



KO KELLY OBIGAËL

CINEASTA ESCRITORA ACTIVISTA ARTISTA VISUAL

[KELLYOBIGAEL.WIXSITE.COM/KELLYOBIGAEL](https://kellyobigael.wixsite.com/kellyobigael)

Sobre mí

Lectora profesional, cineasta novata, escritora aficionada, activista ocasional y soñadora de tiempo completo. Un pequeño ser con ganas de comerse el mundo y aprender e intentarlo todo, pero principalmente, disfrutar cada día como si fuera el último.

Mi pasión es el cine y la escritura mi centro, sin embargo la vida me ha llevado a desarrollarme profesionalmente más como Community Manager y advocate de enfermedades raras.

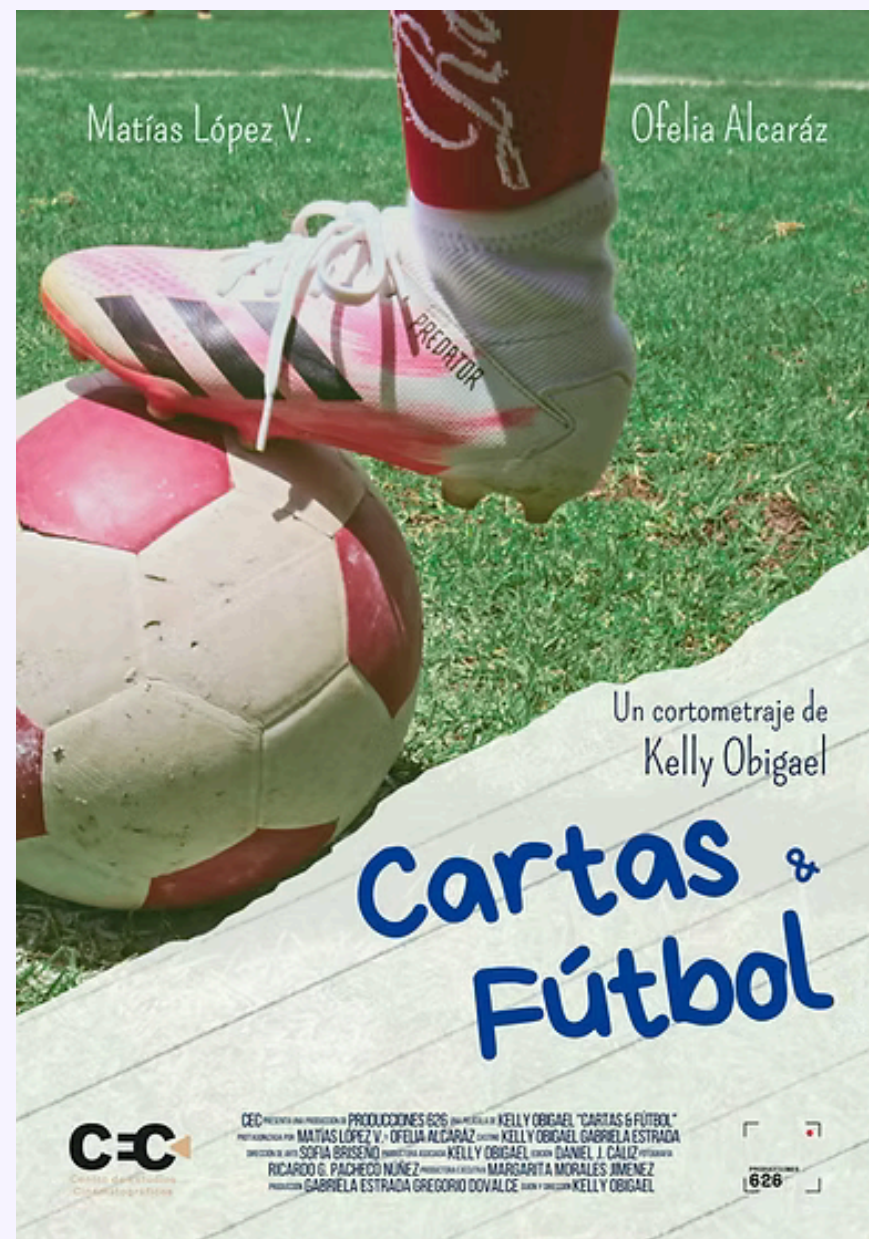
Soy un ser creativo de 25 años que goza de experimentar la expresión en diferentes medios.



