

Los niños, la energía de nuestra comunidad



- **BIENESTAR :** Programa IMEX-TEI, una visión vanguardista contra el acoso escolar (Sección 1)
- **TENDENCIAS:** Los beneficios de la lectura en los niños y cómo fomentar el amor por los libros (Sección 7)
- **PRUÉBALO EN LO+:** Qué hacer con niños diversión para niños en Lomas (Sección 8)

Foto por: Nathan Dumlao en Unsplash

EDITORIAL

Con gran alegría y entusiasmo le damos la bienvenida a abril, un mes muy lindo que además nos brinda la oportunidad de reflexionar en torno a quienes, en la mayoría de los hogares, son los motores de vida, principales motivadores y, por ende, la fuente de las más profundas preocupaciones: nuestros niños y niñas.

Son tantas las aristas que hoy componen la compleja etapa de la infancia que intentar abordarlas todas sería una ambición poco alcanzable. Así que, a fin de ser fieles a nuestra misión de ofrecer información útil y actual, decidimos en **LO+NEWS** enfocarnos en un tema que es una inquietud constante en las pláticas de papás, profesores y especialistas que atienden la formación de los infantes: el uso que hacen de los dispositivos móviles y su temprana participación en las redes sociales.

Para ello, nos nutrimos con algunos de los videos y podcasts de una de las psiquiatras y escritoras más famosas a nivel mundial y preferida de **LO+NEWS**, Marian Rojas Estapé. Y es precisamente en una de sus pláticas llamada “Cómo educar para que le pasen cosas buenas a tus hijos” que dicha experta aborda la necesidad de que los padres y/o tutores acompañen a sus pequeños y adolescentes en esta relación con el ecosistema digital y los enseñen a gestionar su atención, la tolerancia a la frustración y delimitar el tiempo y las actividades que pasan dentro de él; es decir, los niños por sí solos no lo van a hacer, necesitan de padres conscientes y presentes que con su ejemplo los ayuden a evitar una temprana adicción que los va a marcar de por vida.

A fin de no sonar alarmistas o exagerados, les compartimos una serie de reflexiones, salidas de dicha plática:

- Las redes sociales fueron creadas para ser adictivas; para generar este sentimiento de “bienestar” en nuestra mente.
- Sus creadores aprovechan una vulnerabilidad humana: la gran motivación que siente cualquier persona al sentirse querida, apreciada o que a los demás le importe lo que le sucede.
- Estas aplicaciones descubrieron que esto que motiva al ser humano es un mecanismo interior potentísimo muy parecido al de la adicción que hace que las personas necesiten constantemente subir fotos y recibir likes.
- Hoy tanto padres como hijos usan el dispositivo móvil con mayor frecuencia en dos momentos: cuando están estresados o aburridos. De esta manera, le hemos enseñado a nuestro cerebro como generar un alivio inmediato a esos malestares buscando una vía de escape fácil, que ofrece además gratificaciones inmediatas, sin saber que si no se aprende a administrar provoca nula tolerancia a la frustración.

No obstante, no todo está perdido, la principal recomendación de Rojas Estapé es conectar con nuestros niños y niñas en el mundo y en el tiempo real a través de la convivencia; jugar con ellos, tener experiencias disfrutando de la naturaleza. Esto hará que dejen de vivir con shots de dopamina que hoy tienen a través de los dispositivos móviles y generen oxitocina, la hormona del vínculo y del amor.

Te invitamos a leer nuestro artículo sobre los 24 parques en Lomas de Angelópolis visitando nuestra página web **www.lomasnews.mx**.

Checa en esta edición lo que preparamos en Emprendimiento infantil, los beneficios de la lectura y la recomendaciones de lugares divertidos para los pequeños ciudadanos de Lomas.

Escanea el código QR,
para ver la plática completa



COLUMNA

El apego, el cimiento de la inteligencia emocional de los niños

Por: Mtra. María Fernanda Sordo Morán

La teoría del apego tiene muchos años ya en el mundo de la psicología, sin embargo, ha tomado mucha fuerza en los últimos años ya que a través de ella se han logrado explicar algunos de los trastornos mentales que se presentan en la infancia y en la vida adulta.

Hoy hablaremos del apego desde la biología, ya que el apego tiene que ver con la neurobiología de los seres humanos y se refiere a un estado de seguridad; y no tanto a un sentimiento de amor o de cariño por alguien más como normalmente lo entendemos.

