

Lomas+News

COMMUNITY & LIFESTYLE

Lo que nos sostiene

Los abuelos: el corazón de la familia
(Sección 1 - Bienestar)

Yoga en el parque de las Mariposas: un espacio para movernos, respirar y convivir (Sección 2 - Talento Lomas)

Regreso a clases: ¿Cómo fortalecer las defensas de tus hijos de verdad?
(Sección 3- Salud)

Foto: Felipe Negrete y
Carlos Leonardo Quintero

  @lomasnewsmx
 www.lomasnews.mx

EDITORIAL

Lomas+News

COMMUNITY & LIFESTYLE

Agosto es un mes de contrastes. Para muchos significa vacaciones, regreso a las rutinas y la emoción de comenzar un nuevo ciclo escolar. Pero también nos brinda una oportunidad muy especial para hacer una pausa y reconocer a quienes representan la memoria, la experiencia y el amor incondicional de nuestras familias: nuestros abuelos.

En una época donde la tecnología nos mantiene conectados, pero el tiempo parece escaparse entre pendientes y responsabilidades, la presencia de los abuelos nos recuerda algo que nunca pasa de moda: la importancia de estar presentes. Ellos nos enseñan que las mejores conversaciones ocurren sin prisas, que una receta puede guardar generaciones de historia y que un abrazo sincero sigue siendo uno de los gestos más valiosos que podemos ofrecer.

En Lomas News queremos dedicar unas palabras de profundo agradecimiento a todos los abuelitos de nuestra comunidad. Gracias por su paciencia, por sus consejos, por las historias que han mantenido viva la memoria familiar y por el cariño con el que acompañan a hijos, nietos y bisnietos. Gracias por celebrar nuestros logros como si fueran propios, por tender siempre una mano cuando hace falta y por demostrar que el amor más grande muchas veces se expresa en los gestos más sencillos. Su ejemplo de esfuerzo, resiliencia y generosidad continúa inspirando a las nuevas generaciones. ¡Feliz Día del Abuelo!

Esta edición también nos recuerda que cada etapa de la vida merece ser vivida con plenitud. Encontrarán historias que nos invitan a cuidar nuestro cuerpo y nuestra mente, a mantenernos activos sin importar la edad y a fortalecer el sentido de comunidad que hace de Lomas un lugar especial para vivir. Porque el bienestar no tiene fecha de inicio ni de término; se construye con pequeñas decisiones que tomamos todos los días.

Con el regreso a clases, muchas familias vuelven a organizar horarios, preparar mochilas y enfrentar nuevos retos. Más allá de útiles escolares y uniformes, este nuevo comienzo representa una oportunidad para fomentar hábitos saludables, fortalecer la comunicación en casa y acompañar a nuestros hijos en una etapa llena de aprendizajes. La educación comienza en el hogar y se enriquece con el ejemplo que reciben de padres, maestros y, por supuesto, de los abuelos, quienes tantas veces se convierten en los mejores narradores, cuidadores y maestros de vida. Como comunidad, tenemos el privilegio de convivir con personas de distintas generaciones. Esa diversidad nos fortalece.

Escuchar a quienes tienen más experiencia, aprender de quienes vienen creciendo y construir espacios donde todos se sientan valorados es parte de la comunidad que queremos seguir formando.

Esperamos que esta edición los inspire a disfrutar más de quienes aman, a cuidar su salud y a regalar tiempo a las personas que más lo valoran. Porque los mejores recuerdos no siempre nacen de grandes acontecimientos; muchas veces comienzan alrededor de una mesa, durante una conversación o de la mano de esos abuelos que, con su amor, siguen siendo el corazón de nuestras familias.