Cine



DIRECCIÓN, GUIÓN, PRODUCCIÓN,
DISEÑO DE PRODUCCIÓN,
DISEÑO DE PÓSTER



DIRECCIÓN, GUIÓN, PRODUCCIÓN,
DISEÑO DE PÓSTER



PRODUCCIÓN, DISEÑO DE PÓSTER

Community manager

DISEÑO DE GRÁFICOS, CREACIÓN DE CONTENIDO, COPYWRITING, GUIÓN Y EDICIÓN DE VIDEOS

- XLH Y OTROS RAQUITISMOS MÉXICO A.C.
- REGIDURÍA DE DERECHOS HUMANOS Y ASUNTOS INDÍGENAS DEL MUNICIPIO DE OAXACA DE JUÁREZ
- INICIATIVA PENSEMOS EN CEBRAS MÉXICO
- MUNDOS IMAGINARIOS
- RÊVEUSE THOUGHTS
- REVISTA EN LÍNEA "PLUMA NARANJA"
- INSTITUTO LORIS MALAGUZZI

XLH México

XLH Y OTROS RAQUITISMOS MÉXICO

CÁMARA DE DIPUTADOS LXV LEGISLATURA

CONVERSATORIO ENTRE PACIENTES DE RAQUITISMO HIPOFOSFATÉMICO LIGADO AL CROMOSOMA X, XLH Y ESPECIALISTAS.

Kelly Castillo
Redes sociales & Asesoría

951 224 1795

xlmexico@gmail.com

xlmexico.org.mx

951 224 1795

xlmexico

28 FEB 2025

XLH MÉXICO PARTICIPA en el DÍA MUNDIAL DE LAS ENFERMEDADES RARAS

#RARE DISEASE DAY

28 FEB 2025

XLH MÉXICO PARTICIPA en el DÍA MUNDIAL DE LAS ENFERMEDADES RARAS

28 FEB 2025

XLH MÉXICO PARTICIPA en el DÍA MUNDIAL DE LAS ENFERMEDADES RARAS

28 DE FEB DE 2025

Kelly

PACIENTE DE XLH
COMMUNITY MANAGER, REPRESENTANTE Y MIEMBRO DE XLH Y OTROS RAQUITISMOS MÉXICO

#RareDiseaseDay

XLH MÉXICO

Estimada presidenta Claudia Sheinbaum

Lxs integrantes de la Asociación **XLH y Otros Raquitismos México** le damos la bienvenida, le deseamos éxito en su gobierno y también queremos hacerle algunas peticiones...

XLH MÉXICO

23 de junio

Día de la concientización del XLH

#XLHxCaminandoJuntos

XLH MX Caminando Juntos

#TodosPorElTratamientoProntoDeXLH

XLH MÉXICO

XLH México

XLH y Otros Raquitismos México

REGISTRO

¿Eres paciente o tienes un hijo con raquitismo hipofosfatémico ligado...

Regístrate

¿QUIÉNES SOMOS?

Somos una asociación mexicana, sin fines de lucro fundada en 2019, que brinda apoyo a

Material informativo

Información de XLH

Directorio de especialistas

Testimonios

¿Quiénes somos?

Somos una asociación mexicana, sin fines de lucro, que busca apoyar a los pacientes y familias que conviven con Raquitismo Hipofosfatémico Ligado al cromosoma X, también conocido como XLH.

Nuestra comunidad está conformada por **madres, padres y pacientes de raquitismo hipofosfatémico.**

XLH y Otros Raquitismos México

XLH MX Caminando Juntos

XLH 101

JUNIO

mes del XLH

XLH Y OTROS RAQUITISMOS MÉXICO

30 de abril

Niñas y niños que vivimos con XLH día a día nos enfrentamos a diversos retos físicos, emocionales y psicológicos, contar con diagnóstico y atención oportunos con tratamientos innovadores desde la infancia nos ayuda a alcanzar una mejor calidad de vida y desarrollo pleno.

XLH y Otros Raquitismos México

Con la campaña #RaroEsNoAlzarLaVoz, asociación presiona para atender enfermedades raras

La Asociación XLH y otros Raquitismos en México lanza la campaña #RaroEsNoAlzarLaVoz, con el objetivo de sensibilizar y crear conciencia en la población y autoridades.

Por **Rocio López Fonseca** - 26 febrero, 2022

XLH y Otros Raquitismos México

XLH Day

23 DE JUNIO

¡QUE EMPIECE LA CUENTA REGRESIVA!