Por lo tanto, comprendiendo que el apego es un estado o sensación de seguridad podemos inferir cómo biológicamente los seres humanos, incluso los animales, se apegan a sus cuidadores primarios, en sus primeros años. Es por esto que cuando un bebé tiene hambre, le duele algo o necesita que lo cambien va a llorar intensamente, emitirá el llamado “llanto de apego”, el cual es tan intenso que los padres o cuidadores tendrán que hacer algo de inmediato para detenerlo ya que es una señal indicadora de que algo no está bien y que los bebés ocupan como un recurso para sobrevivir, apegándose a sus cuidadores quienes lo ayudan a ello.



Escanea el código QR,
para escuchar el Podcast



Mtra. María Fernanda Sordo Morán

Terapeuta EMDR
Fundadora y Directora del Centro Integral de Diagnóstico y Atención Psicológica.
✉ maryfey9@hotmail.com

DIRECTORIO

KAROL OREA y MÓNICA ZÁRATE
Consejo de Administración y Editorial

MARIELLA AGUILAR
Coordinador General

ROMINA NESME
Contenidos y Relaciones Públicas

ANNY TABLERO
Producción Audiovisual

MARÍA DE LA PAZ HERNÁNDEZ
Formación y Diseño Editorial

MIGUEL ANAYA Y CARLOS QUINTERO
Diseño y Administración Digital

DATOS DE CONTACTO

LO+NEWS

☎ 22 24 02 52 79

✉ contacto@lomasnews.mx

@lomasnewsmx

www.lomasnews.mx



Programa IMEX-TEI, Una visión vanguardista contra el acoso escolar

¡Contar conmigo es contar contigo! ¡Somos IMEX-TEI!

En los últimos tiempos hemos sido testigos de que la humanidad se encuentra en una etapa de evolución y de cambios importantes en muchos aspectos, y aunque vemos todos los días situaciones desagradables como resultado de esta evolución, por otro lado, surgen acciones que apoyan a nuestra sociedad a desenvolverse de la mejor manera y contrarrestar lo negativo. En esta ocasión hablaremos sobre el acoso escolar, pero sobre todo, de un programa en concreto que está diseñado para combatirlo pensando en las nuevas generaciones. Es cierto que todos vivimos de pequeños acoso y/o bullying, pero así como la humanidad está en evolución la forma de hacer daño también ha evolucionado.

Para conocer más sobre el Programa IMEX-TEI, platicamos con el **Mtro. Mario Rafael Alvarado Luna**, jefe del área Formativa.

¿Qué es TEI?

Es un programa de convivencia para la prevención de la violencia y el acoso escolar, sus siglas significan TUTORÍA ENTRE IGUALES. Fue implementado por primera vez en España, hace más de 20 años, luego de que su creador, el psicólogo Andrés Bellido lo propuso como solución a las problemáticas inicialmente mencionadas. Ha sido probado y certificado por instituciones universitarias reconocidas a nivel mundial, e incluso, en algunas regiones de España existen CIUDADES TEI.

Mtro. Mario Rafael Alvarado Luna, jefe del área formativa

El Instituto México de Puebla es el primer colegio de la Angelópolis en implementar la metodología, como parte del proyecto piloto con 6 colegios en toda la República Mexicana.

¿Qué es la TUTORÍA ENTRE IGUALES?

Un proceso en el cual, previa sesión informativa y una vez decididos los voluntarios sucede lo siguiente:

En Secundaria: Los alumnos de 3° son tutores de los de 1°
En Primaria: Los alumnos de 5° son tutores de los de 3°

Según información de su página web <https://www.programatei.com/> al tener un tutor emocional dos cursos mayor:

- Desaparece desequilibrio de fuerzas, porque tu tutor te apoya siempre.
- No estás nunca solo, porque tu tutor se interesa por ti.
- No hay Ley del Silencio, porque es tu tutor quien te ayuda.

- No hay repetición del maltrato, porque se actúa desde el primer momento.

Al cuidar de su tutorizado, el tutor:

- Ayuda a otros a estar bien.
- Aprende a solucionar eficazmente conflictos, a través del diálogo
- Construye una escuela libre de acoso.
- Colabora con su tutorizado para mejorar su entorno (escuela, municipio...)



Alumnos recibiendo diploma del programa TEI

El programa TEI involucra alumnos, docentes y comunidad escolar: Lo protagonizan TODOS los alumnos, se ayudan mutuamente y crean un clima donde es imposible meterse con un compañero. Lo desarrollan los maestros y profesores, con sus alumnos, durante todo el curso. Lo apoyan las familias, con su papel FUNDAMENTAL en la educación en casa.

Lo complementan TODOS los que trabajan en la escuela: monitores, personal no docente, profesores de actividades extraescolares.

Está basado en:

- Educación emocional, sentir para cambiar.
- Desarrollo de la empatía, la escucha activa, la capacidad de ayuda como herramientas básicas de relación.
- Creación de modelos, pues aprendemos lo que vemos: ejemplaridad, participación y responsabilidad como valores para la convivencia.
- Psicología positiva, dar lo mejor de cada uno de nosotros: Desarrollo puntos fuertes y cualidades para crecer juntos.
- Creación de entornos saludables: Ni me río, ni me callo, ¡actúo!

