

ENCUENTROS

COMITE CIUDADANO UNIFICADOR DE ESFUERZOS

NOVIEMBRE 2020

Mensual

¿SABIAS QUE?

COSAS REPRESENTATIVAS
EL DÍA DE MUERTOS
Y SU SIGNIFICADO

BIEN ESTAR PERSONAL

OTRAS OSC

VOLUNTARIOS
CUMMINS

TIPS

FAMILIA CON
HIJO CON
DISCAPACIDAD

SALUD

HORARIO
DE INVIERNO



BOLETÍN DIGITAL

EDITORIAL

Elena González Vega

Miembro del Patronato de CCUE

No cabe duda que la pandemia ha venido a modificar nuestros hábitos de toda índole y estamos ahora preocupados, en lo que a educación se refiere, especialmente a la educación escolar con la nueva modalidad de educación a distancia, porque no tenemos las herramientas ni los conocimientos necesarios para enfrentar esta situación.



Pero podríamos sacar ventaja y aprovechar el momento para recordar que, la familia y en especial los padres de familia.....padre o madre.....son quienes proporcionan la primera y más importante educación.....los valores. Ser padres es tarea para la que nadie nace sabiendo y por tanto debemos prepararnos...aprender; necesitamos ser conscientes de que los hijos necesitan la ayuda de los padres para ir madurando desde su nacimiento, no hay que esperar a que vayan a la escuela, somos los padres los que estamos cerca de ellos desde su nacimiento. Este tiempo de pandemia, nos presenta un reto que hay que aprovechar, para apoyar a los hijos en el desarrollo de su capacidad de aprender, la capacidad de comunicarse, de relacionarse, de encontrarse con sí mismo, etc.

Los primeros y mejores maestros somos los padres y debemos ser padres cariñosos pero exigentes, cariñosos ya que se aprende mejor con cariño que con temor. Que nuestros hijos tengan siempre la imagen de un padre o una madre, o ambos que supieron educarlos desde su hogar en primera instancia, aprovechemos ahora que los tenemos más cerca.

ENCUENTROS

BOLETÍN MENSUAL

DIRECTORIO

MA. DEL SOCORRO GOMEZ MERCADO
PRESIDENTA DEL CONSEJO

ERNESTO AMAYA COVARRUBIAS
DIRECTOR GENERAL

ALMA VIOLETA CONTRERAS
ADMINISTRACIÓN

MARTHA GUTIERRES
COORD. RECAUDACION DE FONDOS

BLANCA ESTELA GARDEA
COORD. PROGRAMA ASP

JUANA MARIA TORRES
COORD. PROG MANOS MAGICAS

MARIBEL ROVIRA
COORD. PROG. ADULTOS MAYORES

GRACIELA PEDROZA
SUPERVISORA DE CENTRO ASP

MARISA RAMIREZ
RECEPCIÓN

ADRIANA RUBIO
PROYECTO DE JOVENES

YESENIA NARVAES A
COORD. CENTRO COMUNITARIO

EMMANUEL L. FRANCO
COORD. EQUIPO DE TERAPEUTAS DEL CC

DOMICILIO: HIMALAYA NO. 430
COL. COLINAS DEL PARQUE, CP. 78294



01

TIPS PARA PAPAS

La familia con un hijo con discapacidad



02

BIENESTAR PERSONAL

Cómo impulsar tu crecimiento personal a través de la lectura



03

HUMOR

Tiras cómicas



04

¿SABIAS QUE?

Cosas representativas el Día de Muertos y su significado



05

SALUD

HORARIO DE INVIERNO: Cómo nos afecta el cambio de hora



06

NUESTROS PROGRAMAS Y PROYECTOS



07

OTRAS OSC

Voluntarios Cummins

08

RELATOS DE VIDA

Un tiempo para leer y descubrir

TIPS PARA PAPAS

La familia con un hijo con discapacidad

La educación de un hijo siempre es un gran desafío y una gran responsabilidad. En el caso de los niños con discapacidad física o intelectual, ésta se complejiza debido a las limitaciones, los cuidados médicos, las terapias y la educación especial que estos niños requieren.