XLH y Otros Raquitismos México

Reunión anual de pacientes de la asociación XLH y otros Raquitismos en México

XLH MX Caminando Juntos

XLH & OTROS RAQUITISMOS MÉXICO

oneXLHvoice

una voz para XLH

XLH MX Caminando Juntos

xlhmexico

XLH MX Caminando Juntos

Regiduría

REGIDURÍA DE DERECHOS HUMANOS Y ASUNTOS INDÍGENAS


Oaxaca de Juárez
Por una ciudad educadora
2022 - 2024

NOMBRE
COMPLETO

CARGO/PUESTO
Por una ciudad educadora
2022 - 2024

EL H. AYUNTAMIENTO DE OAXACA DE JUÁREZ A TRAVÉS DE LA REGIDURÍA DE DERECHOS HUMANOS Y ASUNTOS INDÍGENAS, INVITA AL

PANEL:
“LA VIOLENCIA FAMILIAR Y SUS CONSECUENCIAS”

07 DE MAR / 24
HORA 08:00 AM

PANELISTAS



MODERADORA
MTRA. MIRNA LÓPEZ TORRES
REGIDORA DE DERECHOS HUMANOS Y ASUNTOS INDÍGENAS EN EL MUNICIPIO DE OAXACA DE JUÁREZ



PSIC. ELIZABETH ZENELLY MONTECUBIO VÁSQUEZ
JEFA DE DEPARTAMENTO DE OPERACIÓN Y CONTROL DE LA DIRECCIÓN GENERAL DE PREVENCIÓN DEL DELITO DE LA SECRETARÍA DE SEGURIDAD PÚBLICA Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA



PSIC. NICOLAZA MEJÍA GALINDO
ASISTENTE A LA SECRETARÍA EJECUTIVA DE LA DEFENSA DE LOS DERECHOS HUMANOS DEL PUEBLO DE OAXACA



PSIC. AMY DEBBIE MATUS DOMÍNGUEZ
ESPECIALISTA EN PREVENCIÓN DE VIOLENCIA FAMILIAR, SECCIÓN DE ASISTENTE DE LOS SERVICIOS DE SALUD DE OAXACA

f EN VIVO
PÁGINA OFICIAL DEL MUNICIPIO DE OAXACA



Regiduría de Derechos Humanos y Asuntos Indígenas
2022 - 2024

951 501 5541

Morelos 108, CALZADA MADERO, Centro 68000, Oaxaca de Juárez, Oax.



14 DE FEBRERO
ANIVERSARIO DE LA MUERTE DE VICENTE GUERRERO
(1782-1831)

“Tu voz padre, es para mí sagrada, mas la voz de mi patria es primero”

Regiduría de Derechos Humanos y Asuntos Indígenas
2022 - 2024

Oaxaca de Juárez
Benemérita Universidad de Oaxaca
Oaxaca de Juárez
Por una ciudad educadora
2022 - 2024

EL AYUNTAMIENTO DE OAXACA DE JUÁREZ A TRAVÉS DE LA REGIDURÍA DE DERECHOS HUMANOS Y ASUNTOS INDÍGENAS EN COORDINACIÓN CON LA BENEMÉRITA UNIVERSIDAD DE OAXACA OTORGA EL PRESENTE

RECONOCIMIENTO
AL:
NOMBRE COMPLETO

Por su participación en la
Semana Municipal de los Derechos Humanos 2024.
Oaxaca de Juárez, Oaxaca; a 08 de julio de 2024.

MTRA. DAVID Z. MARTÍNEZ PÉREZ
RECTOR DE LA BENEMÉRITA UNIVERSIDAD DE OAXACA

C.P. FRANCISCO MARTÍNEZ NERI
PRESIDENTE MUNICIPAL CONSTITUCIONAL DE OAXACA DE JUÁREZ

MTRA. MIRNA LÓPEZ TORRES
REGIDORA DE DERECHOS HUMANOS Y ASUNTOS INDÍGENAS

La violencia tiene repercusiones en la salud de las mujeres y las niñas

Una enfermedad rara o de baja prevalencia son aquellas que se presentan en menos de cinco personas por cada 10 mil habitantes.

Las mujeres sufren mayor retraso en el diagnóstico de una enfermedad rara o poco frecuente, lo que agrava el padecimiento.