“Así se logran escuelas libres de acoso, con cero tolerancia a la violencia. En el Instituto México de Puebla decidimos implementar el programa TEI, con el objetivo de reforzar las estrategias que ya de por sí ejecutamos, para la formación integral de nuestros alumnos. Estamos convencidos que los líderes que precisa el mundo de hoy y del futuro, los líderes católicos socialmente responsables que tenemos como misión formativa, requieren del aprendizaje de las mejores formas de relación y de convivencia, libre de violencia, que puedan generar entornos auténticamente saludables para el desarrollo de todas sus potencialidades”.

¡Generemos entornos saludables a partir de la convivencia libre de violencia!

Agradecemos al Instituto México por las facilidades otorgadas para esta entrevista

crece
desarrolla
>>> construye
tu futuro

y haz tuya
la experiencia

IMEX

Inscripciones
abiertas:



imex.edu.mx

6to. Congreso de la Familia IMEX



Jorge Zarza inaugura el 6to. Congreso de la Familia IMEX

Se llevó a cabo el 6to. Congreso de la familia IMEX en el cual diferentes expertos en el tema hablaron sobre los retos que conlleva la familia y la crianza de los hijos.

En el evento se tuvieron diferentes ponentes como Jorge Zarza, Elena Anaya, Juan López Padilla, Julia Barbolla y Amalia Osorio.



Juan López Padilla, fue uno de los ponentes experto en el tema

IMEX



Jorge Zarza con el tema "El laico en el mundo de hoy"



El gran reto que conlleva la Familia y la crianza de los hijos

Entrega de cheque a la organización Al Piso No, por parte de Green Carson



Equipo Green Carson presentando orgullosos los resultados obtenidos

- Ésta es una asociación que apoya a los Recolectores Voluntarios de Puebla y el cheque fue recibido por miembros de la mesa directiva de la asociación.

Los reciclados organizados por la fundación Green Carson fueron a beneficio de la organización Al Piso No.

Espera nuestro número de Mayo para conocer más sobre la labor de esta fundación.



Entrega del cheque a la organización "Al Piso No"



Equipo Green Carson "Siempre unido por una misma labor"

green
CARSON
COMPANY

Sonata
Mother's
WEEKEND

KAMENIKE
FESTIVAL

MAYO 6-7 2023

10 A 21 HRS CORREDOR SONATA

SONATA
TOWN CENTER

CONOCE TODOS LOS DETALLES EN KAMENIKE.MX

CONTAMOS CON TODAS LAS MEDIDAS SANITARIAS

SÁBADOS KAMENIKE
SHOWTIME
13, 20 Y 27 DE MAYO
DE 5 A 6.30 P.M.

KAMENIKE
ZOO

PISCINA
KAMENIKE

CHOCOLATES
KAMENIKE

SWEET
TEA

GREEN MARKET

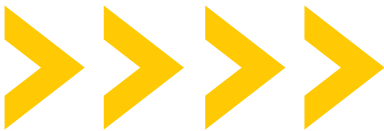
PLAYLAND

JOYERO

KAMENIKE
BAZARBOUTIQUE



Diferentes representantes de las fundaciones y asociaciones civiles del municipio de San Andrés Cholula.



Juan Cayarga Director de Grupo Inmobiliario España y Manuel Domínguez Asociación Poblana de Hoteles y Moteles.



Edmundo Tlatehui Presidente Municipal de San Andrés Cholula.



Lupita Cuautle Presidenta del Patronato del Sistema Municipal DIF y Edmundo, Presidente Municipal de San Andrés Cholula.

Saúl Pereyra Atelier

Saúl Pereyra Atelier un espacio cultural nómada para la creación, gestión y formación del arte contemporáneo presenta la exposición de acercamientos a espacios íntimos la cual cuenta con 57 obras expofeso.



Exposición Saúl Pereyra Atelier



Obras elaboradas por estudiantes del Taller de Arte Contemporáneo



Saúl Pereyra Atelier ubicado en InterPlaza, planta alta



Obras elaboradas por estudiantes del Taller de Arte Contemporáneo



David Machado, Director de IKEA Puebla y Marisol Centeno, Diseñadora Textil



Colección ÖMSESIDIG



Artículos de colección limitada



Marisol Centeno en la nueva colección

Nueva Colección



IKEA lanza su nueva colección ÖMSESIDIG la cual fue creada por 9 artistas latinoamericanos de múltiples disciplinas tales como moda, diseño, arquitectura entre otras todo esto con el fin de regresar las fiestas y reuniones.



