ABRIL 2025

VÁMONOS UBICANDO

Reflexión:
Renuncio a ser Adulto

Receta *LALA*:
Paletas de fresas con crema

Editorial: Nuestros Niños

Nuestros Niños



“Dejar que los niños se acerquen a mi...porque de ellos y de los que sean como ellos es el reino de los cielos”...Estas palabras las dijo Jesús a sus apóstoles, que se afanaban en apartar a los niños de su lado, creyendo erróneamente que lo estaban molestando.

Hoy en día siento que nos hemos apartado de los niños, que los relegamos de nuestra vida porque estamos ocupados en otras cosas que consideramos más importantes.

Esto es un gran error, nuestros niños hoy están necesitados de atención y cariño, no de regalos, colegios caros, clases extra escolares y fiestas. La vida de un niño es muy simple, no vive para los demás, vive solo para él, le encanta jugar, dibujar, correr, mojarse con la manguera, llenarse de lodo, cuidar animales y comer golosinas, pero si todo esto lo hace acompañado de sus papás entonces se convierte en algo mucho más atractivo para él.

Tiempo es lo único que piden nuestros niños; por más trabajo que tengamos, los invito a no descuidar al tesoro más valioso que tenemos en casa, no dejemos que pase más tiempo sin disfrutar de su presencia al máximo.

Recuerden que en la medida que damos, recibiremos en el futuro; si les dedicamos tiempo, ellos harán lo mismo por nosotros cuando sean adultos. Por lo tanto, hay que sembrar hoy para tener buenas cosechas el día de mañana.

¡Que vivan Nuestros Niños!

Con Cariño
Coco Muñoz

VÁMONOS UBICANDO

01 **Editoral:** Nuestros Niños.

02 **Reflexión:** Renuncio a ser adulto.

03 **Finanzas:** La importancia del hábito del ahorro en los niños.

04 **Como prevenir accidentes de nuestros niños en vacaciones.**

05 **Gobierno de Coahuila.**

06 **Coliseo Centenario.**

07 **Gobierno Municipal de Lerdo.**

08 **Universidad Autónoma de la Laguna**

09 **Ayuntamiento de Torreón**

10 **Receta *LALA*:** Paletas de fresas con crema / Fundación ***LALA***

11 **Industrias Peñoles**



DIRECTORA GENERAL
Lic. Ma. Del Socorro Muñoz Verdeja

Editora General
Claudia Ríos Ruiz

Diseño Editorial
Supernova Publicidad /
Héctor Ortíz

Fotografía
José Hernández

Mercadotecnia y Publicidad
Alejandra Jaramillo M.

Contacto
coco.muoz@hotmail.com
claudia.rios.ruiz@hotmail.com

EN PORTADA: Muñeca Artesanal Mexicana

Vámonos Ubicando-Revista
Vámonos Ubicando Programa De Radio

@vamonosubicandorevista





REFLEXIÓN

Renuncio a ser adulto

Por: Jorge Eduardo Cinto



- Quiero ir a McDonald's y pensar que es un restaurante de cinco estrellas.
- Quiero navegar barquitos de papel en un estanque y hacer ondas tirando piedras al agua.
- Quiero pensar que los dulces son mejores que el dinero, pues sí se pueden comer.
- Quiero tener a alguien que me arregle y me planche la ropa.
- Quiero regresar a mi casa y que me reciban con una comida caliente y casera.
- Quiero abrazar a mis papás todos los días y secar mis lágrimas en sus hombros.
- Quiero regresar al tiempo donde mi vida era simple. Cuando todo lo que sabía eran colores, tablas de sumar y cuentos de hadas. Cuando todo lo que sabía era ser feliz, porque no sabía que hay cosas que preocupan y molestan.
- Quiero pensar que el mundo es justo. Que todo el mundo es honesto y bueno. Que puedo confiar en los adultos.
- Quiero pensar que todo es posible, porque en algún momento de mi juventud maduré y aprendí demasiado. Aprendí de armas nucleares, guerras, prejuicios, hambre, desamor y de niños abusados. Aprendí sobre las mentiras, matrimonios infelices, del sufrimiento, enfermedad, dolor y la muerte.
- Quiero regresar al tiempo cuando pensaba que lo peor que me podía pasar en el día era que alguien me quitara mi pelota de jugar o me escogiera al último para ser su compañero de equipo.
- Quiero regresar al tiempo cuando no necesitaba lentes para leer o bastón para caminar.