En la mayoría de los casos, es una mujer quien ejerce el rol de cuidador principal de personas que viven con enfermedades huérfanas.

Las mujeres que viven con una enfermedad de baja prevalencia sufren una doble discriminación: la que se deriva por ser paciente y por el género; que sumadas a la discapacidad, constituyen un colectivo de extrema vulnerabilidad.

Fuente: <https://diarioelfarma.com/2023/04/07/las-enfermedades-raras-tambien-son-cuestion-de-genero>

EL COMITÉ DIRECTIVO MUNICIPAL DEL PAN EN OAXACA DE JUÁREZ, TE INVITA AL:

“LA REFORMA JUDICIAL: FIN DE PRIVILEGIOS O FIN DE LA TUTELA DE DERECHOS”

04 DE OCT/ 24

17:00 HRS.

Benemérita Universidad de Oaxaca
INDEPENDENCIA 805-C, CENTRO

MTRA. MIRNA LÓPEZ TORRES
MODERADORA

MGDA. ELIZABETH FRANCO FERNÁNDEZ
PERSPECTIVA JUDICIAL

MTRA. ERIK CARMONA LÓPEZ
PERSPECTIVA ACADÉMICA Y LITIGANTE

MTRA. CARLOS MORENO ALCÁNTARA
PERSPECTIVA CONSTITUCIONAL Y POLÍTICA

Oaxaca de Juárez
Benemérita Universidad de Oaxaca
Oaxaca de Juárez
Por una ciudad educadora
2022 - 2024

LA REGIDURÍA DE DERECHOS HUMANOS Y ASUNTOS INDÍGENAS DEL H. AYUNTAMIENTO CONSTITUCIONAL DEL MUNICIPIO DE OAXACA DE JUÁREZ, CONVOCA AL:

CURSO:
“DERECHOS HUMANOS Y DERECHO INDÍGENA”

LUNES 15 DE JULIO

CONCEPTOS GENERALES, DERECHOS HUMANOS, FUNDAMENTOS CONSTITUCIONALES Y CONVENCIONALES Y LEGISLACIÓN EN SISTEMAS NORMATIVOS INTERNOS.

Dr. Carlos Alberto Moreno Alcántara
Catedrático universitario, especialista en derecho constitucional.

10:30 hrs.
Salón Expresidentes del municipio de Oaxaca de Juárez

EL DERECHO A LA CONSULTA LIBRE E INFORMADA DE LOS PUEBLOS Y COMUNIDADES INDÍGENAS

Mtra. Gerardo Martínez Ortega
Coordinador de área de Legal del Centro Profesional Indígena de Asesoría, Defensa y Traducción A.C.

12:10 hrs.
Salón Expresidentes del municipio de Oaxaca de Juárez

MIÉRCOLES 17 DE JULIO

DERECHOS CULTURALES DE LOS PUEBLOS Y COMUNIDADES INDÍGENAS

Mtra. Crescenciano Hernández Cuevas
Regiduría Municipal de las Lenguas Indígenas

11:00 hrs.
Salón Expresidentes del municipio de Oaxaca de Juárez

PUEBLOS Y COMUNIDADES INDÍGENAS ANTE LA JUSTICIA FEDERAL

Mtra. Rosalva Fierros Zárate
Poder Judicial de la Federación

12:00 hrs.
Salón Expresidentes del municipio de Oaxaca de Juárez

JUSTICIA PENAL Y JUSTICIA INDÍGENA

Mag. Alejandro Magno González Antonio
Tribunal Superior de Justicia

13:00 hrs.
Salón Expresidentes del municipio de Oaxaca de Juárez

MARTES 16 DE JULIO

JUSTICIA ELECTORAL Y JUSTICIA INDÍGENA

Dra. Parastou Anita Meiri Hashemi-Dilmaghani
Tribunal Electoral del Poder Judicial de la Federación

11:00 hrs.
Salón Expresidentes del municipio de Oaxaca de Juárez

CP. FRANCISCO MARTÍNEZ NERI
PRESIDENTE MUNICIPAL CONSTITUCIONAL DE OAXACA DE JUÁREZ

MTRA. MIRNA LÓPEZ TORRES
REGIDORA DE DERECHOS HUMANOS Y ASUNTOS INDÍGENAS

Oaxaca de Juárez
Benemérita Universidad de Oaxaca
Oaxaca de Juárez
Por una ciudad educadora
2022 - 2024

EL INSTITUTO MUNICIPAL DE LAS LENGUAS INDÍGENAS DE OAXACA DE JUÁREZ, TE INVITA AL TALLER:

“LECTURA E INTERPRETACIÓN DE CÓDICES”
IMPARTIDO POR EL DR. UBALDO LÓPEZ GARCÍA

23 DE AGOSTO
06 Y 20 DE SEPTIEMBRE
04 Y 10 DE OCTUBRE
08 Y 22 DE NOVIEMBRE
06 Y 16 DE DICIEMBRE

16:00 A 19:00 HRS.