PISOS DE MADERA - DECKS - CARPINTERÍA

PRÓXIMAMENTE
EN LOMAS

WWW.THEWOODS.COM.MX





Emprendimiento en niños

El emprendimiento en niños es un tema cada vez más relevante en la sociedad actual. Fomentar la creatividad, la innovación y la capacidad de resolver problemas desde una edad temprana puede tener un impacto significativo en el futuro de los niños.

Platicamos con **Omar Plata CEO de GROF** empresa dedicada al desarrollo empresarial y de habilidades quien, con más de 15 años de experiencia en liderazgo, con estudios y certificación por Harvard Business School Y Gallup, nos habló sobre la importancia de fomentar el emprendimiento en niños.

“Un tema muy importante y poco platicado, pues el emprendimiento infantil ayuda a desarrollar habilidades de liderazgo, administración, control y ayuda a mejorar la comunicación asertiva.”

Existen muchos tipos de emprendimiento como en el que no te das cuenta de que lo haces, pero terminas haciéndolo o como el de hacer tareas en el cual haces uso de tus habilidades.

También hay emprendimientos totalmente administrados, planeados y llevados por los papás a un camino correcto como por ejemplo de postres el cual inicia con un pequeño muy involucrado en la cocina y empieza a desarrollar la curiosidad de hacer postres y ahí mamá y papá lo exhortan a iniciar un pequeño negocio de gelatinas y a venderla a los vecinos entonces los papás ayudan a desarrollar esa comunicación y creatividad para innovar sus productos, de igual manera enseñarle cómo administrar los precios y costos para que el niño tenga un objetivo claro y una motivación.



Desde pequeños se puede emprender



Enseñar a los niños a emprender

En el mundo del emprendimiento los más exitosos vienen de un emprendimiento infantil donde la labor como papás es otorgando el control en actividades básicas, explicando que van a empezar desde un punto y hay que trabajar arduamente para poder llegar a la meta fijada, yendo del punto A al punto B.

La parte financiera también es muy importante, explicarle que al tener ganancias éstas se deben reinvertir para insumos o algunos otros artículos de su negocio, explicarle de forma divertida le enseñara cómo ser financieramente responsable, administrado y emprendedor.

El acompañamiento es muy importante, demostrarle que es divertido hará que él se interese y se motive mucho más.



CHOLULA BE STRONG
GAMES
3ra EDICIÓN

6 y 7 de mayo

Parque Intermunicipal,
San Andrés Cholula, Pue.



www.sach.gob.mx | Ayuntamiento San Andrés Cholula

f @ **CHOI.ULAGAMESMX**

Categorías

PRINCIPIANTES / **MASTER 35+**
INTERMEDIOS / **ADAPTADOS**
AVANZADOS / **RX**

INSCRIPCIONES
BYND FITLAND APP



 Selecto
CHEORAU
LOMAS DE ANGELÓPOLIS
El área de cervezas más grande de Puebla



Descubre la cava fría
más grande con la más amplia
variedad de **cervezas**
nacionales, extranjeras y artesanales

4

Sección

COMUNIDAD

Conoce una parte de tu comunidad: Zonazul



En el número de Febrero hablamos en esta sección sobre cómo se conforman las mesas directivas tanto de un Macro Condominio como de los Clústeres. Pero ¿realmente conocemos a las personas que están detrás de cada puesto? Es por eso por lo que en esta ocasión platicamos con **Eduardo Efraín Cruz Fregoso**, Presidente de **Zonazul**.

¿Cómo se conforma Zonazul?

4 Parques

- ◆ Parque de la Loma
- ◆ Parque de la Mariposa
- ◆ Parque Dedo Verde
- ◆ Parque de los Deportes

11 Clústeres

- ◆ Habana
- ◆ Lima
- ◆ Jardines de las Lomas
- ◆ Capellanía
- ◆ Lisboa
- ◆ San Juan
- ◆ Sao Paulo
- ◆ Santiago
- ◆ Santo Domingo
- ◆ San José
- ◆ D10.

¿Cómo se conforma la Mesa Directiva de Zonazul?

- ◆ Presidente
- ◆ Secretario
- ◆ Tesorero
- ◆ Vocal



Las responsabilidades de la Mesa directiva del Macro condominio se enfocan principalmente en el mantenimiento de vialidades, áreas comunes, parques, etc. La relación con los Clústeres se enfoca en apoyarlos con algunas situaciones de mantenimiento para ser preventivos en vez de correctivos.

Comité de Vigilancia

Integrado por los Presidentes de los 11 clústeres.



Por otro lado el presidente de Zonazul puntualizó la gran labor que Grupo España ha hecho en la administración del Macro y que ha contribuido en todas las acciones aquí comentadas.



