARA QUÉ

Para qué una semilla donde no hay fertilidad
Para qué una esperanza si no ha de llegar
Para que una ilusión, donde no existe el amor
Para qué un jardín si la flor se marchitó
Para qué un pintor si no existe el color
No es lógico amar a quien no nos ama
No es obvio dar afecto a quien no sabe de amor
Perfecto es amar a quien nos ama
El amor es esencia de la vida, la paz del corazón
Para qué un oasis donde no hay seguridad
Para qué un palacio donde no puedo habitar
Para qué un reino donde no soy el rey
Para qué primavera si el verano llegó
Para qué enciendo vela, si el sol se Salíó

Para qué

SANDRA MILENA MORENO M.
Tadó - Chocó

Cértegui

Comité



Error	Corrección	Comité	Autor
Ineresante	Interesante	Tadó	Leslie
Letreo	Letrero	Río Quito	Hilson
Prodrían	Podrían	Tadó	Nataly
Actora	Actriz	Quibdó	Geovanny
Aprendicitis	Apendicitis	Tadó	Yaret
Quincenales	Quincenales	Río Quito	Yuly
Formumela	Formúlela	Lloró	Marcela
Pelfecto	Perfecto	Tadó	Yeiny
Pedródico	Periódico	Tadó	Dieris
Reprosuctiva	Reproductiva	Tadó	Yaret
Esperiencia	Experiencia	Cértegui	Donny
Semilleros	Semilleros	Río Quito	Yuly
Purales	Plurales	Tadó	Johan
Cartolina	Cartulina	Istmina	Francis
Depródico	Periódico	Condoto	Saira
Puturo	Futuro	Condoto	Franny
Municiplan	Municipal	Río Quito	Yuly
Converser	Convencer	Río Quito	Yuly
Anfritiones	Anfitriones	Lloró	Cho
Pelúcula	Película	Tadó	Nataly

Momentos del segundo encuentro de formación de la revista chocó un Libro Mágico realizado en Tadó en el mes de marzo



Esta sección es dedicada a los y las jóvenes del proyecto que en el desarrollo de sus actividades cometen pequeños errores que terminan maltratando el castellano, te los presentamos para que no los cometas y para que te diviertas un poco. Tómallo como un chiste, este es un detrás de cámaras.



CUIDADO con la sexualidad

Los jóvenes saben muy poco y no lo aplican.

Uno de cada tres jóvenes cree que la mujer no puede quedar embarazada la primera vez. Y el 58% sabe que puede prevenir el contagio de sida con el preservativo, pero no cuales son sus posibles vías de contagio y los síntomas.

La gran mayoría de los jóvenes se cuidó en su primera relación sexual, pero muchos creen que las mujeres **no pueden quedar embarazadas la primera vez**. Casi todos conocen los métodos anticonceptivos, pero **no saben como emplearlos correctamente**. En el mejor de los casos, se enteraron de la existencia del sida, y en el peor **no conocen ninguna enfermedad de transmisión sexual**.

Pero en general repiten mucho de (**manual**) y **no demuestran tener conciencia de los riesgos**. Los datos expuestos se desprenden de una encuesta a 505 adolescentes escolarizados del municipio de Lloró en edades **entre 12 y 19 años**.

El objetivo fue indagar que saben, que creen y como practican su sexualidad. Una de las conclusiones más fuertes de trabajo es que los jóvenes tienen información fragmentaria y que esos vacíos **pueden traducirles en conductas de riesgo**.

En las respuestas aparecen algunas contradicciones entre lo que saben y lo que practican concretamente. Por ejemplo, **el 86% se cuidó en su primera relación sexual**- que en promedio se produjo **a los 15 años**. Pero alrededor del **30%** supone que no es posible concebir durante la primera vez, y que hay que tener varias relaciones sexuales para que la mujer quede embarazada.

Respecto a los métodos anticonceptivos, **el 98% asegura conocer los más tradicionales**, principalmente el preservativo. Pero, si lo emplean no lo hacen correctamente y tienen falsas creencias como que **no es necesario colocarlo desde el inicio hasta el final de la relación sexual**. Si bien más del 70% de los jóvenes cree que debería utilizar protección aun si la pareja es conocida aclaran que si se conocen desde hace tiempo y la mujer toma píldoras anticonceptivas, **prefieren prescindir del preservativo**.