SALÓN EXPRESIDENTES

SE ENTREGARÁ CONSTANCIA DE PARTICIPACIÓN

f EN VIVO
PÁGINA OFICIAL DEL MUNICIPIO DE OAXACA



3^{ER}
INFORME DE ACTIVIDADES
2024

MIRNA LÓPEZ TORRES
REGIDORA DE DERECHOS HUMANOS Y ASUNTOS INDÍGENAS

Oaxaca de Juárez
Por una ciudad educadora
2022 - 2024

21 DE FEBRERO
DÍA INTERNACIONAL DE LA LENGUA MATERNA

Regiduría de Derechos Humanos y Asuntos Indígenas
2022 - 2024

25 DE MARZO
DÍA NARANJA

EL COMPROMISO DE ELIMINAR LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES Y LAS NIÑAS EN TODO LUGAR Y EN TODO MOMENTO ES TAREA DE TODAS Y TODOS

#ÚNETE

Regiduría de Derechos Humanos y Asuntos Indígenas
2022 - 2024

Lengua del Mes...
Mazateco
de San Pedro Ixcatlán, Tuxtepec, Oax.

Regiduría de Derechos Humanos y Asuntos Indígenas
2022 - 2024

Tu'un savi
Mixteco de Santa María Yucuhiti, Tlaxiaco, Oax.

Ka'an on
Nos vemos

Regiduría de Derechos Humanos y Asuntos Indígenas
2022 - 2024

Cebras México



CAMPAÑA DE CELEBRACIÓN DE ANIVERSARIO

Por **KOC**
KELLY ORIGUEL
CINERATA - REALIZADORA ARTÍSTICA VISUAL

DESCRIPCIÓN GENERAL

- Reels diarios **10 días previos** al aniversario.
- Video especial formando una frase de celebración el día del aniversario. **20 de octubre**.
- Video recopilatorio de los logros, eventos y acciones que ha realizado la asociación. **20 de octubre**.

VIDEOS PARA REELS

Requisitos:

- Fondo blanco.
- Teléfono en vertical.
- Cámara a la altura del rostro, sin inclinaciones, hasta la cintura.
- Buena iluminación, de preferencia luz natural (ej. frente a una ventana).
- Fuente de luz de frente, no detrás ni de lado, genera sombras.
- Espacio cerrado con buena acústica y poco ruido exterior.
- Duración: 1 min.
- Diálogo corto y conciso. Evitar muletillas.

- Poner a grabar.
- Colocarse en posición.
- Contar **3, 2, 1** antes de empezar.
- Sonreír a la cámara por 5 seg. antes de dejar de grabar.

*Si se equivoca, hacer una pausa de 5 seg. antes de continuar.

798 1K 5K

***Necesario para el 26 de septiembre.**





2º ANIVERSARIO CEBRAS MEXICO

-PROPUESTA-

KOC
KELLY ORIGUEL
CINERATA - REALIZADORA ARTÍSTICA VISUAL

3. CORTO DOCUMENTAL

Corto documental (max. 15 min) en formato horizontal (16:9) para sensibilizar, provocar empatía y resaltar la importancia del trabajo de la organización.

Podría tomarse como personaje la organización en sí, aunque esto puede resultar un poco lejano, o algún(a) miembrx, beneficiarix o colaborador(a) de la misma. Sería realizado con entrevistas y grabaciones, a complementar con material de archivo.

Nota: Dado el trabajo de investigación que conllevaría, la preparación de las entrevistas, la realización de las grabaciones y la edición, este conllevaría más tiempo y podría estar listo para mediados de diciembre.

4. VÍDEOREPORTAJE

Reportaje informativo de la organización, que abarque la historia de la misma, desde el momento en que surgió la idea, las motivaciones, el proceso de conformación, los retos, los logros, eventos realizados, apoyos, historias de éxito, testimonios de beneficiados, etc. Realizado con material de archivo (videos y fotografías ya existentes) y acompañado de entrevistas realizadas por zoom.