RENTA DE VALLAS PUBLICITARIAS EN LOMAS

📞 221 388 07 98

Escanea el código QR,
para ver la entrevista completa



Principales Proyectos y Retos de Zonazul



Proyectos

- ◆ Mantenimiento preventivo y correctivo del Macro condominio.
- ◆ Parque Dedo Verde, donde se ha instalado un corral para mascotas de 800 m2, se habilitaron sillas, basureros para desechos de las mascotas, jardinería, etc.
- ◆ Mantenimiento constante de las áreas verdes.
- ◆ Cabe mencionar que todos estos proyectos se solventan a través de las cuotas que aporta cada clúster.

Retos

- ◆ Mantener la unión entre clústeres.
- ◆ Tener una buena comunicación con todos los residentes a través de sus Presidentes.



Situación de las Canchas de tenis, blvd. Cascadas a un costado de Parque Habana

En los últimos tiempos ha habido algunos problemas con las canchas, a lo cual el presidente de Zonazul nos dice: “Esas canchas por algún malentendido se encuentran en litigio ya que esas canchas pertenecen a Habana, situación que supimos hasta unos meses antes de pandemia”.

Dicha demanda siempre corrió a favor del Macro Condominio debido a que nunca se negaron a entregar las instalaciones, recientemente se han llegado a acuerdos importantes entre el Macro Condominio y Parque Habana que pronto veremos que empiezan a darles mantenimiento para su próxima apertura.

“Deben ser todas las personas que rentan las canchas de la comunidad de Lomas de Angelópolis, no se rentan a nadie que no lo sea, y no por una cuestión elitista, sino que formamos una comunidad todo Lomas, entonces hay que, pues seguirla promoviendo” puntualiza Lalo.

Es importante hacer el correcto uso de los espacios comunes debemos conocer y acatar el reglamento. El presidente de Zonazul nos dice que pueden conocer dichos reglamentos y otros datos en los códigos QR que se pusieron en los camellones del Macro Condominio, así como reservar en el número de las oficinas de Zonazul.

Costos		\$100	Residentes Zona Azul
		\$150	Otros Residentes
*Macro Condominios			



Para reservar canchas de Fútbol y Pádel 221 112 3310

¿Cómo es la relación con el Municipio?

En el caso de Zonazul, pertenece en su mayoría a Santa Clara Ocoyucan, es por esto que la mesa directiva de este Macro Condominio ha tenido en últimas fechas acercamientos muy importantes con las autoridades.

El Presidente Municipal asignó al contralor del municipio para que atienda en específico a la mesa directiva y al comité de vigilancia de Zonazul para las cuestiones que tengan que ver con ellos, inquietudes, necesidades y/o aportaciones por parte de los residentes y sus mesas directivas.



Vecino

Confirma aquí que las placas de tu auto y número celular estén dados de alta en los accesos de Lomas.

Si no, acude a la mesa de control en parque Central para actualizar tus datos.



Escanea con App Parkimovil



Acciones por niños

Durante mucho tiempo hemos conocido a través de las actividades que realizan dentro de nuestra comunidad a **Grupo Pro Niñez**, tales como el Reciclátón dos veces al mes, colectas de juguetes o chamarras, entre otros.

Pero para los que aún no los conocen, Grupo Pro Niñez fue fundado por **Alejandra y Ana Acevedo** en el 2005 con el objetivo de atender en varios aspectos a los **niños en situación de cárcel** ofreciéndoles apoyo a las familias de dichos pequeños, medicinas, ropa, atención médica, por mencionar algunos beneficios.

El programa con el que trabaja la fundación se llama **DEMOS ESPERANZA** y con éste ayudan a los hijos de mujeres en reclusión, donde se atiende a más de 100 niños en los **CERESOS de San Miguel, Huejotzingo y San Pedro Cholula**.

DEMOS ESPERANZA tiene 4 diferentes ejes:

- Desarrollo integral infantil
- Corresponsabilidad
- Fortalecimiento de habilidades socioafectivas
- Maternidad responsable



Para contextualizar la situación de estos niños, por ley ellos pueden vivir con su mamá dentro del reclusorio de los 0 a los 3 años; posteriormente tienen que salir a vivir con sus familias por lo que quedan a cargo de abuelitas, tías o algún otro familiar. Por otro lado están también los niños que no nacieron dentro del CERESO pero que su mamá está en reclusión, respecto a esto Ana nos dice: “Son niños que de un día para otro se quedaron sin su mamá, que la vida les cambia, pasan a vivir con otra familia... pero son niños que muchas veces no trabajan la parte emocional con ellos, que no les explican, que a veces no saben en dónde está su mamá... son niños con muchas carencias, niños que en ocasiones les toca estar en el momento en que aprehendieron a su mamá” Y a partir de esto es que Grupo Pro Niñez trabaja, no sólo con los niños, sino también con sus familias, con sus cuidadoras.