De estos resultados se dedujo, que la elección de usar o no algún método anticonceptivo aparece más referida **a factores superficiales**. Como el grado de conocimiento con el compañero sexual, pero que en esta conducta no prevalece una conciencia de prevención. Y que, en todo caso, **temen más la posibilidad de un embarazo no deseado que el contagio de enfermedades de transmisión sexual (ETS)**, cuyo conocimiento es bastante escaso.

El 58% de los entrevistados pueden nombrar el sida y saben que pueden prevenirlo usando Preservativos, pero no conoce sus posibles vías de contagio ni sus síntomas y más alarmante aún: **el 20% no sabe nada acerca de las ETS**. La excepción pueden identificar, además del sida, otras enfermedades como la gonorrea o la sífilis y reconocer formas de contagios y síntomas.

Otro capítulo poco explorado es el de la anticoncepción de emergencia (**métodos para evitar el embarazo después de haber tenido relaciones sexuales sin protección adecuada**). Apenas el 27% sabe que existe este recurso, y **menos del 3% manifestó haberlo empleado alguna vez**.

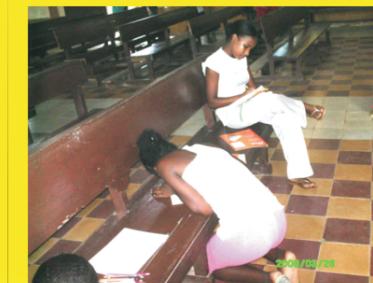
Para desmentir aquello de que en la escuela el sexo es algo prohibido, es oportuno resaltar que el 67% de los entrevistados aseguró haber obtenido conocimientos de salud sexual y reproductiva en **asignaturas escolares** y charlas con organizaciones como: **médicos sin Fronteras y Profamilia**, las otras fuentes de información son **los amigos 35%** y **la televisión 34%**.

¿Qué saben del propio cuerpo? El nivel de conocimiento **acerca del aparato reproductor es sorprendentemente bajo** en todos los entrevistados. El 51% de los jóvenes apenas menciona la existencia de los genitales de ambos sexos (pene y vagina), pero no puede nombrar otros órganos como los ovarios, trompas de falopio o el útero femenino y los testículos o espermatozoides en el masculino, ni sus funciones.

La mayoría de las mujeres y hombres (62% de los consultados) **no había consultado últimamente a un ginecólogo o medico general** y el 66% desconoce que existen unos derechos de salud sexual y reproductiva.

El estudio permite entre otras inferencias, que sí es la escuela el espacio donde los y las jóvenes reciben la mayor información acerca de la salud sexual y reproductiva, es entonces allí donde hay que redoblar los esfuerzos para profundizar esos conocimientos poniendo énfasis en la prevención. Estos datos permitirán a articuladores y entidades poder establecer estrategias de formación sexual que esperamos sean efectivas por el bien de la comunidad juvenil Lloroseña.

Autor: Comité local de Lloró
Fuentes: Diana Carovith Guerrero Mosquera
Psicóloga de Apoyo educativo
Ely Yohana Guerrero Córdoba
Trabajadora Social de apoyo Comunitario



Trabajo de educación sexual desarrollado por los y las jóvenes que hacen parte del comité Lloró

“Si bien más del 70% de los jóvenes cree que debería utilizar protección aun si la pareja es conocida aclaran que si se conocen desde hace tiempo y la mujer toma píldoras anticonceptivas, **prefieren prescindir del preservativo**”

UN AMIGO

Un amigo es la mano en el hombro que entiende nuestra tristeza
Es la mirada de confianza que nos hace seguir adelante
Un amigo es una voz que nos alerta
Cuando estamos corriendo peligro
Un amigo es una sonrisa dispuesta a divertirnos
La amistad tal vez no puedo definirla, pero es lo que encontré en ti desde el momento en que te conocí

Gracias por tu amistad

Por: HADER CUESTA JARABA
Comité Lloró

PENSAMIENTO

VERSOS

De las vacas sale leche
De la leche los quesito
De los labios de mi novio
Salen besos exquisitos