No quedarse aislado, informarse, ser perseverante y conocer a otras familias que vivan una situación similar puede ser clave para facilitar la educación y cuidado de un hijo con discapacidad.

Fórmate e infórmate constantemente

Aprender todo lo posible sobre la condición de tu hijo es el primer paso para afrontar su crianza y educación. Piensa que cuantos más conocimientos tengas sobre su situación, más y mejor podrás ayudarle. Consulta a profesionales para que te indiquen qué es lo que le ocurre a tu hijo, por qué y cómo puedes ayudarle en cada etapa de su desarrollo. Es muy importante que conozcas sus posibilidades reales de evolución y que te informes sobre nuevas terapias que pueden ayudarle

Tampoco debes dejar de lado los aspectos legales: cada país tiene sus leyes sobre discapacidad. Conocerlas implica conocer los derechos de tu hijo y los programas disponibles para mejorar su desempeño cotidiano y su integración en la sociedad

Acude a centros de atención y asociaciones de familias

Existen asociaciones privadas y gubernamentales que tener programas orientados a padres y familiares de niños con discapacidad. También existen grupos de apoyo en los cuales la solidaridad y la posibilidad de compartir experiencias es lo más importante.

Las asociaciones de familiares, por su parte, suponen un apoyo moral, especialmente durante los primeros años, que suelen ser los más complicados para los padres. Rodearse de familias que tienen la misma situación que la nuestra o que la vivieron con anterioridad también sirve para que tu hijo se relacione con otros niños con su misma discapacidad creando un ambiente cómodo y de confianza.

Busca actividades en grupo

La falta de amistades puede afectar a tus emociones y las emociones de tu hijo. Busca centros y clubes que ofrezcan actividades destinadas a fomentar la actividad deportiva y/o recreativa de los niños en función de sus gustos y capacidades. Además, también podrás conocer a otros niños que se encuentren en situaciones similares, por lo que practicar actividades será más agradable para todos.

Deja de lado el miedo al rechazo

Probablemente, el rechazo formará parte en alguna de las situaciones en la vida de tu hijo. Pero eso no te ha de frenar en tus aspiraciones. No dejes que estas situaciones puedan afectarte porque cuando menos te lo esperes llegarán esas personas adecuadas a tu vida.

La edad no es un problema

No te centres únicamente en fomentar las relaciones sociales de tu hijo con niños de su misma edad. La interacción con personas de otras edades podría incluso ser beneficioso. En el caso de relacionarse con niños de menor edad, tu hijo podría vivir un rol de protagonismo en el que se sienta importante y responsable.

Las relaciones con niños mayores tampoco son negativas. La paciencia y el estado de madurez es diferente, por lo que podría tener conversaciones más profundas sobre aquellos intereses que compartan.

Las mascotas también son una alternativa

Incluir en la vida de tu hijo una mascota como complemento a sus amistades puede reforzar el sentimiento de felicidad y compañía. El hecho de tener una mascota en su vida hará que desarrolle el sentido de la responsabilidad y la empatía, entre otros.

Tu hijo tiene unas capacidades únicas

Los niños con discapacidad física pueden deprimirse al compararse con otros compañeros de clase o amigos. Por eso es muy importante que subamos su autoestima y les hagamos conscientes de sus capacidades.

Al final, lo importante es que tu hijo lleve una vida normal en la medida de sus posibilidades, uniendo formación, ocio, diversión y responsabilidad a partes iguales y que, como padres, se impliquen en su educación y en su evolución haciendo de sus éxitos los propios.