Nota: Dado el trabajo de investigación que conllevaría, la selección del material a utilizar, la preparación de las entrevistas y realización de las mismas, este conllevaría más tiempo y no podría estar listo para la fecha del aniversario.



08 DE FEBRERO

DÍA DEL GENETISTA

@pensemosencebrasmexico



28 DE JUNIO

DÍA MUNDIAL DEL TAMIZ NEONATAL

24 de septiembre

Día Internacional del SHUa

Síndrome Hemolítico Urémico atípico

Enfermedad ultra rara, causada por una deficiencia genética en uno o más de los genes reguladores del Sistema del Complemento, que provoca la formación de coágulos sanguíneos diminutos en los vasos sanguíneos pequeños del cuerpo, mismos que pueden bloquear el flujo de sangre a órganos importantes.

<https://www.kidneyfund.org/es/todo-sobre-los-riñones/los-tipos-de-enfermedad-renal/sindrome-hemolitico-uremico-atipico-shua>
https://www.orpha.net/consor/cgi-bin/OC_Exp.php?Expert=2134&lng=ES

www.cebrasmexico.org.mx



SHUa

Síndrome Hemolítico Urémico atípico

24 de Septiembre

¿Qué es?

Es una enfermedad ultra rara, inflamatoria genética, crónica y progresiva que provoca la formación de coágulos diminutos en los vasos sanguíneos pequeños del cuerpo, mismos que pueden bloquear el flujo de sangre a órganos importantes.

Síntomas iniciales

- Debilidad física.
- Diarrea.
- Náuseas o vómitos.
- Dolor de estómago.
- Confusión.

Signos frecuentes

- Daño o insuficiencia renal.
- Anemia hemolítica.
- Formación de trombos en cualquier parte del cuerpo.

¿Cómo se diagnostica?

- Hemograma, que mide los conteos de glóbulos rojos y plaquetas.
- Prueba de eGFR (análisis de sangre para ver qué tan bien funcionan los riñones).
- Análisis de sangre para medir la cantidad de la ADAMTS13 (proteína sanguínea).

¿Qué la causa?

Una alteración, hereditaria o adquirida, en uno o más de los genes reguladores o inhibidores del Sistema Complemento (ayudan a controlar el sistema inmunitario), que conduce a la activación de plaquetas, leucocitos y células endoteliales y microangiopatía trombótica sistémica.

En la mayoría de los casos es necesario un "evento desencadenante" (embarazo, infecciones, cáncer, cirugías, ciertos medicamentos, etc.) para presentar síntomas.

Prevalencia estimada

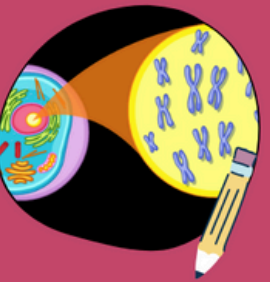
El SHUa afecta mayormente a niños y adultos jóvenes, aunque puede aparecer a cualquier edad.

A nivel internacional se calcula que hay 1 paciente por cada millón de habitantes, y en México no se cuenta con un registro.

Referencias

<https://www.kidneyfund.org/es/todo-sobre-los-riñones/los-tipos-de-enfermedad-renal/sindrome-hemolitico-uremico-atipico-shua>
https://www.orpha.net/consor/cgi-bin/OC_Exp.php?Expert=2134&lng=ES

www.cebrasmexico.org.mx





Comparte una foto de algo que tengas con el estampado de una cebra, un dibujo, playera, pulsera, gorra, etc...

Agrega los hashtags
#soycebra #CebrasMexico #RareEsCool

@pensemosencebrasmexico



¿SABÍAS QUÉ...?

Desde el 2008, el 28 de febrero (o 29 en años bisiestos) se celebra el día de las enfermedades raras, por ser el día más raro del año.

<https://www.rarediseaseday.org/what-is-rare-disease-day/>

#pensemosencebrasmexico
#RareDiseaseDay
www.cebrasmexico.org.mx
@pensemosencebrasmexico

ÚNETE A LA CAMPAÑA

muestra tus colores

Píntate la cara o las manos con los colores oficiales del Día de las Enfermedades Raras, y usa algo a rayas tomate una foto y compártela con el #RareEsCool #CebrasMexico

@pensemosencebrasmexico



¿SABÍAS QUÉ...?