Equipo Editorial
Lomas News

Agosto >>

DIRECTORIO

KAROL OREA Y ANA GABRIELA LÓPEZ
Consejo de Administración y Editorial

ANA GABRIELA LÓPEZ
Contenido Editorial, cuentas comerciales y alianzas

MARCELA ROMERO
Coordinadora de Diseño y Producción Audiovisual

MARIA DE LA PAZ HERNÁNDEZ
Diseño Editorial

MARCELA LÓPEZ Y LÓPEZ
Relaciones Públicas y Experiencias



En portada:
Lo que nos sostiene

Foto: Felipe Negrete y Carlos Leonardo Quintero

DATOS DE CONTACTO

@lomasnewsmx

22 24 02 52 79

www.lomasnews.mx

contacto@lomasnews.mx



SECCIÓN BIENESTAR

1

LOS ABUELOS: EL CORAZÓN DE LA FAMILIA

Por: Lomas News

Hay personas que llegan a nuestra vida para enseñarnos el mundo y otras que, con el paso del tiempo nos enseñan a vivirlo. Los abuelos pertenecen a ese segundo grupo. Son el refugio donde siempre hay tiempo para escuchar, un abrazo que reconforta sin hacer preguntas y una fuente inagotable de historias, experiencias y amor.

Cada 28 de agosto, en México, celebramos el Día del Abuelo, una fecha que va mucho más allá de entregar un regalo o compartir una comida familiar. Es una oportunidad para reconocer el papel invaluable que desempeñan en nuestras vidas y agradecer todo aquello que, muchas veces, damos por sentado.

Los abuelos son testigos de la historia de sus familias. Han visto crecer generaciones, han enfrentado desafíos, celebrado triunfos y aprendido lecciones que hoy transmiten con paciencia y sabiduría. En una época donde todo parece avanzar con rapidez, ellos nos recuerdan el valor de detenernos, conversar, compartir una sobremesa y disfrutar de los pequeños momentos que realmente construyen los recuerdos.



Su presencia también tiene un impacto profundo en el desarrollo de niños y jóvenes. Diversos estudios han demostrado que la convivencia con los abuelos fortalece los vínculos familiares, fomenta

valores como el respeto, la empatía y la solidaridad, además de brindar estabilidad emocional. Para muchos padres, además, representan un apoyo invaluable, convirtiéndose en compañeros de crianza, confidentes y, en muchas ocasiones, en los héroes silenciosos del día a día.

Sin embargo, el paso de los años también trae nuevos retos. La soledad, los problemas de salud o la pérdida de autonomía pueden hacer que muchos adultos mayores se sientan aislados. Por ello, el mejor regalo que podemos ofrecerles rara vez tiene un precio: nuestro tiempo. Una llamada, una visita, una conversación sin prisas o simplemente compartir una tarde juntos pueden significar mucho más de lo que imaginamos.

Celebrar a los abuelos también implica reconocer que siguen teniendo mucho que aportar. Su experiencia, conocimientos y perspectiva continúan enriqueciendo a sus familias y comunidades. Escuchar sus historias es preservar nuestra memoria; aprender de ellos es honrar el camino que recorrieron para que hoy podamos disfrutar de muchas de las oportunidades que tenemos.



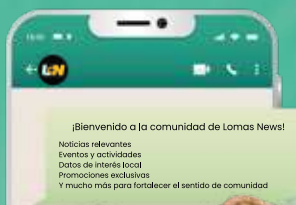
Este Día del Abuelo, más que una celebración, hagamos una pausa para agradecer. Abracemos a quienes aún tenemos la fortuna de acompañar y recordemos con cariño a quienes viven en nuestra memoria. Porque los abuelos no solo nos heredan un apellido o una historia familiar; nos dejan valores, enseñanzas y un amor que trasciende el tiempo.

Después de todo, si la familia tiene un corazón, muchas veces late al ritmo del amor incondicional de nuestros abuelos.

Sé parte de la Comunidad
WhatsApp
Lomas+News
COMMUNITY & LIFESTYLE

Este espacio fue creado
para mantenernos
conectados e
informados

¡Únete aquí!