EMILSEN MATURANA R.
Comité Lloró

El amor de los hombres
Es como un girasol
Hoy con una sonrisa
Mañana con una traición

Una casa se cae
Un edificio se derrumba
Un amor sincero
Se lleva hasta la tumba

ADIVINA Adivinador

Cajita, Cajita De buen parecer
Ningún carpintero La puede hacer

Cuál es el animal
Que tiene cinco sonidos

„El huevo“

„el mur-ci-e-la-go“

En el cielo está mi nombre
En la tierra mi apellido
En la casa de mi suegra
Está mi prometido

Adiós amor mío
Lo nuestro se ha acabado
Quiero que seas feliz
Aunque no estés a mi lado

Lloró Comité

MOTOS Y MOTOTAXIS

UN VEHÍCULO QUE TODOS UTILIZAMOS



En el Chocó, especialmente en el municipio de Istmina, ha llegado un vehículo que para todos en un principio era un poco indiferente, este vehículo es la MOTO. La moto se ha utilizado como medio de transporte, pero no se pagaba por su servicio, normalmente se compraba por "lujo" o por la necesidad de transporte que tenía su dueño.

A partir del año 2000 se ha incrementado el número de motos y así mismo llega la tendencia de usar estas como "rapimotos", nombre asignado por la rapidez al utilizarla en el transporte de pasajeros a cambio de dinero. La gente utiliza las rapimotos ya que pueden llevar su carga e ir en el vehículo por sólo \$1.000, mientras que los cotereros por el mismo trabajo cobran \$2.000, \$3.000, hasta \$8.000 dependiendo del peso de su carga. El día más utilizado por estos vehículos es el domingo, día de mercado donde se hace la remesa en los hogares. Este sistema de transporte es muy utilizado para hacer diligencia de carácter urgente.

Posteriormente llega la "Moto taxis" o moto ratón, vehículo similar a la moto tradicional, sólo que ésta tiene tres (3) llantas y en una carrera pueden ir más de dos personas, además del conductor, en esta se pueden llevar diversas cargas, en cambio en la moto tradicional se transporta al pasajero y una carga no tan pesada.

La moto ratón es un vehículo confortable, en él se puede dar un paseo con la familia, con los amigos, con la novia o novio, en fin, es impresionante lo que esta pequeña máquina puede hacer. Para los rapimotos es un trabajo que deja buenas ganancias y además, la gente se siente bien con su servicio. Pero la labor de las rapimotos y moto taxis ha incrementado el flujo vehicular y con ello el número de accidentes en Istmina.

Las que tienen más alto grado de accidentalidad son las rapimotos, ya que estas se prestan para acceder a carreras de apuestas, en las que participan jóvenes conductores que se dejan llevar por la adrenalina que los hace ir más rápidos. He utilizado mucho estos vehículos al tiempo que he sido víctima de ellos, en el 2005 fui arrojada por una rapimoto lo que me costó una sutura de 11 puntos en la cabeza, hematomas, raspones, descompostura de la pierna derecha y dos meses de incapacidad. También mi hermano de cuatro (4) años fue arrollado por una moto.

Un dato preocupante es que algunos jóvenes dejan de estudiar para rapimotear pues les interesa obtener dinero antes que conocimientos; es el caso de 3 de mis compañeros de clases, para finalizar, expreso la siguiente pregunta:

¿Por qué los conductores y pasajeros de las rapimotos están expuestos a accidentes? R/ Porque no siguen las normas, no utilizan el casco, el chaleco, si lo utilizan no lo hacen bien y como si fuera poco se entregan a la competencia del centavo lo que agrava la situación.

Este es un llamado a nuestros rapimotos para que asuman su labor con responsabilidad.