Si volviera a ser niño caminaría de nuevo en la playa, pensando solo en la arena entre los dedos de mis pies y buscaría la concha más bonita que pudiera encontrar sin preocuparme por la erosión y la contaminación. Pasaría más tardes subiendo árboles, montando mi bicicleta, sin la preocupación de que me secuestren. No me preocuparía de las drogas, del alcohol ni del cáncer. No me preocuparía del tiempo, de las deudas por el consumismo de hoy o de donde iba a sacar el dinero para arreglar el carro. Solo pensaría en lo que iba a ser cuando fuera grande; sin la preocupación de lograrlo o no.

No quiero que mis días sean de computadoras que se traben, de celulares que te persiguen, del trabajo agobiante, de las noticias deprimentes, ni de cómo sobrevivir unos días más al mes cuando ya no queda dinero de la semana o de la quincena.

Definitivamente NO QUIERO SER ADULTO, deseo fuertemente volver a SER NIÑO.

FINANZAS

La importancia del hábito del ahorro en los niños

Por: CONDUSEF



Estudios científicos respaldan que un hábito se aprende y fortalece en los primero años de vida, ahí radica la importancia de enseñar e involucrar a los niños en la administración del dinero, esto les permitirá tomar mejores decisiones en cuanto a su patrimonio cuando sean adultos.

UN PASO A LA VEZ

Tomemos en cuenta que los niños están en contacto con las finanzas a través de diferentes escenarios, por ejemplo: la casa, la escuela y los medios de comunicación, por eso, es importante enseñarles que ahorrar, no solo está relacionado al dinero, sino que también existe el ahorro de recursos como lo son el agua, el gas y la electricidad y que haciendo un uso eficiente de ellos, se generará un ahorro económico

ENSÉÑALE CONCEPTOS BÁSICOS:

Ingreso: entrada de dinero que tiene una persona, familia o empresa.

Gasto: destino del dinero con el fin de obtener algún bien o servicio.

Ahorro: parte fija del ingreso que se guarda para lograr metas.

COMIENZA POR PONER EL EJEMPLO

Cuando quieras comprar algo, platícalo con tu hijo, cuéntale cual es el precio y el tiempo que te llevó reunir el dinero. Así no solo valorará el dinero, también todo lo que se compre con él.

ENSEÑALE A FIJAR OBJETIVOS

Ayúdale a establecer metas de ahorro a corto y mediano plazo y analicen el tiempo que le llevará alcanzar cada una.

Apóyalo y dale un estímulo, por ejemplo: por cada 50 pesos que ahorre, tú aportarás otros 50.

MUÉSTRALE COMO LLEVAR UN REGISTRO DE INGRESOS Y GASTOS.

Cada vez que guarde o saque dinero de su alcancía, pídele que registre en una libreta el movimiento realizado junto con la fecha. De esta manera sabrá con exactitud de cuánto dispone para poder cumplir sus propósitos.

ORIÉNTALO EN SUS DECISIONES

Respetar las decisiones de compra de tu hijo, le hará saber que es importante, al igual que el resto de los miembros de la familia. Sin embargo, explícale que antes de adquirir algo, debe considerar aspectos como: calidad, duración, si requiere mantenimiento, etc.