BIENESTAR PERSONAL

Cómo impulsar tu crecimiento personal a través de la lectura

"La lectura de un buen libro es un diálogo incesante En el que el libro habla y el alma se nutre"

Leer es un placer y además puede contribuir a nuestro crecimiento personal

Cuando lees un libro puedes convertirte por un momento en otra persona, vivir en un mundo o en una época que no existe o conocer la realidad de países en los que no has estado.

Y para desarrollarnos como personas es preciso leer toda clase de escritos: novelas, poesías, ensayo, relatos, artículos, revistas... Cada uno de ellos encierra una enseñanza, algo que nos hará mirar de otra forma el mundo.

La lectura puede ayudar de muchas formas a tu desarrollo personal, ya que aporta muchos beneficios. Así que presta atención a la información que viene a continuación:

Estimula la imaginación

Leer libros nos va a adentrar en mundos de fantasía en los que lo real y lo imaginario se confunden, en mundos del futuro o del pasado, conocer a criaturas que solo veremos en nuestra mente y dejar volar nuestra imaginación.

¿Has pensado como sería vivir entre hobbits en la Tierra Media de "El señor de los anillos" o cómo sería haber nacido en Inglaterra, en los tiempos de los personajes de "Sense and Sensibility" o imaginarnos en el futuro como en "Un mundo Feliz#"



Abre la mente a otras posibilidades

A través de los libros podremos conocer culturas diferentes y formas de pensar totalmente distintas a la nuestra. Esto nos va a permitir cambiar nuestros pensamientos y abrir nuestra mente a otras culturas, religiones, países o gentes y ser más incluyentes.

"Los libros son las vidas que no tenemos tiempo para vivir".

El abrir nuestra mente a otras formas de pensar nos ayudará a desarrollar nuestra empatía hacia otras personas, a ponernos en su lugar y comprenderlas, para que su dolor y su alegría sean compartidos.

Facilita la concentración

La lectura nos permite concentrarnos durante un tiempo en una sola tarea. Al leer debemos combinar el descifrado del texto con la interpretación. Esta capacidad de concentración mejora nuestras capacidades cognitivas.

Desarrolla tu cerebro

La lectura tiene repercusiones en el desarrollo intelectual. El neurólogo Stanislas Dehaene sostiene que: "La capacidad lectora modifica el cerebro". De hecho, hay más materia gris y más conexiones neuronales en el cerebro de las personas que leen.

Por lo tanto, la lectura influye de manera muy positiva en nuestra vida, aportando puntos de vista diferentes y ayudándonos a pensar de otra forma y, por lo tanto, a cambiar y a desarrollar el potencial de cada uno de nosotros.

HUMOR



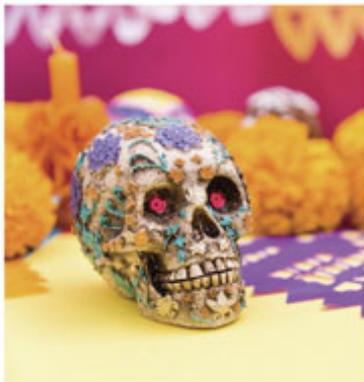
¿SABIAS QUE?

¡La celebración de día de muertos Es Patrimonio de la Humanidad. La Unesco declaró como Patrimonio Cultural Intangible de la Humanidad al Día de Muertos el 7 de noviembre de 2003

Cosas representativas del Día de Muertos y su significado

PAN DE MUERTO

Es la delicia gastronómica más representativa de la fecha. Está hecho en forma esférica, en la parte de arriba tiene una esfera pequeña que representa el cráneo que queda justo al centro de cuatro líneas en forma de cruz llamadas "canillas". Éstas representan los huesos de brazos y piernas.



ALTAR DE MUERTOS: LOS CUATRO ELEMENTOS

Cada altar de muertos debe representar los cuatro elementos. El agua se coloca en un recipiente originalmente de barro. El fuego a través de las veladoras. La tierra se representa con fruta obtenida de ella y el viento a través del colorido papel picado.