Recuerda que si tienes un reporte
nos puedes escribir de manera directa.

📞 **2224025279**

Aquí encontrarás información
veraz, útil y oportuna
sobre lo que sucede en
Lomas de Angelópolis

#LomasNews #ComunidadLomas #MeEncantaLomas #ILoveLomas



YOGA EN EL PARQUE DE LAS MARIPOSAS : UN ESPACIO para movernos, respirar y convivir

Por: Carlos Leonardo Quintero González

En medio del ritmo acelerado de la vida cotidiana, pocas veces nos detenemos a pensar en algo tan importante como la forma en que queremos vivir los próximos años de nuestra vida. ¿Queremos llegar al futuro con energía, movilidad y autonomía? ¿O esperamos a que aparezcan las limitaciones para empezar a cuidarnos?

Con estas preguntas en mente nació, en septiembre de 2023, el grupo de yoga del Parque de las Mariposas, integrado inicialmente por tres personas. Hoy, esta comunidad ha crecido a más de 50 integrantes y nuestras sesiones reúnen, de manera regular, entre veinte y veinticinco yoguis cada lunes y miércoles por la mañana.

que con frecuencia olvidamos: el contacto con la naturaleza, el canto de las aves, el movimiento de los árboles y la oportunidad de dedicar un momento exclusivamente para nosotros.

Las clases incluyen ejercicios de movilidad articular, equilibrio, fortalecimiento, estiramientos y técnicas de respiración, acompañados de reflexiones que nos invitan a la introspección, a tomar conciencia de nuestro mundo exterior y a comprender la importancia de vivir en armonía con nosotros mismos, con los demás y con el entorno. En el yoga aprendemos que somos parte de un todo y que, de alguna manera, todos estamos conectados.

Cada participante trabaja de acuerdo con sus posibilidades, sin competencias ni exigencias, entendiendo que cada cuerpo tiene una historia y un ritmo diferente. Una de las enseñanzas que repetimos con frecuencia es: escucha tu cuerpo, tu mente y tu espíritu

Quizá uno de los mayores beneficios de este espacio es el sentido de comunidad que se ha ido construyendo. El yoga se ha convertido en un punto de encuentro entre vecinos, un lugar donde se comparten experiencias, se generan nuevas amistades y se fortalece la convivencia.

Con frecuencia pensamos que el envejecimiento comienza a una determinada edad. La realidad es que todos estamos construyendo nuestro futuro físico y emocional todos los días. Cada caminata, cada movimiento y cada momento de atención a nuestra salud son una inversión en la calidad de vida que deseamos tener mañana.

En "Edad Dorada Yoga" creemos que nunca es tarde para comenzar y que el verdadero objetivo no es solamente agregar años a la vida, sino agregar vida a los años.

Por ello, las puertas del Parque de las Mariposas permanecen abiertas para quienes deseen dedicar un espacio de su semana al movimiento, la respiración, el bienestar y la convivencia. Porque cuidar de nosotros mismos no es un lujo; es una de las mejores decisiones que podemos tomar para nuestro presente y nuestro futuro.



Yoga y movimiento consciente para todas las edades.
Lunes y miércoles | 8:00 a 9:00 horas | Sin costo

Más que una clase de ejercicio, el yoga es una filosofía de vida basada en el movimiento consciente, la respiración y el bienestar integral. Aunque las actividades están dirigidas principalmente a adultos, cualquier persona es bienvenida. Después de todo, la prevención es tan importante como mantener, restaurar o mejorar nuestra salud.

Las sesiones se desarrollan en un ambiente de respeto, convivencia y apoyo mutuo. Practicar al aire libre nos permite disfrutar de algo



Sorteo Anáhuac 2026: grandes premios con un propósito que transforma vidas

Por primera vez, el sorteo incrementó la cantidad de boletos disponibles, pasando de 400 mil a 420 mil, sin aumentar su precio. Esto permitió ampliar el esquema de premios, que incluye un departamento totalmente amueblado en Bosque Real, automóviles como un Audi Q7 y un Mini Cooper, casas, vehículos KIA, productos tecnológicos Apple y diversos incentivos para quienes colaboran en la venta de boletos.