¿Pero cómo pueden llevar todo esto a cabo?

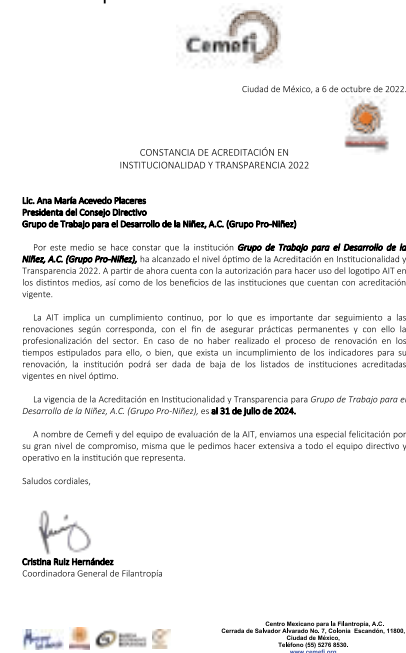
Alejandra nos comenta que al ser un programa de participación social no existen recursos públicos, son totalmente de la sociedad.

Cada niño cuenta con un PADRINO o MADRINA, que cada mes los apoya con un paquete de insumos básicos dependiendo de la edad del niño.

Por otro lado, cuentan con apoyo de empresas como Empany's, Faurecia, Africam Safari, entre otras que, a través de sus voluntariados los ayudan con algunos recursos. Por ejemplo, para el día de Reyes sumaron esfuerzos varias empresas y los niños pasaron un día inolvidable en Africam Safari, donde recibieron también las chamarras nuevas que Grupo Pro Niñez recaudó desde hace varios meses, logrando reunir 120 chamarras y superando la meta del año pasado.

Además, con el Reciclátón de Lomas cada 15 días pueden obtener algo más de recursos.

Cabe mencionar que Grupo Pro Niñez cuenta con la **Certificación de Transparencia y Rendición de Cuentas por parte de la CEMEFI**; el cual **acredita el correcto funcionamiento de la fundación**, así como el manejo de los recursos que reciben.



¿Cómo puedo yo como residente apoyar a la fundación?

Además de los programas que ya conocemos, como el Reciclátón, puedes participar como voluntario con lo más valioso que es tu tiempo, si eres psicólogo, pediatra, educadora, o cualquier otra profesión o simplemente tienes ganas de ayudar, puedes acercarte y apoyar. “No queremos ser asistencialistas, no queremos sólo regalar por regalar, queremos darles la oportunidad a los niños de realmente transformarse... transformar para trascender” comenta Alejandra.

Durante la posada que se realizó en el mes de diciembre, el equipo de **LO+ NEWS** tuvimos la oportunidad de ser testigos de la generosa labor que se hace con estas familias, y ahí conocimos a la señora Hilda, residente de Parque Guanajuato, escucha su testimonio escaneando el código QR.

Escanea el código QR, para ver la entrevista completa



Grupo Pro Ninez, A. C
@grupoproninez

Contacto
2222155750
@pro_ninez

Inicia o continúa tu aprendizaje de un nuevo idioma con los **Centros de Idiomas Volkswagen**, ahora en su nueva ubicación:

Sonata

Plaza Sinfonía, 2da Planta, Local 4,
Distrito Sonata, Lomas de Angelópolis II.
Puebla, Pue.

Conoce nuestra
oferta académica



Idiomasvw.com.mx



Inglés



Alemán



Francés



Chino mandarín



Español para
extranjeros



Cursos
especiales

f d i in

Centros de Idiomas VW

Contáctanos y conoce nuestras próximas fechas de inicio de cursos:

800 000 8974 | 222 264 8130 / 31 | 222 284 9494 / 95

**CENTROS DE
IDIOMAS**
ESTUDIOS SUPERIORES
VOLKSWAGEN

Arranca la Campaña de Salud y Deporte de Farmacias Todos Santos

Farmacias Todos Santos en su labor de contribuir a la salud y el bienestar familiar, arrancó el domingo 26 de marzo su **Campaña de Salud y Deporte**. Esta tiene como objetivo promover el ejercicio en familia como parte importante de una vida sana. Se dieron cita más de treinta personas en Plaza Aquara para disfrutar de 60 minutos de una clase de Cardio Sculpt de **Jazzercise**.

Platicamos con **Martha Márquez**, Sales Manager de México, quien ha sido instructora de esta disciplina por casi 20 años.

¿QUÉ ES JAZZERCISE?