FLOR DE CEMPASÚCHIL

Se cree que esta flor de tono llamativo amarillo-anaranjado es la que guía a los muertos en su camino. Por eso es muy usada para la celebración



ORIGEN DE LA TRADICIÓN

Es una celebración indígena que se festeja desde antes de la llegada de los españoles. Al llegar la colonización se fusionó con el catolicismo.

SALUD

HORARIO DE INVIERNO: Cómo nos afecta el cambio de hora

La noche del sábado 24 al domingo 25 de octubre retrasamos el reloj. Pero pese a poder dormir una hora más, el cambio de horario puede provocar cansancio y estrés. Te explicamos por qué y cómo evitarlo.

El retraso de una hora provoca que anochezca más temprano. El cuerpo empieza a segregar melatonina (la hormona que facilita el sueño) antes y por tanto tienes más sueño cuando aún estás activo. La sensación de cansancio se hace más evidente.

El reloj interno, básico en nuestra salud, se ve alterado al retrasar la hora

El ritmo biológico, ese reloj interno con el que funciona nuestro cuerpo, es básico en nuestra salud. Está comprobado que cuando se desregula nos afecta, como pueden constatar las personas con jet lag o los que tienen un trabajo nocturno.

También el desfase de una hora que se produce con el cambio de hora altera el ritmo biológico, aunque en menor medida que el cambio al horario de verano.

A LAS MUJERES LES AFECTA MÁS

Por lo general, la mujer asume más tareas domésticas, además de las laborales, por lo que la sensación de descontrol, cansancio y de no poder con todo se incrementa.

Al llegar a la menopausia, la mujer ya experimenta una fluctuación hormonal, que puede afectar al sueño y al estado de ánimo. "Adelantar o atrasar el reloj o cualquier cambio que suponga una alteración del ritmo biológico empeorará estos síntomas", según explica el profesor Antonio Cano, catedrático de Psicología y presidente de la Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y del Estrés (SEAS).

COMO PUEDES ADAPTARTE AL CAMBIO

Hay algunas cosas que puedes hacer para adaptarte al cambio horario de finales de octubre, para que no resulte tan "traumático".

» No cambies bruscamente. Retrasa la hora de acostarte quince minutos cada día y levántate un poco más tarde. Si lo haces poco a poco a lo largo de una semana, el cambio será casi imperceptible. Puedes aplicar la misma regla con el horario de las comidas.

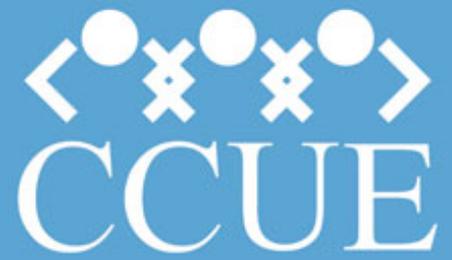
» No compenses el cansancio con siestas. Si lo haces, sobre todo si no estaba en tu hábito dormir siesta, alteras aún más tu reloj interno.

» Busca la luz solar. A medida que se acerca el invierno, cada vez tenemos menos horas de sol. Es importante que en cuanto tengas oportunidad la aproveches para tomar sol.

» Haz ejercicio. El movimiento activa nuestro cuerpo. Pese a que pueda parecer contradictorio, el ejercicio físico te dará energía para poder llegar en mejores condiciones al final del día.

Estos consejos te ayudarán a una transición tranquila hacia el nuevo horario. De todas formas, no deja de ser un trastorno leve que no reviste mayores problemas. "Se ha visto que en apenas 4 días la gente suele adaptarse al cambio de horario", aclara el doctor Francisco Marín, médico de atención primaria. "Aunque las personas de más de 50 años necesitan algún día más porque con el paso de los años disminuye la capacidad de adaptación".