Sin embargo, para José Luis Arenas, director de Sorteos Anáhuac, el verdadero valor de esta iniciativa se encuentra en las oportunidades educativas que genera. Aproximadamente 80% de los recursos obtenidos anualmente se destinan al programa de becas, mientras que el resto contribuye al desarrollo de infraestructura universitaria. Actualmente, cerca de 40 mil de los 66 mil alumnos de la Red de Universidades Anáhuac cuentan con algún tipo de apoyo financiero. De esta manera, cada boleto vendido contribuye a que más jóvenes puedan acceder a una educación superior y concluir sus estudios.



4° Premio, Casa en clúster El Capricho, Lomas de Angelópolis

Las historias de los beneficiarios son precisamente las que dan sentido al proyecto. Entre ellas está la de Diego, egresado de la Universidad Anáhuac México Norte, quien logró concluir su formación gracias a una beca y hoy, a sus 25 años, desarrolla su carrera profesional en una empresa internacional, además de contar con una doble titulación.

También están las historias de familias que, durante ceremonias de graduación, se han acercado personalmente para agradecer el apoyo que permitió a sus hijos terminar una licenciatura. Son experiencias que muestran que detrás de cada boleto existe una posibilidad de transformar una historia.



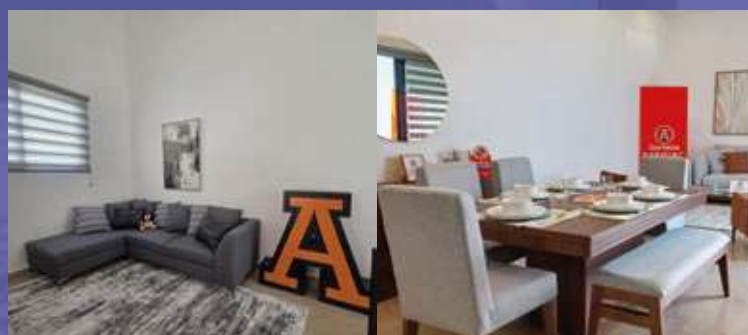
Pepe Mata Rector de la Universidad Anáhuac

Pepe Mata, Ale Abraham, Leonel y José Luis Arenas

El proyecto también ha crecido gracias a una comunidad de aproximadamente 50 mil colaboradores, entre alumnos, egresados, voluntarios y miembros de la sociedad civil. A esto se suma la digitalización: de los 420 mil boletos emitidos este año, 400 mil son digitales, lo que ha permitido ampliar su alcance incluso a participantes que viven fuera de México.

Con poco más de una década de trayectoria, Sorteos Anáhuac se ha consolidado como el tercer sorteo universitario más grande de México. Para 2026, su meta es colocar cerca del 95% de los boletos y continuar incrementando los recursos destinados a becas hacia 2035.

Porque, más allá de ganar un automóvil, una casa o un gran premio, el verdadero propósito del Sorteo Anáhuac es contribuir a que más jóvenes tengan la oportunidad de estudiar, graduarse y construir un futuro con mayores posibilidades.



4° Premio, Casa en clúster El Capricho, Lomas de Angelópolis

¿Sabías que...?

El 4.º premio del Sorteo Anáhuac es nada más y nada menos que una casa en Lomas de Angelópolis. Clúster El Capricho ¡Y ya puedes conocerla! Visítala y descubre todos sus espacios antes del 18 de noviembre.

AL PARTICIPAR, APOYAS LA FORMACIÓN DE MILES DE JÓVENES





REGRESO A CLASES: ¿CÓMO FORTALECER LAS DEFENSAS de tus hijos de verdad?

