



corazón

DIF NAYARIT: COMPARTIENDO UN MISMO LATIDO

FOTOGRAFÍA ENTREGA DE PROGRAMAS ALIMENTARIOS EN JESÚS MARÍA

Cuarta edición • Agosto/2022

Noticias:

Grupo de Trabajo para la Construcción de Escenarios de Diálogo y Paz

Unidos los 3 poderes de gobierno para la protección y bienestar de las familias nayaritas

pág. 08

133 mil familias nayaritas BENEFICIADAS

Entregaremos 758 mil dotaciones alimentarias en beneficio de 133 mil familias nayaritas.

pág. 12

Celebramos con orgullo la Semana de la Lactancia Materna

"La lactancia materna, el vínculo más precioso que una madre ha podido establecer con sus hijos"

pág. 18



Nayarit
NUESTRO ORGULLO Y COMPROMISO

DIF
NAYARIT
SOMOS EL CORAZÓN DE TU GOBIERNO



**JUNTOS HACEMOS
QUE EL CORAZÓN
DE NAYARIT
LATA MÁS FUERTE**



Editorial

Revista Corazón: compartiendo un mismo latido. ¿Quieres colaborar en este espacio? Envíanos tus ideas y propuestas al correo corazondifnayarit@gmail.com

Con el objetivo de informar de manera práctica sobre las principales acciones que realiza el Sistema DIF Nayarit y de abordar temas enfocados y de interés para todo el personal que labora en la institución —que preside la doctora Beatriz Estrada Martínez—, te damos la bienvenida a la Revista Corazón: compartiendo un mismo latido. Es un espacio creado por y para las y los trabajadores de este noble organismo y el público en general.

En una época donde los medios de comunicación tradicionales han sido rebasados por las nuevas tecnologías, ahora podrás recibir a tu WhatsApp toda la información relevante del trabajo generado en el Sistema DIF Nayarit, que busca darte las herramientas y conocimientos necesarios para tu crecimiento como trabajador de la institución y para tu bienestar emocional y físico.

A través de este proyecto, te reiteramos que Tú formas al Corazón del Gobierno de Nayarit y que tu participación activa es fundamental para atender con calidad y calidez a todas las familias que acuden a solicitar un apoyo o servicio al Sistema DIF Nayarit.

Si tú y tu familia están bien, el Corazón de Tu Gobierno seguirá latiendo cada vez más fuerte en beneficio de quienes más lo necesitan.

• ÍNDICE •

6. Una mano amiga durante los procesos de duelo

El Programa Recuerdos de Alegria, imparte el curso-taller "Intervenciones Psicológicas en Alteraciones Emocionales".



8. Se crea el Grupo de Trabajo para la Construcción de Escenarios de Diálogo y Paz

Unidos los 3 poderes de gobierno para la protección y bienestar de las familias nayaritas.



10. Corazón de Tu Gobierno inició entrega de programas federales alimentarios en la sierra Del Nayar

93 mil familias nayaritas serán beneficiadas de manera permanente con la entrega de 558 mil dotaciones alimentarias.



12. Arranca el Programa para el Bienestar

Con 200 mil dotaciones alimentarias se beneficiará a 40 mil familias nayaritas en situación vulnerable.



14. Salud visual en todos los rincones nayaritas

Se entregaron más de 40 pares de lentes de lectura a las y los adultos mayores del club de la tercera edad "El Buen Gusto" en El Jicote.



16. Conoce a Elba Lorena Vargas Palacios, creadora del Programa a la Niñez de DIF estatal

"Es lo mejor que puedo hacer, salir dignamente, hay que enseñarnos a valorar nuestro trabajo, nuestra vida".



17. ¿Qué es el mobbing?

El mobbing o acoso laboral es el hostigamiento al que, de forma sistemática, se ve sometida una persona en el ámbito laboral.



18. Efemérides del mes de Agosto

"La lactancia es el cordón umbilical que nos mantiene unidos; es el amor y la sangre que corre por nuestro ser". **Allin Salguero**



20. Cumpleaños del mes de Agosto en DIF Nayarit

Feliz Cumpleaños a todos y todas desde el Corazón de Tu Gobierno.



En DIF Trabajamos Nayarit desde el corazón



"El fruto del silencio es la oración. El fruto de la oración es la fe. El fruto de la fe es el amor. El fruto del amor es el servicio." **Madre Teresa De Calcuta**



Una mano amiga durante los procesos de duelo

Con el objetivo de capacitar y actualizar al personal adscrito al área de salud mental de los 20 DIF municipales en el estado, el Sistema DIF Nayarit, presidió por la doctora Beatriz Estrada Martínez, a través del programa Recuerdos de Alegría, impartió el curso-taller "Intervenciones Psicológicas en Alteraciones Emocionales".