Reseña de los programas y proyectos de



A medida que la pandemia avanza generando angustia e incertidumbre, los programas de CCUE siguen innovando, cuidando a las personas afectadas, lo cual nos muestra que incluso a distancia, existen maneras de ayudar.

Estas son solo algunas de las formas en que los programas brindan asistencia en este momento:



Aprendamos a ser Padres

El pasado mes de octubre, se integraron al taller de herramientas de parentalidad positiva 12 nuevos grupos, con lo que suman 28 los grupos que están en este momento tomando el curso.

Un primero grupo ya concluyó el curso y se está programando la entrega de diplomas a los participantes. Para este grupo y los que vayan terminando el taller actual, se tiene preparado un curso sobre Adolescencia que iniciará la primera semana de Noviembre.

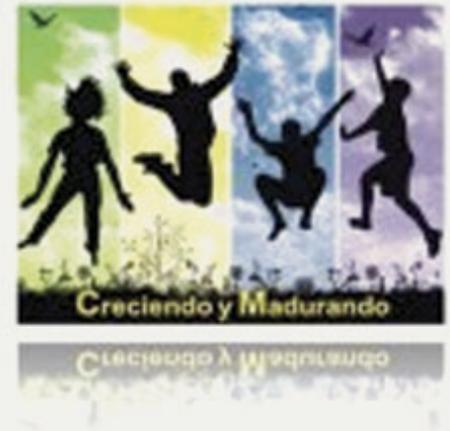
El martes 27 a las 10:00, se impartió la conferencia por zoom: El costo de la salud mental ante el COVID-19 por parte de la Mtra. Martha Bermea Castro, jefa del Dpto. de Salud Mental infantil y del adolescente, del Instituto Temazcalli, en la cual, tuvimos una asistencia de 45 personas.



Jóvenes creciendo y madurando.

A través de las redes sociales (Facebook e Instagram) llega a los jóvenes brindando diversos temas de interés en línea con el apoyo de psicólogos expertos en los temas, generando la participación de jóvenes y a su vez orientándolos a un mejoramiento de la calidad de vida.

Jóvenes creciendo y madurando te invita a participar en:
Facebook/Instagram: [comunidad.de.dialogo](https://www.facebook.com/comunidad.de.dialogo)



Adultos Mayores en Plenitud



En el programa Adultos Mayores en Plenitud se graban y envían videos a las promotoras, para que los hagan llegar a su grupos de adultos mayores. Estos videos contienen temas resumidos, que los ayuden a pasar mejor estos tiempos difíciles.

Se mantiene contacto telefónico con los adultos mayores que no tienen celular, para seguir en contacto con ellos.

Se elaboran temas nuevos para los próximos videos y se buscan cuentos con mensaje o poemas para un nuevo proyecto.

También se llama a las promotoras para actualizar datos de asistentes que siguen en contacto y asistentes que reciben el video.

Estar en contacto con los adultos mayores y poderles llevar temas que los ayuden con su autoestima, a tratar de tener una buena actitud ante la vida, a disfrutar los juegos que les llevamos y muchas cosas más, es una experiencia que nos hace crecer como personas.

Si a alguna persona le interesa saber más de este programa o le gustaría apoyarnos, nos pueden llamar al 44-48-13-16-29, con la Coordinadora de los grupos de Adultos Mayores.

Mános mágicas

Este programa que brinda oportunidad de obtener ingresos sin salir de casa, a mujeres de comunidades cercanas a la capital, continua con su labor.

Seguimos surtiendo con oportunidad pedidos a las tiendas departamentales de prestigio que comercializan las prendas tejidas a mano. Este mes tuvimos la oportunidad de enviar 4 pedidos

Se recibe permanentemente la producción a las tejedoras y se les entrega nuevo material para que continúen manteniéndose activas y mantener un stock de prendas que nos permita surtir cualquier pedido de inmediato.

Se continúa con la entrega de despensas para apoyar a las familias de las tejedoras.