Por: Dr. Eder Hernández Angelino

Cada regreso a clases ocurre el mismo fenómeno: los salones vuelven a llenarse... y también las salas de espera de los consultorios. Después de las vacaciones, los niños regresan a convivir durante varias horas con decenas de compañeros, compartiendo juguetes, útiles escolares y, por supuesto, virus y bacterias. Es entonces cuando surge la pregunta que escucho cada año en consulta "Doctor, ¿qué le puedo dar para que no se enferme?"

La respuesta puede sorprender a muchos padres. No existe una vitamina, un jarabe o un suplemento capaz de impedir que un niño se enferme. El sistema inmunológico no funciona como un interruptor que podamos "encender" unos días antes del inicio de clases. Las defensas se construyen todos los días, a través de hábitos que fortalecen al organismo desde adentro.

Uno de los factores más importantes es el sueño. Durante la noche, el cuerpo produce sustancias que ayudan a coordinar la respuesta inmunológica y favorecen la recuperación de los tejidos. Un niño que duerme menos horas de las que necesita tiene mayor riesgo de presentar infecciones respiratorias y de recuperarse más lentamente cuando se enferma. Con el regreso a clases, es recomendable comenzar a ajustar los horarios de sueño unos días antes para que el cambio no sea tan brusco.

La alimentación también juega un papel fundamental. Más que buscar alimentos "milagro", conviene ofrecer una dieta variada que incluya frutas, verduras, proteínas de buena calidad, cereales integrales y grasas saludables. La proteína es especialmente importante porque proporciona los aminoácidos necesarios para producir anticuerpos y otras células del sistema inmunológico. En cambio, un exceso de bebidas azucaradas y alimentos ultraprocesados favorece procesos inflamatorios que afectan el equilibrio del organismo.

Otro aspecto que pocas veces se menciona es la salud intestinal. Una parte importante de nuestro sistema inmunológico interactúa con la microbiota, el conjunto de microorganismos que habitan el intestino. Mantener una microbiota saludable mediante una alimentación rica en fibra, frutas, verduras y alimentos fermentados cuando sean adecuados, ayuda a fortalecer las defensas de manera natural. Por eso, cuidar el intestino también es cuidar la inmunidad.

¿Y qué hay de los suplementos? Nutrientes como la vitamina D, el hierro, el zinc o el omega-3 pueden ser beneficiosos en algunos niños, pero no todos los necesitan. Su indicación debe basarse en la historia clínica, la alimentación, los antecedentes y, en algunos casos, en estudios de laboratorio. Automedicar suplementos porque "le hacen bien a todos" no siempre es la mejor decisión.

Finalmente, es importante recordar que enfermarse ocasionalmente también forma parte del desarrollo normal del sistema inmunológico. Lo que buscamos no es que un niño nunca tenga un resfriado, sino que su organismo sea capaz de responder adecuadamente y recuperarse sin complicaciones. Si las infecciones son muy frecuentes, severas o afectan el crecimiento y desarrollo, entonces sí es momento de realizar una evaluación médica más completa.

El mejor momento para fortalecer las defensas no es cuando aparece el primer síntoma, sino mucho antes. Dormir bien, alimentarse de forma equilibrada, mantenerse activo y acudir a revisiones médicas periódicas siguen siendo las herramientas más efectivas para que nuestros hijos enfrenten un nuevo ciclo escolar con un sistema inmunológico preparado.



Dr. Eder Hernández Angelino
Médico funcional certificado, con formación
en microbiota, hormonas y epigenética.
@dr.ederher

REPORTE RESIDENTE

Lomas+News
COMMUNITY & LIFESTYLE

¿Tienes **INFORMACIÓN** importante para nuestra **COMUNIDAD**?

Ayúdanos a difundirla con

**REPORTE
RESIDENTE**

¡NOSOTROS LO COMPARTIMOS!