FRANCISLENIS IBARGÜEN
Edad: 15 años. Comité: Municipio de Istmina

Esta es la historia de Franchesca, una niña de 15 años; aparentemente es una niña como cualquiera, pero nadie sabe lo que ella vive en su casa, su familia aparentemente también es una familia normal, pero esa normalidad se acaba cuando llega el fin de semana y su padre sale a beber y después de una larga noche o de dos días continuos de beber llega la tristeza de Franchesca, porque su padre llega a maltratar a su madre y para ella es algo muy duro, porque tiene que ver semejantes atrocidades y se siente muy impotente por no hacer nada y sólo le queda llorar, meterse a su cama y empezar a orar. Este flagelo ya es una rutina para Franchesca, pero lo más triste para ella es que su padre es una persona maravillosa y muy cariñosa cuando está sobrio, pero cuando está bajo la influencia del alcohol se vuelve un salvaje, el alcohol destruyó a su padre, igualmente está llevó a su familia a la separación dejándola marcada para toda la vida.

Que no te pase a ti, me lo contó un amigo de un amigo, si es tu caso busca ayuda profesional.

FRANCISLENIS IBARGÜEN
Edad: 15 años. Comité: Municipio de Istmina

COLOMBIA VIVE

(Queremos la paz)

DESEOS

"Colombia Vive", gran documental que muestra todas aquellas vivencias de nuestro hermoso país Colombia; algunas son actos inmorales que no pueden ser dignos de un ser humano y es por esto que como persona estamos llamados a cambiar esta situación, si tú quieres ser un salvador, tienes que pensar y hacer las cosas bien.

Istmina – Chocó, Colombia y el mundo, quieren la paz, entonces cada uno de nosotros debemos estar unidos para conseguir la armonía, el perdón y la unión de un ser con otro y esta unión debe estar atada por la amistad y a la vez por la libertad de expresión.

Este debe ser el año para conseguir la paz y es por eso que debemos ser pioneros del reto misionero para lograr conseguir este don tan valioso y tan anhelado, y me despido diciendo que ser hombre es comprender que la vida no es algo que se nos da ya hecho, sino que es la oportunidad para hacer algo bien.

Del Chocó para el resto del mundo el arquitecto de los sentimientos. Herment Jaison.

HERMENT JAISON MOSQUERA AGUALIMPIA
Comité Istmina

comité
Istmina

QUE NUNCA HAN DE FALTAR

¿Hay algo que te molesta o te preocupa...?

Reflexiona sobre las siguientes preposiciones, e imagínate situaciones que pueden ser muy desagradables para encontrar la felicidad en cualquier época del año y por otro lado imagínate momentos que te pueden llenar de esperanza y vigor para seguir adelante y pensar en la vida y el amor.

Mientras tú, te reúnes para compartir entre amigos, otras personas lo hacen para sobrevivir. Mientras tú juegas, algunos niños ni se sostienen. Mientras a ti te llevan la comida a la mesa, otras personas sufren por conseguirla. Mientras tú estudias, algunos niños trabajan. Mientras tú vives, otros niños se matan entre ellos.

Y si todavía hay algo que te sigue preocupando, observa a tu alrededor y da gracias por todo lo que el señor te ha permitido tener en esta vida. Di con humildad, gracias señor por todas las bendiciones que me has dado y en esta época del siglo has que una familia cumpla su deseo de ser feliz y tener amigos con quien compartir lo bello de esta vida.

Además, has que la fe que ellos tengan ilumine el sendero de la existencia de un ser supremo porque la alegría eterna es la que siente el corazón cuando ve que hay gente que te apoya y te quiere.

Quéjate menos y agradece más Ok.

El arquitecto de los sentimientos
(E.A.S.) Herment Jaison. Comité Istmina

¡QUÉ BUENA AMISTAD!

Qué buena amistad se vive entre todas las delegaciones que participamos en los encuentros de PLAN COLOMBIA, CHOCÓ UN LIBRO MÁGICO y CAJA MÁGICA. Son encuentros que hacen fortalecer nuestro crecimiento personal, social, espiritual y cognitivo. Conocer nuevas personas me llena de alegría y es por esto que día a día me esmero para seguir adelante y compartir mi potencial con otras personas e interactuar con ellas para aprender cosas que pueden ser necesarias para establecer nuestro futuro.

