



En Costa Rica ———los accidentes de tránsito representan una de las principales causas de muerte y lesiones en personas jóvenes——— cada año decenas de familias se ven afectadas por tragedias que podrían haberse evitado si se hubieran tomado decisiones responsables al conducir o al viajar como pasajeros———entre las causas más frecuentes se encuentran el exceso de velocidad——— la imprudencia de algunos conductores que manejan bajo los efectos del alcohol o las drogas———y el uso del Celular———

Respetar las señales———utilizar el cinturón de seguridad———no conducir bajo efectos de sustancias y evitar distracciones al volante son acciones simples que pueden salvar vidas———recordar que cada decisión detrás del volante no solo afecta al conductor——— sino también a peatones——— ciclistas y otros automovilistas———es fundamental para construir una cultura vial más segura———

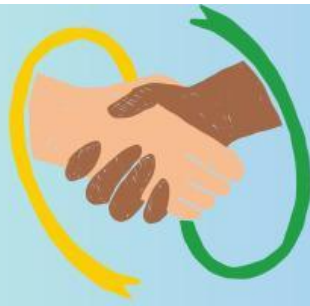




Hoy en día, las redes sociales forman parte de la vida diaria de la mayoría de las personas——especialmente de adolescentes y jóvenes adultos——on herramientas poderosas para comunicarse —— informarse y entretenerse —— pero también pueden traer consecuencias negativas si no se utilizan con criterio ——

El uso excesivo de estas plataformas puede afectar la concentración —— el rendimiento académico —— la calidad del sueño y en muchos casos, la salud mental —— la dependencia de los —— me gusta——o los comentarios positivos genera ansiedad —— baja autoestima y comparación constante con otros ——





El voluntariado es una de las formas más valiosas de participación ciudadana y solidaridad en la sociedad — en Costa Rica — muchas comunidades dependen en gran medida del trabajo altruista de personas que dedican parte de su tiempo a proyectos sociales — ambientales o culturales sin esperar una recompensa económica a cambio —

Participar como voluntario no solo beneficia a quienes reciben la ayuda, sino que también fortalece valores como la solidaridad — la empatía y el compromiso social — por ejemplo — los voluntarios que apoyan en comedores comunitarios no solo ofrecen alimentos — sino que también brindan compañía y apoyo emocional a personas en situación de vulnerabilidad — de igual forma — quienes participan en campañas de reforestación contribuyen a proteger el ambiente y a garantizar un futuro más sostenible para las próximas generaciones —