Las rayas de las cebras son únicas como nuestras huellas dactilares. Es por ello que las cebras son el símbolo internacional que se utiliza para promover y crear conciencia sobre las enfermedades raras.

#pensemosencebrasmexico
#RareDiseaseDay
www.cebrasmexico.org.mx
@pensemosencebrasmexico

Mundos Imaginarios

Let Me Be With You 2025

★★★★★

Watched 4 Feb 2025

Bajo La Misma Estrella meets Now Is Good, en versión mexicana, de la mejor manera posible.

la única romcom adolescente mexicana que he visto y, personalmente, la mejor romcom mexicana en general que he visto.

porque mientras que la historia sí cumple con su toque cómico, no llega al punto de ser ridícula, se siente un humor muy natural y cero forzado, que surge orgánicamente entre la dinámica de los personajes.

quieres por su parte son entrelazables e identificables en la sociedad mexicana, cosa que no suele ocurrir en la mayoría de las películas comerciales mexicanas.

la historia es tierna y trágica, obvio con sus detalles mágicos productos del poder del guion, pero que no resultan del todo absurdos y no restan a la trama general, al contrario, estas tan metido en su tragedia que se los crees y quieres que todo funcione.

¿Te ha gustado el post?

Like

Comenta

Comparte

Guarda

@mundos.imaginarios_



M

Mundos Imaginarios

Por Obi C.

KODAK 5062 PX



EL TRABAJO DE MIS SUEÑOS (2020)

Análisis 7.5/10



SNOW PLACE TO GO

-SAMANTHA BACA

★★ / 5



The Pumpkin Spice Café

-LAURIE GILMORE.

★★★★★ / 5

KODAK PORTRA 400



ANATOMY OF A FALL

★★★★★ / 5

Justine Triet

@mundos.imaginarios_ 2023



LA REVELACIÓN

ALMAS PERDIDAS LIBRO 1

ARIANA GODOY

@mundos.imaginarios_



Mundos Imaginarios

Por Obi C.



k-dramas



k-dramas

Mundos Imaginarios



BRIDGERTON

SERIE

7.5/10 CHRIS VAN DUSEN, SHONDA RHIMES. (2020)



PERCY JACKSON Y LOS DIOS DEL OLIMPO

UNA SERIE ORIGINAL DE DISNEY+

★ / 5

Rick Riordan, Jonathan E. Steinberg 1 S - 8 E 2023

@mundos.imaginarios_



마이데몬

MY DEMON

★★★★★ / 5

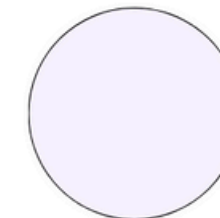
Lee Kwang-soon 16 Ep. 2023

@mundos.imaginarios_

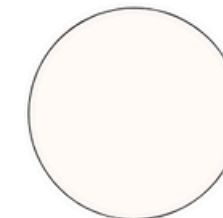
rêveuse thoughts



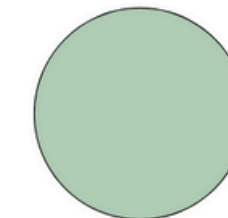
RÊVEUSE THOUGHTS *color palette*



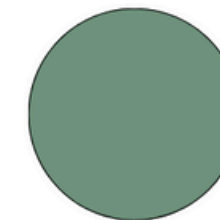
#F8F3FF



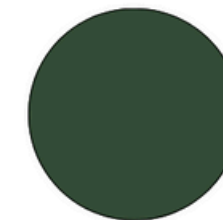
#FFFAF6



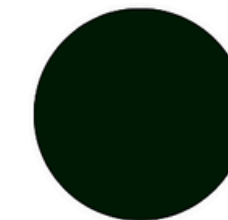
#B0CDB5



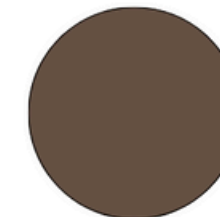
#70937E



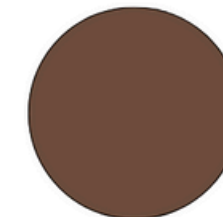
#354D38



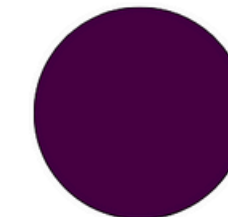
#011B06



#665245



#6E4F3F



#460244

BY KELLY OBIGAE

Pluma Naranja



ACTUALIZACIÓN SEMANAL

@revista_plumanaranja

@RPumanaranja



plumanaranja.com



IDEAS PARA PASAR LA CUARENTENA DEL COVID - 19



Leer.