Como prevenir accidentes de nuestros niños en vacaciones

Por: Mariluz Ávila



El hogar parece ser ese lugar seguro en el que estamos protegidos de todo lo adverso que puede suceder fuera, un sitio tranquilo en el que tenemos el control de casi todo lo que pasa. Sin embargo la realidad es otra, pues la mayor parte de los accidentes suceden en casa y por eso es importante que sepamos cómo prevenirlos y por ello presentamos una lista de los más frecuentes, así como una serie de sencillas recomendaciones que podemos implementar para prevenir.

ASFIXIA

- Mantener alejadas bolsas de plástico de los pequeños.
- Prestar más atención cuando los niños jueguen con piezas pequeñas de algunos juguetes, porque se las pueden meter a la boca.
- No permitir el uso de la tina de baño o alberca sin supervisión.

CAÍDAS

- Poner en su lugar los objetos regados por el suelo.
- Aplicar solo la cantidad necesaria de productos de limpieza, para que no dejen el piso tan resbaloso.
- Evitar el uso de tapetes, ya que pueden ocasionar tropiezos.

QUEMADURAS

- Los cerillos y encendedores deben estar fuera del alcance de los niños.
- Evitar el uso de fuegos artificiales y cuetes que, además de peligrosos, afectan al medio ambiente.
- Enseñar a los pequeños como nivelar el agua que sale de las llaves de la regadera.

INTOXICACIONES

- Guardar los medicamentos en un lugar de fácil acceso para los adultos, pero que sea difícil de alcanzar para los pequeños.
- Etiquetar lo que contiene cada recipiente (si los niños no saben leer, pueden dibujar una calavera para enseñarles que son peligrosos).
- Checar que las llaves del gas estén cerradas y que no existan fugas.

ELECTROCUTACIONES

- Usar cubre-enchufes y enseñar a los niños, que no deben de introducir nada en los contactos eléctricos.
- Mantener desconectados los aparatos eléctricos que no estén usando,
- Revisar que las instalaciones eléctricas no tengan falsos contactos o cables sueltos.

En caso de emergencias, hay que marcar al 911.

CON LA MERA MERA BENEFICIAMOS A MILES DE FAMILIAS COAHUILENSES



Con el propósito de apoyar a la economía de las y los coahuilenses, se dieron a conocer las fechas del registro para obtener la tarjeta ***"La Mera, Mera"***, la cual ofrece descuentos en diversos servicios y comercios por parte del gobierno del estado de Coahuila. Los periodos de registro serán los siguientes: de mayo a junio, de agosto a septiembre y de noviembre a diciembre.

El registro se estará llevando a cabo en la oficina del programa **MEJORA**, la cual se encuentra ubicada en Periférico Raúl López Sánchez y Bulevar Río Nazas, en la colonia El Roble. Se debe acudir con una identificación oficial (original y copia) y un comprobante de domicilio actualizado.

Los beneficios al adquirir esta tarjeta son los siguientes:

1. REGISTRO CIVIL (50 %)
- Actas de Nacimiento.
- Rectificación de Actas del Registro Civil.
- Certificación de Inexistencia.

2. SECRETARÍA DE SEGURIDAD PÚBLICA (50 %)
- Carta de No Antecedentes Penales.

3. SECRETARÍA DE FINANZAS (25 %)
- Licencia de Conducir.
- Derechos de Control Vehicular.

4. DIF (50 %)
- Capillas, traslado, embalsamado, velación y caja.

COAHUILA PA' DELANTE

A PASOS DE GIGANTE

CAMILO

NUESTRO LUGAR FELIZ TOUR



ZONA FAN	$3,420
VIP	$2,960
PLATINO	$2,500
ORO	$2,050
PREFERENTE	$1,020
GENERAL	$800

*PRECIOS INCLUYEN CARGO POR SERVICIO.
SUJETOS A DISPONIBILIDAD.

COLISEO
·CENTENARIO·

30 MAYO

WESTWOOD ENTERTAINMENT · SONY MUSIC · FPM · ACSHOWS · SHOWCASE · EVENTOS ANTILLANOS · Boletea TICKETS · www.boletea.com

LERDO, DGO.