1

Toma una foto o video de lo sucedido



2

Mádanos la información por mensaje a
nuestras redes o por WhatsApp



2224 02 52 79
@lomasnewsmx



CÓMO ELEGIR LA ESCUELA ADECUADA

Por: Paty Zorrilla, Residente de Lomas

Elegir la escuela de un hijo es una de las decisiones más importantes que una familia toma. No se trata únicamente de escoger el lugar donde aprenderá a leer, escribir o resolver problemas matemáticos; se trata de elegir el espacio donde pasará una parte importante de su infancia, construirá amistades, fortalecerá su autoestima y desarrollará la forma en que entenderá el mundo.



Hace algunos años esta decisión parecía mucho más sencilla. Las opciones eran limitadas: estaban las escuelas religiosas, los colegios bilingües, algunos mixtos y otros exclusivos para niñas o niños. Hoy el panorama es completamente distinto. La oferta educativa ha crecido enormemente y, aunque eso representa una ventaja, también vuelve la elección mucho más compleja. La mayoría de las escuelas hablan de innovación, formación integral, aprendizaje significativo o desarrollo socioemocional; conceptos valiosos, pero que muchas veces suenan muy similares para quienes no conocen a profundidad los diferentes modelos educativos.

Es natural que las familias consideren factores como la ubicación, el costo, los horarios, las instalaciones o las actividades extracurriculares. También suele influir la recomendación de otros padres. Sin embargo, una recomendación solo tiene verdadero valor cuando proviene de alguien cuya experiencia conocemos y en cuyo criterio confiamos. Como en todo, siempre habrá opiniones positivas y negativas; lo importante es identificar qué experiencia predomina pues no existen las escuelas perfectas. Al final, lo que a un niño le funciona no siempre aplica para todos y nadie puede hablar con mayor veracidad de un colegio que las familias que lo viven día tras día.

Pero más allá de estos aspectos, vale la pena profundizar en aquello que realmente define la experiencia educativa. Yo los invitaría a preguntar cuál es el modelo pedagógico y, sobre todo, a observar si existe congruencia entre lo que la escuela dice y lo que realmente viven los alumnos dentro y fuera del aula.

Otro aspecto fundamental a profundizar es el acompañamiento socioemocional. Hoy ya no es un lujo ni una actividad complementaria. Es una necesidad. Las habilidades para gestionar emociones, resolver conflictos, construir relaciones sanas y desarrollar resiliencia son tan importantes como los aprendizajes académicos y constituyen una base indispensable para el bienestar y el éxito futuro.



También conviene conocer el perfil de los docentes. La educación evoluciona constantemente; la neurociencia, la psicología y las nuevas investigaciones aportan herramientas que transforman la manera de enseñar y aprender. Un buen maestro nunca deja de formarse, porque entiende que actualizarse significa ofrecer mejores oportunidades a sus alumnos.

Finalmente, los animo a visitar sus opciones. Recorran sus espacios, hagan todas las preguntas que consideren necesarias y permitan que el ambiente también les hable. Observen al personal, cómo los reciben, cómo resuelven sus inquietudes y, sobre todo, cómo son tratados los niños cuando hay oportunidad. Mire más allá de los discursos y busque coherencia entre el estilo de crianza que viven en casa y la cultura que ofrece el colegio.

Porque, al final, elegir una escuela es elegir un aliado. Dense el tiempo para escoger a ese aliado que caminará junto a ustedes en la maravillosa tarea de formar a la persona que más aman.



Paty Zorrilla,
Residente de Lomas
Greenvalley 222 240 8843





LA MESA DIRECTIVA: LIDERAZGO Y COMPROMISO para movernos, respirar y convivir

Por: Mtra. Jenny del Razo – JdR Consultoría Jurídica Especializada

En todo condominio existe una figura fundamental para el desarrollo, la estabilidad y la buena gobernanza de la comunidad: la Mesa Directiva. Su función va mucho más allá de coordinar reuniones o dar seguimiento a temas operativos; representa un órgano de participación y representación comunitaria que contribuye a dar continuidad a los proyectos comunes, fomentar la transparencia y fortalecer la organización y el buen funcionamiento de la comunidad.