Los esperamos en nuestro punto de venta de Himalaya No. 430, de 9:00 a 14:00 hrs.

Quien esté interesada en unirse al equipo de tejedoras, puede pedir informes al Tel 8 13 16 29, ext. 106.



Flores Huastecas (Grupo de Madres solteras)



FLORES HUASTECAS

El grupo de mujeres madres solteras de la Huasteca Potosina, que viven en el municipio de Aquismón continua sus labor de promoción de su trabajo por las mujeres madres solteras y de invitación para que otras madres solteras de la región se organice y participe en las actividades que promueven con las autoridades locales y con los legisladores de la zona el pasado 21 de octubre se reunieron en la cabecera municipal de Tanlajas para presentar el proyecto Flores Huastecas a mujeres representantes de las comunidades Tres Cruces, Xolol, San Benito, Santa Martha Paixtzan y Tocoimon, Dhocop, Ejido del Mante, Cuechod y El May.

Las señoras María del Carmen Anaya de la comunidad de Tancuime y Maria Martines de la comunidad San Pedro de las Anonas del Aquismón explicaron en sus lengua materna, en Tennek a las mujeres participantes la tarea que han llevado a cabo el grupo Flores Huastecas, capacitándose en Derechos Humanos, en gestión para solicitar los apoyos que la Ley de protección de Padres, Madres y tutores de San Luis Potosí señala y obliga a las dependencias del Gobierno Estatal como vivienda, asesoría legal, y becas de capacitación, también explicaron como promover programas de apoyo a madres solteras en la entidad. Ahí mismo se estableció un calendario de fechas para visitar las comunidades mencionadas durante el mes de noviembre para dar a conocer la labor del grupo Flores Huastecas



Red de Fortalecimiento Familiar

Proyecto Red de fortalecimiento familiar de CCUE a impactado la vida de las familias en la comunidad indígena Loma Bonita del Municipio de Aquismón en la Huasteca Potosina, las familias involucradas han visto el cambio de la forma de trabajar más organizada y con un seguimiento más responsable, manejando herramientas para llevar un control positivo en los resultados esperados. Las familias tuvieron que tomar los temas de familia como manejo de emociones pensamiento crítico, solución de problemas y manejo de estrés entre otros y elaborar sus proyectos productivos en familia aceptando trabajar todos juntos en familia para emprender proyectos que apoyen su economía familiar y ya ven los resultados no obstante los efectos de la pandemia del covid 19 tienen trabajo y crecen su proyecto.



Centro Comunitario de la Familia



Centro comunitario abrió sus puertas este mes de octubre, para dar su primer curso presencial y seguir promoviendo la terapia ocupacional más en este tiempo de confinamiento, así mismo el curso se abrió únicamente para 10 personas para seguir cuidando la sana distancia.

Nuestro curso, estuvo relacionado a las celebraciones de día de muertos, por tanto, se realizó el curso "Catrinas de papel mache" el cual tuvo una duración de 3 sesiones, de dos horas, para la elaboración de nuestras catrinas.

Sigue al pendiente de nuestros nuevos cursos en nuestro Facebook oficial Centro Comunitario de la Familia