PROTECCIÓN CIVIL

Turismo responsable

AL VISITAR LOS PARAJES DEL RÍO NAZAS Y SU CAUCE



Evita meterte a nadar al río, pones en riesgo tu vida.



Si enciendes una fogata, al retirarte, apágala completamente.



Usa ropa adecuada y mantente hidratado para evitar un golpe de calor.



No quemes basura.



Evita dejar botellas o vidrios, estos pueden generar fuego por efecto lupa.



Respeta la flora y la fauna.

911 EMERGENCIAS

¡SI DETECTAS ALGÚN INCENDIO, REPÓRTALO!

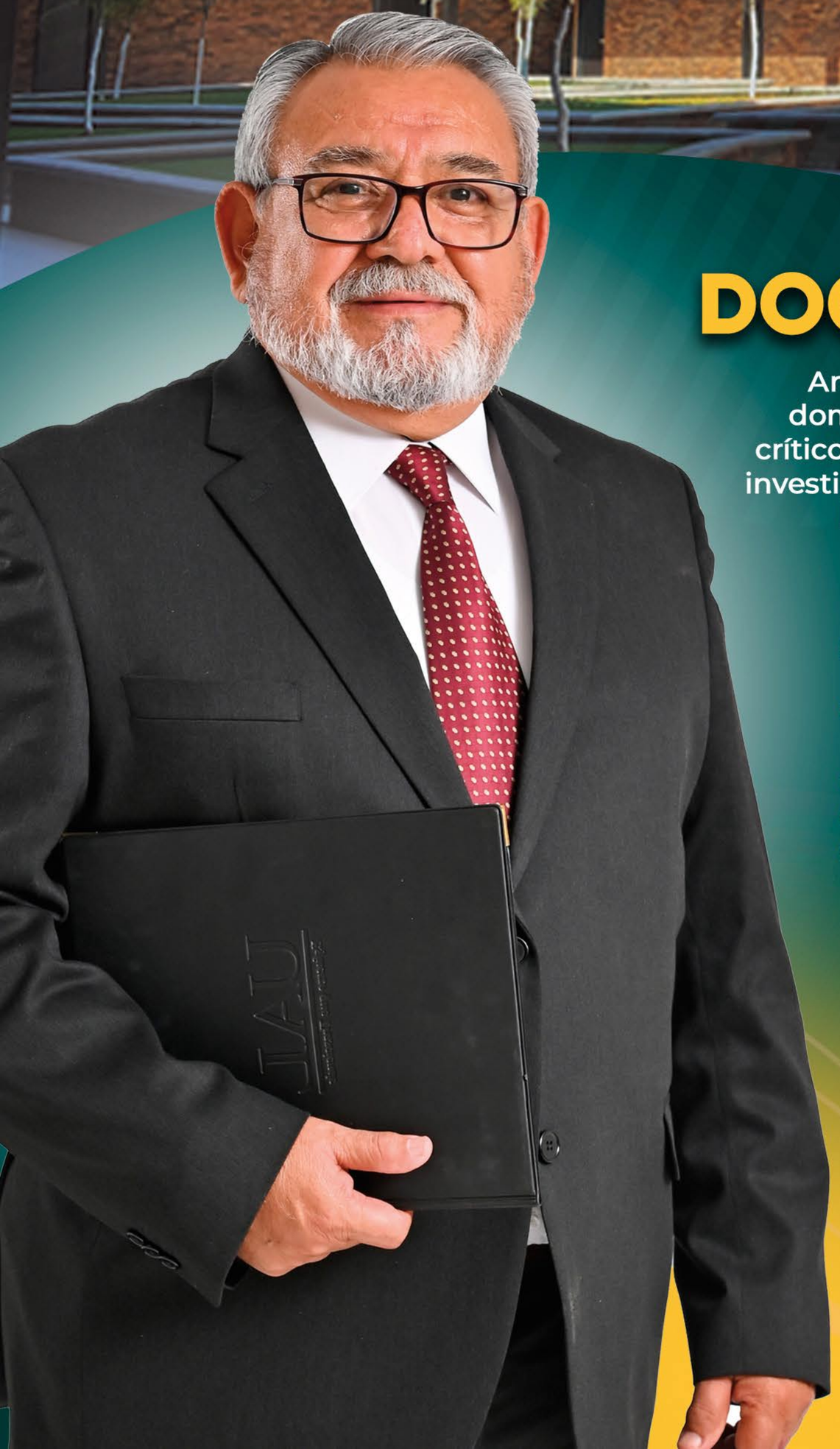
GOBIERNO MUNICIPAL DE LERDO

UAL

Esfuerzo que Trasciende

ELIGE TRASCENDER

POSGRADO ADMISIÓN 2025



DOCTORADO EN DERECHO

Amplía tus conocimientos jurídicos y obtén un alto nivel de dominio en el manejo del derecho. Potencia tu razonamiento crítico para resolver problemáticas del ámbito jurídico, generando investigaciones que promuevan el desarrollo del derecho y fomente la difusión de teorías innovadoras y pertinentes para el sistema jurídico nacional y convencional.

- Clases 100% en línea con retroalimentación presencial al final del curso
- Cuerpo docente conformador por Maestros del Instituto de Investigaciones Jurídica y de la UNAM
- Maestros con perfil y grado doctoral
- Costos accesibles
- Beca especial durante todo el programa de estudios

INICIO DE SEMESTRE AGOSTO 2025

(871) 387 77 98
(871) 729 01 56
promocion@ual.mx
universidad_ual
UAL.Oficial

ARRANCA PROGRAMA “SIMAS MÁS CERCA DE TI”



El Sistema Municipal de Aguas y Saneamiento (SIMAS) Torreón dio inició a el programa **"SIMAS Más Cerca De Ti"** en la colonia Nueva California.

El objetivo de "SIMAS Más Cerca De Ti" es acercar los servicios del Organismo Operador a usuarios que por diferentes razones se les dificulta acudir a la oficina matriz y las sucursales.