Como órgano de representación de la Asamblea General, la Mesa Directiva desempeña un papel fundamental en la continuidad de los proyectos comunitarios y en el seguimiento de los acuerdos adoptados por la comunidad. Su participación contribuye a fortalecer la supervisión de la gestión administrativa, impulsar mejoras y promover una comunicación efectiva entre los distintos actores que integran la vida condominal.

Una Mesa Directiva comprometida contribuye a generar orden, transparencia y continuidad en los proyectos del condominio. Gracias a su participación es posible dar seguimiento a temas de mantenimiento, seguridad, infraestructura, finanzas y convivencia, siempre dentro del marco establecido por la Ley, el Reglamento Interno y los acuerdos de Asamblea.

Es importante señalar que la Mesa Directiva no sustituye a la Asamblea General ni a la Administración. Cada órgano desempeña funciones específicas y cuenta con facultades y responsabilidades propias previstas en la Ley que Regula el Régimen de Propiedad en Condominio del Estado de Puebla, el Reglamento Interno y demás disposiciones aplicables. Cuando estas funciones se ejercen de manera coordinada y dentro de sus respectivos ámbitos de competencia, se fortalece la gobernanza, se optimiza la toma de decisiones y se favorece el desarrollo ordenado de la comunidad.

La experiencia demuestra que las comunidades con órganos de representación activos, organizados y comprometidos suelen alcanzar mejores niveles de participación, comunicación y gobernanza.

Esto se traduce en proyectos mejor ejecutados, mayor confianza entre los condóminos y una mejor conservación del patrimonio común. Cuando existe continuidad en los proyectos, supervisión adecuada y una visión orientada al interés colectivo, la comunidad se fortalece y se generan condiciones que favorecen la estabilidad, el desarrollo ordenado y la preservación de la plusvalía de los inmuebles.

En JdR Consultoría Jurídica Especializada hemos acompañado a diversas Mesas Directivas mediante esquemas de asesoría continua, fortalecimiento normativo y desarrollo de mecanismos de gobernanza que permiten tomar decisiones con mayor certeza jurídica, transparencia y visión de largo plazo.

Las comunidades más sólidas no son aquellas que dependen de una sola persona, sino aquellas que construyen equipos capaces de dar continuidad, representación y rumbo a sus proyectos comunes. Una Mesa Directiva comprometida no solo contribuye al buen funcionamiento del condominio; también fortalece la confianza de la comunidad, protege el patrimonio común y contribuye a preservar la plusvalía que cada propietario ha construido a través de su inversión.

Su participación activa permite que los proyectos trasciendan los periodos de gestión, que las decisiones se tomen con una visión de largo plazo y que la comunidad avance de manera ordenada hacia objetivos comunes. Porque una Mesa Directiva sólida no solo contribuye al buen funcionamiento del presente; también ayuda a construir el futuro de la comunidad, consolidando un entorno más organizado, participativo y valioso para las generaciones que habrán de integrarla. Sin estructura legal, no hay condominio funcional.

Mtra Jenny del Razo
JdR Consultoría Jurídica Especializada
Tel: 222 3523 948
jennydelrazo@consultoriajuresp.com



**¿Conoces los
números de emergencia
de tu municipio?**

22 22 25 80 01
22 21 33 44 99

Recuérdalo puede salvar tu vida y las de tus seres queridos.
Úsalo en caso de emergencia o situación de riesgo.

¡Tu denuncia es la mejor arma contra la delincuencia!

From limitations to leadership.

WHY NOT ME?