<https://www.facebook.com/centro.comunitariodelafamilia>

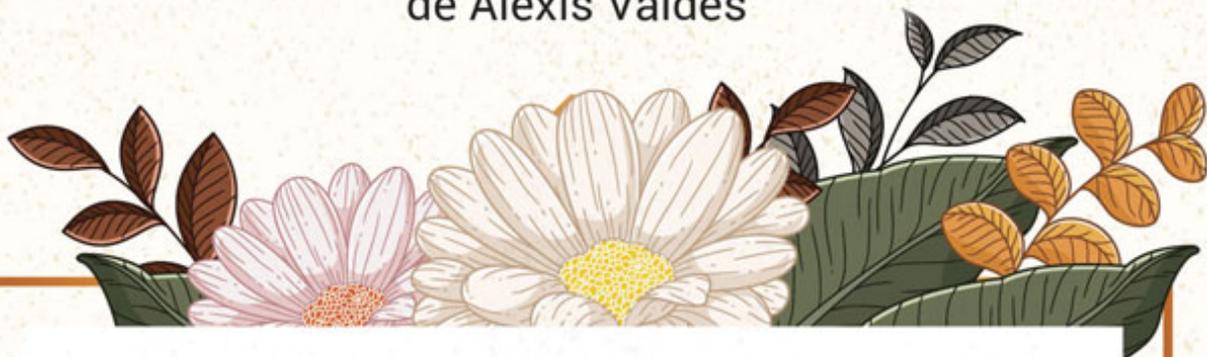


RELATOS DE VIDA

Un tiempo para leer y descubrir

Esperanza

de Alexis Valdés



Quando la tormenta pase
Y se amansen los caminos,
y seamos sobrevivientes
de un naufragio colectivo.

Con el corazón lloroso
y el destino bendecido
nos sentiremos dichosos
tan sólo por estar vivos.

Y le daremos un abrazo
al primer desconocido
y alabaremos la suerte
de conservar un amigo.

Y entonces recordaremos
todo aquello que perdimos
y de una vez aprenderemos
todo lo que no aprendimos.

Ya no tendremos envidia
pues todos habrán sufrido.
Ya no tendremos desidia
Seremos más compasivos.

Valdrá más lo que es de todos
Que lo jamás conseguido
Seremos más generosos
Y mucho más comprometidos

Entenderemos lo frágil
que significa estar vivos
Sudaremos empatía
por quien está y quien se ha ido.

Extrañaremos al viejo
que pedía un peso en el mercado
que no supimos su nombre
y siempre estuvo a tu lado.

Y quizás el viejo pobre
era tu Dios disfrazado.
Nunca preguntaste el nombre
porque estabas apurado.

Y todo será un milagro
Y tódo será un legado
Y se respetará la vida,
la vida que hemos ganado.

Quando la tormenta pase
te pido Dios, apenado,
que nos devuelvas mejores,
cómo nos habías soñado.





OTRAS OSC VOLUNTRIOS CUMMINS

En Cummins creemos que las empresas tenemos la obligación de retribuir a las comunidades en donde estamos. Como empresas, utilizamos recursos valiosos de las comunidades y tenemos que asegurar que el lugar en donde estamos está mejor porque nosotros estamos ahí. No sólo creamos empleo sino que buscamos avanzar en temas de diversidad e inclusión y generar bienestar social.

Como compañía tenemos un compromiso global a través de nuestra misión de Responsabilidad Corporativa de "Construir comunidades más prosperas" y la visión de "Empoderar a las personas para que prosperen en sus vidas diarias". Lograr esto requiere un enfoque claro y obviamente una inversión de tiempo y de dinero. Buscamos lograrlo a través de nuestro modelo de Responsabilidad Corporativa, que describimos a continuación:

1. Tenemos 3 áreas prioritarias en las que nos enfocamos: Educación, Medio Ambiente e Igualdad de Oportunidades. Nos basamos solo en estas áreas porque consideramos que es donde podemos tener un mayor impacto, tanto por las habilidades de quienes integramos a los voluntarios Cummins como por el enfoque de la compañía.
2. Nos interesa conocer las comunidades en dónde estamos. Entender las necesidades que se alinean a nuestras áreas prioritarias de enfoque, crear alianzas con otras empresas y con las organizaciones civiles.
3. La base de todo lo que hacemos en las comunidades está en el voluntariado. Buscamos esos proyectos o necesidades en las que podemos utilizar nuestras habilidades, conocimientos, experiencia y deseo de contribuir de los voluntarios que trabajamos aquí.
4. Por último, buscamos invertir en proyectos que se encuentren en la intersección de nuestras áreas prioritarias, las necesidades de la comunidad y las habilidades del voluntariado Cummins.