La ilusión por conocer nuevas ideas nos llena de empeño, pero debemos tener paciencia para comprender todas aquellas situaciones que a veces nos envuelven en un campo, digámoslo así, el de no escuchar la opinión de los demás, pero a pesar de estas incoherencias siempre tratamos de seguir adelante. Me siento muy orgulloso de participar en estas actividades y de conocer personas maravillosas como ustedes y por eso les doy muchas GRACIAS por compartir lo que saben conmigo, definitivamente yo soy EL ARQUITECTO DE LOS SENTIMIENTOS y nunca se olviden de que en donde esté los llevo en mi corazón.

El arquitecto de los sentimientos
(E.A.S.) Herment Jaison. Comité Istmina

EL AMOR

- Ø Sentir amor es ser sincero y yo lo soy
- Ø Cubre toda clase de corazón
- Ø El Amor nunca se acaba
- Ø Quien no siente amor no es un ser viviente.

Siento algo que sinceramente es más que AMOR.

El arquitecto de los sentimientos
(E.A.S.) Herment Jaison. Comité Istmina

Estuve haciendo investigaciones y decidí ir al hospital Eduardo Santos y me cuentan que algunas noches han llegado más de cinco (5) accidentados, además, dicen que así como es bueno el servicio de los rapimotos, también se ha vuelto un peligro para la comunidad.

¡Conduce con cuidado, usa el casco y demás implementos de seguridad!

LA DESOLACIÓN DE UN PADRE ALCOHÓLICO

Chocó 26
un libro mágico

Chocó 27
un libro mágico

COMPORTAMIENTO SEXUAL

Salud sexual y reproductiva



Queridos amigos y amigas, en esta ocasión, más que un artículo les entregamos, desde el comité Nuqui, una guía sobre temas de salud sexual y reproductiva que con frecuencia desarrollamos en nuestras replicas y plan de acción, el mismo se los hacemos llegar en forma de preguntas y respuestas. Esperamos que les sea de mucha utilidad.

ANATOMÍA Y FISIOLÓGIA

¿Qué sucede con los espermatozoides que no logran fecundar al óvulo?

R/ Algunos son reabsorbidos y otros son expulsados por la vagina.

Al tener relación sexual por primera vez, ¿Quién sufre más? ¿Una mujer de 15 años o una de 20 años?

R/ La primera relación de una persona debe ser planeada y cuando se tenga la suficiente madurez, ésta no debe ser motivo de angustia o preocupación por un embarazo indeseado. Una mujer de 15 años no está suficientemente preparada y por ello puede presentar mayor angustia. Una mujer de 15 ó 20 años puede disfrutar igualmente en su relación sexual.

¿Cuál es la edad óptima en el hombre y la mujer para tener hijos?

R/ La mujer está mejor preparada como física, social y psicológicamente, para tener hijos entre los 20 y 33 años y en el hombre entre los 20 y 40 años se considera una época para tener hijos. Antes o después aumentan los riesgos de enfermedades e incluso la muerte.

¿Se puede tener relación sexual si la mujer está menstruando?

R/ Con una higiene adecuada se puede tener relación sexual en la menstruación.

¿El acto sexual debilita, perjudica la salud?

R/ No produce debilitaciones ni es perjudicial para la salud, si se previene un embarazo indeseado o el contagio de enfermedades venéreas.

MENSTRUACIÓN

Se puede tener acto sexual si la mujer tiene la menstruación, no hay ninguna contra indicación. Lo único que se recomienda es un aseo exhausto para evitar mal olor e infecciones.

¿Como se sabe cuáles son los días fértiles de la mujer?

R/ Hay varios métodos, si hay un ciclo regular, es decir, que el intervalo entre el primer día de la menstruación es constante 26, 28 ó 32 días, el día de ovulación es 14 días antes de la siguiente menstruación; si el día es de 26 días será el día 12; si el día es de 28, el día 14; se es de 32 el día 18. En cada mujer varía.

¿Cuáles son las fases del Ciclo menstrual?

R/ Tiene varias fases menstruales, proliferativa, ovulativa, secretora, premenstrual

¿Por qué se presentan retrasos en la menstruación?

R/ Los ciclos pueden ser irregulares durante varios meses, por madurez en el sistema.

VIRGINIDAD

¿En qué consiste la virginidad?