Limpiar y organizar.



Ejercitarte.



Desarrollar un nuevo talento.



Jugar juegos de mesa.



Iniciar ese proyecto que tanto has pospuesto.



Ver tus series y películas favoritas.



Relajarte.



Ponerte al día con el trabajo.



Revisar tu revista favorita.

RECOMENDACIONES PARA PREVENIR LA TRANSMISIÓN DEL CORONAVIRUS



Lávate las manos con agua y jabón constantemente.



Cubre tu boca con el antebrazo o un pañuelo al estornudar.



Evita estar en lugares concurridos.



Aplica gel antibacterial constantemente.



Evita tocarte la cara con las manos sucias.



Trata de mantenerte en casa.



Atiende al médico si presentas algún malestar.



"No podemos curar el mundo, pero podemos decidir vivir en alegría."

Joseph Campbell

8 de julio - Día Mundial de la Alegría



"Escribimos para rebelarnos contra la realidad, para soñar y entrar en las vidas de otros"

Francine du Plessix Gray

JUNIO

ES LA PUERTA DEL VERANO

-Jean Hersey.



¡FELIZ ANIVERSARIO!



Querida Carla:

¡Feliz cumpleaños!

te desea



#AutoraDelMes

Un buen actor es aquel que ofrece tan real la mentira que todos participan de ella.

-Vittorio Gassman.

Día del actor

26 DE AGOSTO

Buscamos redactores

Si quieres formar parte de nuestra revista online...

escribe un artículo corto y envíanoslo al dm o a revistaplumanaranja@gmail.com

Participa y únete a nuestro equipo.

NO OLVIDES VISITAR NUESTRO SITIO PLUMANARANJA.COM



PROMUEVE TU HISTORIA WATTPAD

Entrevista a escritores

Envíanos un mensaje por inbox a la página de Fb de Pluma Naranja, y promueve tus novelas :)



Te desea un feliz mes de

Mayo

L. Loris Malaguzzi

LORIS
Malaguzzi INSTITUTO

ESTIMULACIÓN TEMPRANA

MATERNA

PREESCOLAR

Clave: 20PJNO253B

Inscripciones abiertas todo el año.



ÁLMOS 1201, COL. REFORMA, OAXACA DE JUÁREZ, OAX. ☎ 6 88 70 78 📞 951 457 2246 / 951 422 8667 ✉ institutoloris@malaguzzi.com

LORIS
Malaguzzi INSTITUTO

Únete a la familia Loris Malaguzzi



Maternal

PROMOCIÓN INSCRIPCIÓN GRATIS

+ de

\$500 descuento sobre la **COLEGIATURA regular**

Ciclo 2019 escolar 2020

* Aplican restricciones.

Aparta tu lugar.

Vigencia del 15 de mayo al 15 de junio de 2019

LORIS
Malaguzzi INSTITUTO

SISTEMA BILINGÜE CON VALIDEZ OFICIAL

Promoción especial*

INSCRIPCIÓN GRATIS + 20% descuento en COLEGIATURA REGULAR

Válido del 1º al 29 de junio de 2019.

KINDER

¡ A P R O V E C H A !

*** INSCRIPCIÓN GRATIS + 20% DE DESCUENTO**

EN LA **COLEGIATURA MENSUAL**

BUEN FIN:
EL FIN DE SEMANA MÁS BARATO DEL AÑO
16, 17 Y 20 DE NOV

* APLICA EN NUEVOS INGRESOS.



Semana de muertos

oct 25 Visita a panadería

oct 29 Talleres

- Tamales.
- Chocolate.
- Calaveritas.

oct 30 Tapetes

oct 31 Altar

Halloween

- Desfile de disfraces mexicanos.
- Trick or treat.



Habilidades

- Canva.
- Procreate.
- Adobe Premiere Pro, Photoshop, Lightroom.
- Inglés nativo.
- Francés B2.

@kellyobigael

INSTAGRAM

VSCO

FACEBOOK

YOUTUBE

VIMEO

LINKEDIN

kellyobigael.wixsite.com/kellyobigael

kellyobigael@gmail.com

(951) 224 1795



CINEASTA ESCRITORA ACTIVISTA ARTISTA VISUAL