Un programa importante para Cummins es el Match Program, en donde por cada peso que dona un empleado Cummins, la Fundación lo duplica. Esta donación se entrega a 12 organizaciones seleccionadas que cumplen con todos los requerimientos de la ley y además cumplen con ciertos criterios internos como el impacto de sus programas en la comunidad y el nivel de involucramiento con Cummins. ¡Este programa es realmente muy exitoso porque les da la oportunidad a los empleados de Cummins de donar a estas organizaciones y ser parte del trabajo que están haciendo!

El Fondo de Inversión Social Potosino es otra de las iniciativas de las que formamos parte, junto con un grupo de líderes y empresarios comprometidos con el desarrollo de San Luis que invierten en proyectos de impacto social.

En Cummins, creemos que es mediante la alianza de todos los actores de una sociedad: población sector privado, sector público y organizaciones civiles que podemos crear soluciones sostenibles que pueden generar cambios en nuestras comunidades. ¡Nuestra misión de proveer potencia para mejorar la vida de las personas y crear un mundo más próspero es más sencilla, cuando todos y todas nos unimos para mejorar nuestra comunidad!



Ganadores del Concurso

Testimonios de familia

Todos los participantes son triunfadores. Realmente fue difícil elegir ganadores porque todos los testimonios son muy valiosos.

1ER LUGAR:

Sra. Irma Leticia Herrera

Grupo Escuela para padres No. 1.
Promotora Graciela Pedroza Castro

2º LUGAR:

Sra. Manuela Juárez Macías.

Grupo Aprendiendo a vivir.
Promotora Leticia Gonzalez Mora

3ER LUGAR:

Sra. Lupita Mireles

. Grupo Clasevirtual CCUE.
Promotora Arcelia Verónica Gijón,
Eleonora Bustos y Carmen Sanchez.

3ER LUGAR:

Sra. Luisa Ibarra.

Grupo aprendiendo a vivir.
Promotora Lety Gonzalez Mora.

EMPATE

Los premios se entregarán el día 12 de Nov. a las 10:00 AM en el auditorio de CCUE. estarán presentes las promotoras de los ganadores, Coordinación del programa Aprendamos a ser Padres y el director general de CCUE

Feliz Cumpleaños

MAÑANITAS Y PASTEL

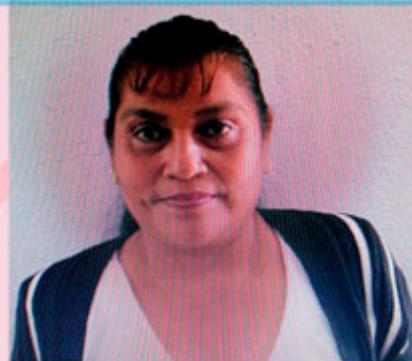
Como ya es tradición en CCUE, nos complace enviar una calurosa felicitación a las voluntarias y personal de CCUE que celebran su cumpleaños este mes, deseándoles que pasen un día lleno de amor y sorpresas.



**BLANCA ESTELA
GARDEA**
2 de Noviembre



**MA. MERCEDES
ESPINOZA**
15 de Noviembre



**CECILIA
QUINTERO**
22 de Noviembre



**CECILIA
RIOS**
22 de Noviembre



**GUADALUPE
ESPINOZA**
24 de Noviembre



**CONSUELO ROMAN
DEL POZO**
30 de Noviembre



COMITÉ CIUDADANO UNIFICADOR DE ESFUERZOS IAP

DOMICILIO

HIMALAYA NO. 430
COL. COLINAS DEL PARQUE, CP. 78294

TELÉFONOS

8 13 16 29
8 11 78 93

EMAIL

ccueinstitucional@gmail.com

Facebook

www.facebook.com/ccue.iap

Diseñado por: www.estudiosdigitales.com

www.ccue.org.mx