R/ Consiste en poseer un Himen completo, el cual durante la relación sexual se rompe.

¿Cuándo se deja de ser virgen?

R/ Cuando se tiene un himen rasgado y culturalmente cuando se ha tenido relaciones sexuales.

MASTURBACIÓN

¿Qué es la masturbación o estimulación?

R/ Consiste en manipular los genitales con el fin de sentir placer

¿Cuáles son las causas y consecuencias de la masturbación?

R/ Aparece como una forma de conocer cómo funciona el cuerpo, explorar sensaciones nuevas que tienen vital importancia y se hacen más frecuente en la adolescencia, debido a los cambios y surgimiento del impulso sexual. No tiene consecuencias ni físicas ni psicológicas.

¿Es malo masturbarse?

R/ Es un comportamiento sexual sano, natural útil para lograr relajación y excitación sexual, no es malo.

ESTERILIDAD

¿Cuándo se sabe que una persona es estéril?

R/ Generalmente se inicia un estudio de infertilidad cuando después de un año de relaciones sexuales frecuentes y sin utilizar un método anticonceptivo no se ha logrado un embarazo.

¿Cuáles son las causas de esterilidad en el Hombre y la Mujer?

R/ Son múltiples, y pueden ser de origen congénito o adquirido.

EMBARAZO

¿Hay posibilidades para que una mujer pueda quedar embarazada en su primera relación sexual?

R/ Sí, si no se emplean métodos anticonceptivos y la relación se lleva a cabo en época de ovulación.

¿Cuáles son los primeros síntomas del embarazo?

R/ El primer síntoma claro se presenta es el retraso de la menstruación; otros síntomas son náuseas o deseos de vomitar, especialmente en las mañanas.

¿Puede una mujer menstruar durante el embarazo?

R/ Durante los primeros cuatro (4) meses de gestación puede haber un sangrado, tiene características diferentes a la normal; es más escasa, más corta, más clara.

¿Qué es una placenta?

R/ Es el órgano encargado del intercambio maternofetal de oxígeno y nutrientes.

¿Cómo Respira el bebé dentro del útero materno?

R/ Por medio de la placenta, hay intercambio de oxígeno y dióxido de carbono entre madre y feto.

¿Cuáles son las edades críticas del hombre y la mujer?

R/ Son la pubertad y la adolescencia, unas de las etapas más difíciles, como la menopausia (en la mujer) y la andropausia (en el hombre),

¿Es perjudicial tener relaciones sexuales a temprana edad?

R/ Tiene más perjuicios que beneficios, porque no son planeadas cuando se inician las relaciones sexuales a muy temprana edad, aparecen sentimientos de rechazo a la pareja, de haber sido presionada o angustia por temor a un embarazo.

¿Por qué los hombres no tienen menstruación?

R/ La menstruación es producida por cambios hormonales cíclicos que actúan sobre el endometrio (capa interna del útero), preparándose cada mes para un posible embarazo; al no ocurrir éste, el tejido es expulsado por la vagina y comienza un nuevo ciclo. Los hombres no poseen las estructuras anteriores, por eso no menstrúan.

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

¿Con qué podemos planificar los jóvenes?

R/ La gente joven debe utilizar el Condón (hombres) y la tableta vaginal (mujeres). Debido a que sus relaciones sexuales son esporádicas.

¿Por qué las mujeres usan anticonceptivos?

R/ Las mujeres y los hombres usan anticonceptivos porque no desean un embarazo en determinadas épocas de su vida, y porque previenen enfermedades de transmisión sexual.

¿Cómo se utiliza la tableta vaginal?

R/ Se aplica 10 minutos antes de la relación sexual; la mujer coloca entre los dedos índice y pulgar una tableta, la humedece con agua y la introduce en la vagina lo más profundo posible.

¿Qué son los condones?

R/ Es una cubierta látex delgada, que se adapta al pene en erección y que impide el paso del espermatozoide a la vagina, y reduce el riesgo del contagio de enfermedades venéreas.

¿Cuándo se usa el condón?

R/ Cuando el pene está en erección y antes de que toque los genitales externos femeninos o haya penetración.

ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL

¿Qué son las enfermedades venéreas?