Más capacitaciones para todo Nayarit

La Presidenta del Sistema DIF Nayarit, doctora Beatriz Estrada Martínez, clausuró los cursos impartidos por el Corazón de Tu Gobierno, a través del programa Casa de la Mujer y en conjunto con el Instituto de Capacitación para el Trabajo del Estado de Nayarit (ICATEN) en los municipios de San Pedro Lagunillas e Ixtlán del Río.



Con tu cabello, fabricamos sonrisas

Nancy Pérez Cortés, de 33 años acudió a las instalaciones del Sistema DIF Nayarit a donar su cabello, e incluso, tuvo la oportunidad de entregar su coleta a la Presidenta, doctora Beatriz Estrada Martínez, "doné para ayudar y me dio mucho gusto saludarla y me gustó haberse la entregado a la doctora en persona".



Legalidad y cumplimiento a las reglas

La lucha contra la corrupción y las malas prácticas de los servidores públicos, así como la transparencia y rendición de cuentas claras, es un trabajo permanente que el Sistema DIF Nayarit, que preside la doctora Beatriz Estrada Martínez, realiza mediante el Órgano Interno de Control (OIC).



Miguel Ángel Navarro Quintero y Beatriz Estrada Martínez crean el Grupo de Trabajo para la Construcción de Escenarios de Diálogo y Paz



Entre los principales objetivos, se busca dar énfasis a la defensa e impulso para el desarrollo de las mujeres y de las familias, trabajando en acciones conjuntas entre la sociedad y las autoridades, que impliquen un análisis, evaluación y reconocimiento de la situación actual que se vive en los hogares nayaritas, haciendo más eficiente el funcionamiento de la estructura gubernamental, explicó el Gobernador del Estado, Miguel Ángel Navarro Quintero.

“He hecho el compromiso con Beatriz, con las presidentas de los poderes y con todas ustedes, no voy a dar un paso atrás; no vine a encontrar una derrota enfrente, sino a construir el éxito de las mujeres junto con ustedes, y a través del éxito, lograr la paz y hacer el diálogo de respeto, el de ubicar a la gente en un marco de justicia y de legalidad”.

Unidos los 3 poderes de gobierno para la protección y bienestar de las familias

Encabezado por el Gobernador del Estado, Miguel Ángel Navarro Quintero y su esposa, la Presidenta de los Sistemas DIF y Voluntariados en Nayarit, doctora Beatriz Estrada Martínez, se conformó el Grupo de Trabajo para la Construcción de Escenarios de Diálogo y Paz, el cual está integrado por más de 25 dependencias de los tres poderes de gobierno y tiene la finalidad de promover e implementar estrategias y acciones concretas que garanticen el bienestar de las familias nayaritas.



“La justicia se antepone a cualquier propósito material y económico, si no hay justicia, no hay felicidad, si no hay felicidad, no hay armonía, si no hay armonía, no hay democracia, si no hay democracia, no hay un propósito cumplido de felicidad. Nos quedan 5 años y 2 meses y medio por gobernar y habremos de enfrentarlo hasta el último segundo, buscando la justicia para las mujeres y para la familia”, enfatizó el mandatario nayarita.

Además, se plantearon las rutas de atención de los diversos tipos de violencia que se dan en la sociedad, direccionándose las investigaciones y sumando esfuerzos de manera conjunta, para llevar a cabo un reforzamiento y seguimiento de las acciones que cada dependencia realiza ante situaciones de violencia, integrando también a todos los municipios de la entidad y grupos de trabajo que capten la problemática social. En su intervención, la doctora Beatriz Estrada Martínez señaló:

“Estoy segura de que esta convocatoria hará que todos ustedes sigan participando porque es precisamente para solicitar su apoyo, su trabajo, esfuerzo, y poder obtener mejores frutos en esta lucha que estamos dando para contrarrestar esta violencia”.

“El señor Presidente lo ha repetido en varias ocasiones, que la paz es el resultado de la justicia, si es cierto, busquemos esa paz, demos la justicia a todas estas personas que son violentadas, busquemos las mejores opciones para poder erradicar la violencia, pero trabajemos todos juntos, si se les ha convocado es para eso, para que en equipo, para que unidos podamos ser más fuertes y podamos realizar mayor número de acciones para contrarrestar ese flagelo de la sociedad”.

Entre las autoridades que conforman este grupo interdisciplinario se encuentran la Magistrada Presidenta del Poder Judicial del Estado de Nayarit, Rocío Esther González García; la Presidenta del Congreso del Estado de Nayarit, Alba Cristal Espinoza Peña; el Fiscal General del Estado, Petronilo Díaz Ponce Medrano y demás dependencias que trabajan y atienden temas familiares, de género y de niñez como la Secretaría de Seguridad Pública, el Centro de Justicia para Mujeres, el Instituto de la Mujer Nayarita, la Comisión de Defensa de los Derechos Humanos para el Estado de Nayarit, entre otras.