Es un ejercicio original como una fiesta con baile. Combina baile, Pilates, yoga, kickboxing y entrenamiento de fuerza, todo en un espacio de una hora.

¿Los resultados? Músculos definidos, esbeltos y una indiscutible mejoría en tu estado de ánimo.

Jazzercise nació con el objetivo de buscar un ejercicio divertido y diferente. Esta disciplina tiene sus orígenes hace 50 años en Estados Unidos. Su fundadora, Judy Shepard, se dio cuenta de que a las personas les costaba trabajo ser constantes y seguir las coreografías de clases profesionales. Ella decidió crear esta nueva disciplina que era más sencilla de seguir, sin dejar del lado el elemento del reto.

Para disfrutar al máximo una clase de Jazzercise, te recomendamos ir acompañada con amigas. Y si vas sola, ¡no te preocupes! La comunidad Jazzercise siempre se encarga de hacerte sentir como en casa.



Llegar dispuesto a disfrutar y divertirse.

Cada último domingo del mes, **Farmacias Todos Santos** realizará más eventos de este tipo. Mantente pendiente de sus redes y de las de **LOVE NEWS** para conocer más de su calendario.

Jazzercise cuenta con 2 sucursales en Puebla: Cholula y Plaza San José.



@jazzercisecholula @jazzercisepuebla



FARMACIAS
TODOS SANTOS

Te invitamos a conocernos
en Plaza Aquara



blvd. Interamericano #102 Local 10,
Lomas de Angelópolis, C.P. 72830
San Andrés Cholula, Pue.



farmaciastodosantos

Horario: Lunes a Domingo
de 9am a 9pm



22 1410 9543

Contamos con servicio a
domicilio



Los beneficios de la lectura en los niños y cómo fomentar el amor por los libros

La lectura es uno de los hábitos que muy pocos logran desarrollar el cual tiene una gran cantidad de beneficios desde potenciar la atención y concentración en una misma actividad, ampliar y desarrollar el lenguaje, potenciar la imaginación y la creatividad por mencionar algunas. Todas éstas son habilidades que podemos desarrollar en nuestros hijos siempre y cuando los motivemos y acompañemos a leer.

Pie de Página es un programa de fomento a la lectura infantil que nace hace 15 años, el cual busca que los niños lean literatura de calidad, esto se hace por medio de ferias de libro en escuelas principalmente en Puebla llevando diferentes editoriales como Fondo de Cultura, Océano, Bambú, Naranjo, por mencionar algunas, la cuales manejan libros de muy buena calidad y son para niños desde los 0 años hasta jóvenes de 16 años.

Hace algún tiempo Pie de Página manejaba un catálogo que llegaba a los colegios y se les entregaba a los niños para que los padres vieran los libros que se tenían y los compraran, el proyecto evolucionó a lo que hoy se hace que son las ferias de libros donde los niños pueden ver, tocar y hojear los libros.



Demostración Pie de página



Fundadora Pie de página



Equipo pie de página



La dinámica en las ferias es que por la mañana lleven a los alumnos al espacio de exposición y ellos tomen un libro y se sienten en las mesitas que están y puedan leerlo y así sean ellos ya quienes eligen los libros.

Después de 15 años de experiencia los libros que más se buscan son aquellos que son muy coloridos, los pop up donde imágenes saltan y los hace muy llamativos, dependiendo de las edades.

Durante las ferias de libro se nota aquellos quienes tienen el hábito de la lectura pues buscan libros diferentes o incluso buscan un autor en específico. Para promover el gusto por la lectura es importante que se tenga accesos a libros, esto quiere decir tener libros en casa, que se tenga variedad, libros nuevos y tú como padre de familia leerles desde pequeños y una vez que ellos sean capaces de leer por sí mismos buscar siempre un ratito seguirles leyendo para que cuando sea grande tenga posibilidades de volverse lector en su madurez.

Comprar libros, tener opciones de lectura
hará que quieran leer, que se interesen.



@Pie de página



22 24 55 71 29



www.piedepagina.com.mx

En caso de EMERGENCIA | ¿Sabes a quién dirigirte?