R/ Son enfermedades que se transmiten por relación sexual, hay varias y son producidas por diferentes microorganismos.

¿Quién contagia más, el hombre o la mujer?

R/ Los dos son igualmente contagiosos en todas las enfermedades de transmisión sexual.

Después de haber sido contagiado de una manera, ¿En cuánto tiempo comienza a aparecer los síntomas?

R/ En la Gonorrea de 1 a 7 días después de la relación; en la Sífilis es aproximadamente 21 días; en el Herpes Genital días o semanas; en el SIDA puede pasar incluso años sin presentarse síntomas.

¿Cuáles son las causas del flujo vaginal?

R/ Normalmente la vagina como todas las mucosas es húmeda y produce una secreción que cambia de acuerdo a las fases del ciclo.

Comité: Nuqui
María Alejandra Haning

Información tomada de
diversas fuentes: plegables, revistas internet y otros

LA NIÑA

DE LA PELOTICA AZUL

Amy era una niña que vivía en el bosque con su abuela. La niña tenía una pelotita azul que le había regalado su madre antes de morir, por eso ella la quería y la cuidaba mucho. Una tarde la niña salió a jugar en el campo y se encontró con un lobo, al verlo salió corriendo y se internó en el bosque, allá encontró una casa viejita y tocó la puerta, y salió una señora; quien con cariño le preguntó: ¿Qué hace una niña tan linda en el bosque?, la niña le dijo que iba huyendo de un lobo y la señora que era bruja y le gustaba comerse a los niños la dejó entrar y la encerró en una jaula para engordarla y luego comérsela; pasaron los días y la niña estaba muy triste, pero tenía su pelotita y la abrazó y le pidió con mucho fervor a la mamita que estaba en el cielo que la ayudara, y cuando la bruja llegó a comérsela dejó salir de su interior una luz muy brillante que convirtió a la bruja en mariposas, y la niña miró la luz y su madre le sonrió y le dijo que ya podía volver a la casa, y la niña salió corriendo y le contó todo a su abuela y ella la abrazó y todos vivieron muy felices.

AMIGA

Amiga es la que te acompaña en tus momentos tristes
La que te consuela y en todos los momentos de lucha
Está contigo para tu beneficio
Es la que sufre contigo
Y que se alegra de verte bien
Amiga no es la que con mentiras te hace reír
Sino la que con verdades te hace llorar

EL BESO

Es el supremo sello de la pasión, el que todo lo dice, la llave maestra que encierra dos almas por mucho tiempo, es la manifestación sublime del amor.

Por: Sandra Milena Pérez Vanegas
Comité "El Valle" COMUNICACION

DICCIONARIO MUY SINGULAR

- **Arrecha:** Persona que es echada pa' delante
- **Guial:** Mujer bonita
- **El gorro:** Son esas personas que van a bailar sin plata y llegan borrachos a sus casas.
- **Cañero:** Son los que hablan mucha paja
- **Pajas:** son las personas que dicen muchas mentiras

CHISTES

Una vez iba un señor por el desierto, e iba muerto de la sed, y de repente se encontró una casa en la que vivía una viejita que tenía la boca llena de verrugas; y el señor le pidió un poco de agua. La viejita le dio un vaso lleno y el señor se preguntó ¿Por qué parte esta viejita tomará agua? ¿Por delante o por detrás? El señor tomó agua por agua por el agarradero del vaso, y le dice la viejita: hay sobrino tenemos el mismo gusto, yo también tomo agua por aquí.

¿Qué le dijo un piojo a otro piojo en la cabeza de un calvo?

Agárrate que vamos en pavimento.

En una reunión dijo el tomate: yo cuando crezca seré un tomatón. Dice la cebolla: yo cuando crezca seré un cebollón, y cuando escuchan al huevo llorando y le preguntaron ¿Por qué lloras huevo? Y él respondió: porque cuando crezca seré una gallina.

