ENERO 2026

VÁMONOS UBICANDO

2026

FELIZ AÑO NUEVO



Reflexión:
Un buen hijo no se queda...

El significado
de la Rosca de Reyes

Editorial: Bienvenido 2026

Vámonos Ubicando

01 **Editorial:** Bienvenido 2026.

02 **Reflexión:** Un buen hijo no se queda...

03 El tren de la vida.

04 Gobierno de Coahuila.

05 El significado de la Rosca de Reyes.

06 Gobierno Municipal Lerdo.

07 Los 12 propósitos más comunes para Año Nuevo .

08 Coliseo Centenario.

09 Ayuntamiento de Torreón.

10 **Receta LALA:** Chocolate caliente / Fundación LALA.

11 Industrias Peñoles.

Bienvenido 2026

Estamos iniciando un nuevo año en nuestras vidas, ojalá sepamos aprovecharlo al máximo y dejemos de postergar los sueños que tenemos guardados desde hace tiempo.

Este 2026 será un año de muchos cambios en la vida económica, política y social de nuestra comunidad, esperamos que todos ellos traigan cosas buenas a la Comarca Lagunera.

Merecemos como laguneros, vivir en un ambiente de seguridad para nuestras familias, tener un trabajo que nos permita llevar el sustento a nuestras casas y disfrutar todas las áreas comunes en lugares dignos para nosotros y para quienes nos visitan.

Les deseamos que este año que está iniciando, deje muchas bendiciones en sus hogares y que sea para cada uno de ustedes el mejor año de sus vidas.

Con Cariño
Coco Muñoz

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: Representación del "Nacimiento del Niño Jesús"

Vámonos Ubicando-Revista
Vámonos Ubicando Programa De Radio

@vamonosubicandorevista

REFLEXIÓN

Un buen hijo no se queda... un buen hijo se va.



Un buen hijo no se queda...
un buen hijo se va.

Esta frase incomoda, porque nos enseñaron que amar es permanecer, sostener, no alejarse, no “fallar”.

Pero muchas veces eso no es amor, es miedo, es culpa, es una lealtad silenciosa que ata.
Un hijo está verdaderamente en paz con sus padres cuando puede irse con el corazón liviano.

Cuando puede hacer su vida sin sentir que abandona, que traiciona, que deja una deuda pendiente.

La paz no se mide por la cercanía física, se siente en la libertad interna.

Cuando un hijo toma la vida tal como vino — con lo que hubo y con lo que faltó — sin reclamo, sin exigencia, sin querer reescribir la historia, algo se ordena profundamente dentro.
Ya no necesita quedarse para compensar.
Ya no carga destinos ajenos.
Ya no ocupa lugares que no le corresponden.

Entonces aparece el movimiento natural: salir al mundo, ir hacia su propio destino.

Muchos hijos no se van porque están ligados por lealtades invisibles.
Una madre que sufrió.
Un padre que no pudo.
Una historia que quedó inconclusa.
Y sin darse cuenta, el hijo se queda para sostener.
Para acompañar.
Para no “dejar solos”.
Pero un hijo no vino a salvar a sus padres.
Vino a recibir la vida... y a vivirla.

Cuando los padres aman desde un lugar profundo, no retienen.
Dan la vida y confían.
Saben que el mayor acto de amor no es que el hijo se quede, sino que pueda caminar libre, sin cargas, sin culpas, sin deudas emocionales.
Y cuando ese orden se respeta, ocurre algo silencioso y poderoso: el hijo se va... y el vínculo se vuelve más limpio, más verdadero, más amoroso.
Porque un buen hijo no es el que se sacrifica. No es el que posterga su vida. No es el que vive a medias.

Un buen hijo honra la vida recibida viviéndola plenamente.
Frase sanadora: “Queridos mamá y papá: la vida que vino de ustedes es suficiente.
La tomo completa, con respeto y ahora sigo mi camino, llevándolos en el corazón, en paz.”

Este movimiento interior no siempre es fácil. A veces requiere mirar lealtades profundas, culpas antiguas y vínculos que necesitan ordenarse.

Es necesario realizar un trabajo profundo, para que cada hijo pueda tomar su lugar y cada padre pueda soltar desde el amor.

El tren de la vida.



La vida es como un viaje en un tren, con sus estaciones, sus cambios de vías, sus accidentes.

Al nacer nos subimos al tren y nos encontramos con nuestros padres, y creemos que siempre viajarán a nuestro lado, pero en alguna estación ellos se bajarán dejándonos solos. De la misma forma se subirán otras personas, serán significativas: nuestros hermanos, amigos, hijos y hasta el amor de nuestra vida. Muchos bajarán y dejarán un vacío permanente. Otros pasan tan desapercibidos que ni nos damos cuenta que desocuparon sus asientos.

Este viaje estará lleno de alegrías, tristezas, fantasías, esperas y despedidas. El éxito consiste en tener una buena relación con todos los pasajeros, en dar lo mejor de nosotros. El gran misterio para todos, es que no sabemos en qué estación nos bajaremos, por eso, debemos vivir de la mejor manera, amar, perdonar, ofrecer lo mejor de nosotros... Así, cuando llegue el momento de desembarcar y quede nuestro asiento vacío, dejaremos bonitos recuerdos a los que continúan viajando en el tren de la vida.