**Earn a bachelor's degree
entirely in English.**

Puebla Campus

☎ 221 181 99 71



**Tecnológico
de Monterrey**

**LOMAS I**

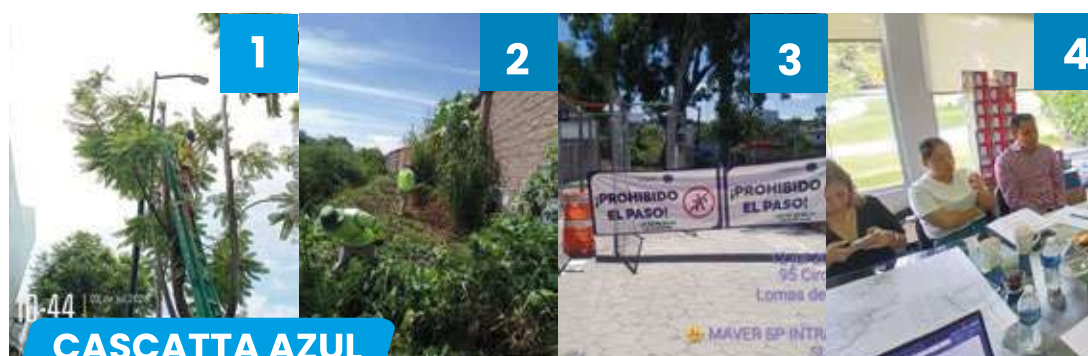
- 1.- Revisión de pendientes, pagos, logística
- 2.- Reunión entre personal de seguridad GEIC para revisar cumplimiento
- 3.- Revisión y análisis de operatividad con empresa de seguridad GEIC
- 4.- Se inicia con el mantenimiento de la escultura Flor De Abril

**LOMAS II**

- 1.- Retiro de basura y limpieza de andadores Parque del teatro,
- 2.- Cambio de luminarias fundidas. Parque del teatro
- 3.- Recorridos carrusel, En compañía de SSP y diversas empresas de seguridad del Macro clúster
- 4.- Presencia nocturna, Boulevard África

**ZONAZUL**

- 1.- Mantenimiento en estructura interior de acero de Caseta Monumental
- 2.- Mantenimiento de canchas de tenis
- 3.- Proyecto de reforestación en Dedo Verde mediante el trasplante de roció
- 4.- Reunión de Presidentes para presentación de nuevo Secretario de Gobierno de San Andrés Cholula

**CASCATTA AZUL**

- 1.- Corte de ramas de árboles en Avenida del Valle
- 2.- Jardinería en toda la perimetral colindante del Macroclúster con el río Atoyac
- 3.- Cierre total de Paso de los Gallos por indicación de Protección Civil
- 4.- Reunión de Macroclúster Cascatta I y Cascatta Azul para trabajo colaborativo

**CASCATTA I**

- 1.- Instalación de ductos para cableado de cámaras en Parque Colibríes
- 2.- Mantenimiento de baños
- 3.- Pintura y señalética peatonal
- 4.- Poda mayor en Cascadas

LA PICCOLINA

Apertura 15 de agosto

¡NUEVA SUCURSAL en plaza Arco lomas I!



Sucursal Arco Lomas

Blvd. Lomas Ote., 72830
San Bernardino
Tlaxcalancingo, Pue.

Tel. 222 283 8243



¡Escanéa
para llegar!



Sucursal Sonata

P.º Sinfonía 1-local 1-15,
Lomas de Angelópolis,
72830 Heroica Puebla de
Zaragoza, Pue.

Tel. 222 108 4979

¡Comunidad Lomas News Lleva esta página
y te abonamos 50pts en tu próxima compra!
Válido hasta el 30 de septiembre, puntos no
acumulables

lapiccolinadechipilo.com
@lapiccolinadechipilo

FINIS CORONAT OPUS



VICTORIA
LUXURY CLUB

LA NOCHE COMO NUNCA LA HABÍAS VISTO

BLV. EUROPA #12 LOMAS DE ANGELÓPOLIS