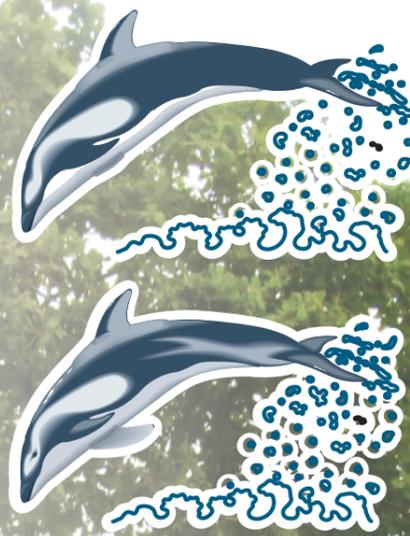
Estaba el diablo preparando una bebida y en esos momentos iba pasando el Señor Jesús por allí y el diablo lo llamó y le dio a que probara la bebida y Jesús dijo: ¡qué agua tan ardiente! y el diablo dijo: gracias mi hermano por darme el nombre de aguardiente.

Habían tres monos en un árbol y cuando en ese momento iba pasando el león, y los monos iniciaron a insultar al león; cuando en unas de malas se cayó un mono del árbol al lado león, y dice el mono: hay mi hermano, me tiré de allá arriba porque esos monos no respetan a nadie.



Articuladores de los municipios del Nuquí, Bahía y el Valle.

Encuentra las 8 diferencias que hay entre las dos ballenas orca



Sentimiento

SOPA DE LETRAS

Encuentra las siguientes expresiones y mi precioso nombre.

COMPARTIR
SOLIDARIDAD
RESPECTO
TOLERANCIA
PAZ
JUSTICIA
DIALOGO
PERDONAR
GREER
AMAR
HONESTIDAD
COLABORACIÓN

M	A	D	E	S	U	B	D	J	J	D	D	V	D	L	N	S
R	A	M	C	A	S	R	Y	R	J	N	D	A	F	H	O	O
S	D	I	C	A	T	U	D	A	R	C	T	N	E	R	I	L
N	I	C	O	M	P	A	R	N	R	I	E	R	A	F	V	I
B	T	O	L	E	R	A	A	N	C	T	I	E	R	A	F	I
T	S	P	W	S	A	T	A	F	H	C	T	D	A	R	S	U
G	E	O	E	N	I	R	E	H	T	D	A	R	K	M	L	I
O	N	P	A	T	U	P	A	Z	R	U	C	D	O	N	G	B
A	O	G	L	A	I	D	A	L	C	O	C	U	G	B	I	L
C	H	Y	A	Q	C	W	I	R	L	U	D	O	G	U	N	C
I	W	K	L	I	U	U	V	S	A	R	Y	R	O	R	D	A
S	E	Q	T	J	U	Y	I	Z	X	A	E	R	C	R	O	F
T	R	S	I	R	D	O	P	A	R	E	R	O	C	E	Ñ	F
U	U	S	A	N	I	O	H	A	J	P	L	A	V	E	R	C
J	U	S	N	O	I	C	A	R	L	O	N	B	A	L	O	R

POR: KATHERINE MURILLO
Barrio: Reposo # 1

EL AMOR



El amor es un valor, sentimiento y un afecto. Este sentimiento es algo que nace en las personas, te puedes enamorar por un simple gusto.

El amor es algo fundamental en las personas, no toda una vida se vive con una persona el amor llega y se va, no todo lo puedes mirar color de rosas.

CUANDO ME ALEJO DE TI

Siento que me muero, porque tú eres mi razón de vivir y existir. Me despierto cada día con una sonrisa en mi rostro porque sé que tú estás allí y te puedo estrechar en mis brazos y entregarte mi amor sin límites. Solo quiero que sepas que sin ti no existe día, mañana ni atardeceres, porque solo tú me puedes hacer feliz

Cada día veo que Eres una Mujer más interesante y amigable Y nunca debes cambiar, eres genial tal y como eres chica. Ok.

PIROPOS

Uy mamacita, esas son las patas que necesita mi cama.

Amor por qué se me viste de luto si no me le he muerto.

Mami si así es lento, cómo será despacito.

ADIVINANZA

Negritas, Blanquitas, de colores
Y transparentitas y en las monitas
Siempre las ven metiditas

"Las shakiras"

Hecho por: María Alejandra Haning Pandales
17 años