Gobierno de Coahuila



Ante cualquier síntomas, acude a atención médica. No te automediques

COAHUILA PA' DELANTE · A PASOS DE GIGANTE · SS Secretaría de Salud · Promoción de la Salud · MEJORA COAHUILA · MEJORA TU SALUD

El significado de la rosca de reyes

Por: Mariluz Ávila



El origen de la Rosca de Reyes es una tradición que inició en países europeos como Francia y España, y que durante la época de la conquista esta costumbre llegó a México.

¿Por qué se celebra el Día de Reyes?
Cuenta la historia que los tres Reyes Magos: Melchor, Gaspar y Baltazar, viajaron desde el Oriente hasta Jerusalén, guiados por una estrella, para adorar al Rey de los Judíos recién nacido. Ellos le llevaron tres ofrendas: oro, incienso y mirra.
Los tres "Reyes del Oriente" encontraron al niño Dios y se postraron ante él.
A este hecho se le conoce como epifanía o manifestación, y está representado en lo que conocemos como Rosca de Reyes.

¿Cuál es el significado de la Rosca de Reyes?

- La forma ovalada de la rosca simboliza el amor de Dios, sin principio ni fin.

- Las frutas como el ate, simbolizan la gracia traída por Jesucristo. Otros señalan que son las joyas de los reyes que significan: amor, paz y felicidad.

- La figura del niño Jesús, que se coloca en el interior de la rosca, representa cuando José y María lo escondieron de Herodes.

- En México se tiene la tradición de que a quien le sale el niño Dios, automáticamente se convierte en madrina o padrino y debe llevarlo a bendecir a la iglesia y festejar el acontecimiento con tamales y atole el 2 de febrero, Día de la Candelaria.

por Lerdo todo

CIUDAD JARDIN

LERDO
GOBIERNO DE LA CIUDAD
2025-2028

¡Unidos somos grandes!

PAGA TU PREDIAL Y OBTÉN



15%

DE DESCUENTO

PREDIAL

DURANTE EL MES DE ENERO

50%

INAPAM
JUBILADOS
DISCAPACITADOS

Centros de pago

- **PRESIDENCIA MUNICIPAL**
  - Dirección de Ingresos
  - cajas
- **CENTRO OPERATIVO DE SEGURIDAD Y VIALIDAD**
- **CENTRO MULTIPAGO LAS CRUCES**
- **RECAUDACIÓN DE RENTAS DEL ESTADO** (Plaza Villa Vivero)
- **PRESIDENCIA DE LAS VILLAS**
- **PAGA EN LÍNEA** https:lerdodigital.mx

¡MANTENTE INFORMADO!

PRESIDENCIA MUNICIPAL LERDO
AV. FRANCISCO SARABIA 3 NTE.
COL. CENTRO C.P. 35150
LERDO DGO.
HORARIOS DE ATENCIÓN: 8:00 A 16:00 HRS.
TEL. 871.175.00.00

SÍGUENOS EN NUESTRAS
REDES SOCIALES
Gobierno Municipal Lerdo
goblerdo_

por Lerdo todo

¡Unidos somos grandes!

LERDO
GOBIERNO DE LA CIUDAD
2025-2028

Los 12 propósitos más comunes para año nuevo.



- **Salud:** Para ti y tus seres queridos.
- **Dinero / Prosperidad:** Encontrar o fortalecer relaciones.
- **Paz:** Armonía Personal y Familiar.
- **Felicidad:** Alegría en el día a día.
- **Éxito:** En proyectos, escuela o trabajo.
- **Viajar:** Conocer nuevos lugares.
- **Hacer ejercicio / Comer sano:** Mejorar hábitos físicos.
- **Aprender algo nuevo:** Desarrollar una habilidad o idioma.
- **Menos estrés:** Tranquilidad y reducción de preocupaciones.
- **Más tiempo en familia / amigos:** Conexiones significativas.
- **Un nuevo comienzo / Propósito:** Para mejorar o cumplir metas.

YURI



ICŌNICA

TOUR

21 FEB

COLISEO CENTENARIO

TORREŌN, COAHUILA

SHOW CASE · EVENTOS ARTÍSTICOS · COLISEO CENTENARIO · Boletea TICKETS · www.boletea.com

¡Obras, Seguridad, Crecimiento

Y mucho más

Todo es posible gracias al **pago puntual** de tu predial.

¡APROVECHA EN ENERO!

20% de descuento en el pago de tu predial.

Entra a **www.torreon.gob.mx** y paga en línea

Aplican restricciones.

TORREÓN ¡SIEMPRE PUEDE MÁS!

ADMINISTRACIÓN MUNICIPAL 25/27

RECETA

Chocolate caliente



Ingredientes:

- 1 litro de Leche ***LALA***.
- Tableta de 90 gramos de chocolate.
- Canela al gusto
- Azúcar al gusto
- Molinillo o una cuchara de madera

MDH:

- En una olla vertimos el litro de Leche ***LALA***.
- En cuanto la leche hierva, agregamos la tableta de chocolate y esperamos hasta que se disuelva por completo.
- Después agregamos la canela y el azúcar al gusto.
- Tomamos el molinillo o la cuchara de madera y revolvemos bien hasta que tengamos una mezcla homogénea.
- Seguimos batiendo hasta que espume la leche.
- Calentamos por cinco minutos más y servimos.

No dejes de acompañar tu chocolate caliente con una rebanada de Rosca de Reyes.

¡A disfrutar!



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