ADMINISTRADORES:

- » Grupo España: 222 283 9922
- » Capitol: 222 662 3050
- » Housing: 555 462 1464
- » Lomas I: 221 112 3304
- » Lomas II: 221 112 5346
- » Zona Azul: 221 112 3310
- » Cascatta I: 222 951 2426
- » Cascatta II A: 222 753 4598
- » Cascatta Azul: 221 349 6260
- » Gran Cascatta: 222 362 7231

NÚMEROS DE EMERGENCIA

- » CIEM: 222 273 3737
- » Protección Civil
 - San Andrés: 222 467 4000
 - Ocoyucan: 222 889 4309
- » Policía Municipal
 - San Andrés: 222 403 7010
 - Ocoyucan: 222 225 8001



SERVICIOS MÉDICOS

- » Hospitales MAC: 222 214 1660
- » Hospital Ángeles: 222 303 6600
- » Hospital Puebla: 222 594 0612

PRUÉBALO EN LOMAS

¿Qué hacer con niños en Lomas? Chikiritos Kingdom

ES HORA DE

JUGAR



Ubicado en la
Planta Baja de
Plaza Adagio

Carritos chocones
Muros de escalar
Alberca de esponjas
Playground
Zona Jumping

Lugar especializado en
entretenimiento para
los más pequeños

Festeja su
cumpleaños

Pensado especialmente
para que los niños
se diviertan y disfruten
las instalaciones

Actividades en
Viernes de
Consejo Técnico

Servicio de
Cafetería para
Papás

Miércoles
de Hermanos al 50%

HORARIO

Martes
12:00 pm a 8:00 pm

Miércoles y Jueves
11:00am a 8:00 pm

Viernes
11:00am a 9:00 pm

Sábado
10:00am a 9:00 pm

Domingo
10:00am a 8:00 pm

@chikiritos kingdom

22 13 30 33 30

@chikiritoskingdom

Reacomoda los bloques para descifrar el mensaje. Cada bloque solo se utiliza una vez

" A	I						

Mahatma Gandhi

a	v	e	o	s	n	"		l	e	s	y	l	n	s	e	ñ	y	q	u					
r	e	n	d	r	d	a	d	o	q	u	a	m	o	r	l	e	e	r	,	h	a	d	e	e
e	a	y	i	ñ	o	s		e	l	,	a	n	u	d	a	r	t	e	s		e	r	l	
"	A	+		e	e	s		a	a	p	a	r	l	e	s		a							



Macro Clúster Cascatta 1,
en el mes de Marzo se realizaron proyectos como:

Aspirado y limpieza de cascadas



Cambio de luminarias fundidas en blvd.
Cascadas y Glorietas Cañadas



Instalación de topes para cajones
de estacionamiento en Parque Tortugas



Se instalaron señaléticas y espejo vial
en blvd. Cascadas y Parque Campeche



Colocación de pasto en
jardinera de Parque Tortugas

Instalación de luminarias en
Parque Colibríes



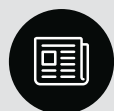
Mantenimiento en registros
de blvd. Volcanes



Reconocimiento

En días pasados se concluyó la Gestión de la Mesa Directiva de Cascatta, Ana María Acevedo Placeres (Presidenta), Yanet Vidal Alonso (Tesorera), José Roberto Grajales Espina (Secretario), Jaqueline Hanan Tagle (Vocal), Víctor Manuel Valerio Mercado (Vocal), Arturo Morelos Quiroz (Vocal), Juan Ramón Rojas Trejo (Vocal), los felicitamos por su labor en bien de la comunidad.

**Síguenos en todos
nuestros canales**



LOO NEWS



LOO NEWS



LOO NEWS
tv



LOO NEWS
wa



@lomasnewsmx

☎ 2224 02 52 79



encuesta



participa

Participa con tu retroalimentación

www.lomasnews.mx • contacto@lomasnews.mx

Acciones para la comunidad en Zonazul

Gestión con Agua de Puebla para soldadura de alcantarillas en blvd. Zitadela

Mantenimiento de redes a canchas de Pádel

Poda de jardinería en escultura del Ave Fénix

Riego en áreas verdes del Parque de los Deportes

Riego en gran blvd. Lomas

Reparación de fuga en Parque Dedos Verdes

Retiro de hojas secas en Parque La Loma

Fumigación de jardinería en gran blvd. Lomas

Instalación de porterías Parque Dedos Verdes

Lomas 1. Actividades relevantes

Proyecto de dignificación de Casetas 1era etapa

Mantenimiento a sistema de filtrado para limpieza de fuente

Rehabilitación de canalización para circuitos de bombas

www.grupoinmobiliarioespana.com

ESPAÑA AÑOS

Administramos más condominios sin perder la excelencia de tu servicio.

¡Líderes en administración de condominios!

¡Conócenos!



MULTICOBRE[®]
SOLUCIONES DE CALIDAD

Sucursal
SONATA
Plaza Punta,
Lomas de Angelópolis

LA FERRETERÍA **MÁS**
COMPLETA,
MÁS CERCA DE TÍ

Visítanos en nuestro horario: Lunes a Viernes de 8:00 am a 8:00 pm y Sábados de 8:00 am a 4:00 pm

 Multicobre Sonata

 Sinfonia 1-12, Plaza Punta

 222 688 90 60

 222 135 4131