A través de un módulo móvil que se instalará en las diferentes colonias de Torreón, los usuarios del servicio podrán realizar pagos, ajustes y convenios, contratos, reportes de fuga de agua y drenaje, entre otros trámites.

De igual forma, se cuenta con cuadrillas de personal operativo para atender de manera inmediata los reportes recibidos en el módulo relacionados con fugas de agua, brotes de agua negra, entre otros.

El módulo de atención integral funcionará en horario de 9 de la mañana a 1 de la tarde en la colonia donde se instalará.

Además, la paramunicipal pone a disposición de la ciudadanía la línea de WhatsApp 87 1521 06 22, el teléfono del Call Center 87 1690 95 95 y la página de Facebook SIMAS TORREÓN para recibir reportes.



TORREÓN
¡SIEMPRE PUEDE
más
ADMINISTRACIÓN MUNICIPAL
25/27

RECETA *LALA*

Paletas de fresas con crema

lala.com.mx



Ingredientes:

- 1 caja de crema líquida ***LALA***.
- ½ taza de leche condensada.
- 1 cucharada de leche en polvo.
- 10 fresas lavadas y cortadas en trozos pequeños.
- Vasos de plástico desechables.
- Palos de paleta.



MDH:

1. Bate la crema líquida ***LALA***, hasta que adquiera una consistencia espesa.
2. Con la ayuda de un batidor de globo, integra a la crema batida, la media taza de leche condensada y la cucharada de leche en polvo.
3. Vierte los trozos de fresas a la preparación y mezcla.
4. Distribuye la preparación en los vasos de plástico y refrigera por 2 horas.

¡Buen provecho!



PEÑOLES

En Peñoles, solo utilizamos agua tratada para nuestros procesos de producción.

Los pozos de agua potable fueron donados al Municipio y firmamos un convenio para tomar agua negra del drenaje de Torreón para tratarla en nuestras propias instalaciones.



www.**penoles**.com.mx

YouTube Industrias Peñoles