Corazón de Tu Gobierno inició entrega de programas alimentarios en la sierra Del Nayar

93 mil familias nayaritas serán beneficiadas de manera permanente con la entrega de 558 mil dotaciones alimentarias

La Presidenta del Sistema DIF Nayarit, Corazón de Tu Gobierno, doctora Beatriz Estrada Martínez, dio el arranque oficial a la entrega de las dotaciones alimentarias de los programas federales de Desayunos Escolares, Asistencia Social Alimentaria en los Primeros 1000 Días de Vida y Asistencia Social Alimentaria a Personas de Atención Prioritaria, en la localidad de Jesús María, municipio Del Nayar, una de las zonas con mayor vulnerabilidad en la entidad.

En total, a través de la coordinación de Programas Alimentarios y Desarrollo Comunitario, y en conjunto con los DIF de cada municipio, el Corazón de Tu Gobierno beneficiará de manera permanente a 93 mil familias nayaritas de toda la entidad,



con seis entregas de dotaciones alimentarias; por cada entrega se darán 82 mil dotaciones, a través del programa Desayunos Escolares, 3 mil de Primeros 1000 Días de Vida y 8 mil más de Atención Prioritaria, contribuyendo al desarrollo integral de las personas que más lo necesitan, informó el titular de la asistencia social en el estado.

"Son programas como ya se habrán dado cuenta, Desayunos Escolares, Atención en los 1000 Días de Vida y Atención Prioritaria, y todos estos programas engloban la atención de todos los integrantes de la familia, niños, niñas, adolescentes, adultos, adultos mayores, personas con discapacidad, que tienen algún grado de vulnerabilidad y por lo tanto requieren la atención de estos programas alimentarios".

"De tal forma que todos estos productos habrán de llegar a ustedes y créanme el Gobierno del Estado de verdad está sumamente preocupado y ocupado porque todos tengan esta alimentación que requieren, para que la salud en su familia sea una salud adecuada, y que tengan ustedes el bienestar que requieren", destacó.

El Sistema DIF Nayarit realiza la entrega de las dotaciones alimentarias a cada uno de los DIF municipales, quienes tienen la responsabilidad de otorgarlas de manera transparente y honesta a las y los beneficiarios, quienes son asignados de acuerdo a la vulnerabilidad y necesidades específicas.

El programa Desayunos Escolares atiende a niñas, niños y adolescentes que asisten a planteles oficiales del sistema educativo del estado de Nayarit, sujetos a asistencia social, con la finalidad de que accedan a alimentos con calidad nutricional mediante la entrega de desayunos en sus modalidades fría y caliente.

La señora Filiberta García, de la localidad de Mesa del Nayar, agradeció al Corazón de Tu Gobierno por el apoyo recibido y por llegar hasta las personas que más lo necesitan y que viven en las zonas más lejanas de Nayarit:

"Para mí es mucha ayuda, principalmente para quienes están discapacitados, o que están estudiando todavía y de la tercera edad; decirle a la doctora que mil gracias porque se acuerda de nosotros, no nos ha olvidado, tan lejos que esta y hasta aquí vino a entregarnos los desayunos, gracias por todo", enfatizó la señora Filiberta.

El programa de Asistencia Alimentaria en los Primeros 1000 Días de Vida, va dirigido a las mujeres embarazadas y en periodo de lactancia con inseguridad alimentaria (leve, moderada o severa), prioritariamente que vivan en localidades de alta y muy alta marginación. Y el Programa Asistencia Social Alimentaria a Personas de Atención Prioritaria es dirigido a personas con discapacidad, adultos mayores, niñas, niños de 2 a 5 años 11 meses no escolarizados y a la población con carencia alimentaria o desnutrición.

Los apoyos alimentarios permiten mejores oportunidades de vida a las y los beneficiarios que los reciben, fortaleciendo sus cuerpos y mentes, lo que es un compromiso de la titular de la asistencia social en Nayarit, doctora Beatriz Estrada Martínez, quien continuará recorriendo cada municipio de la entidad con el objetivo de seguir entregando más apoyos.





Arranca Corazón de Tu Gobierno Programa de Alimentación para el Bienestar

Con 200 mil dotaciones alimentarias se beneficiará a 40 mil familias nayaritas en



Fue en las instalaciones del Auditorio Amado Nervo, en Tepic, donde la titular de la asistencia social en el estado puntualizó que este programa busca mejorar la calidad de vida de quienes viven en situación vulnerable, a través de una buena alimentación que permita el desarrollo óptimo de las familias; además, destacó el impulso que el gobernador Miguel Ángel Navarro Quintero ha dado a todos los programas alimentarios, que benefician a quienes más lo necesitan.

La Presidenta del Sistema DIF Nayarit, doctora Beatriz Estrada Martínez, encabezó el arranque oficial del Programa de Alimentación para el Bienestar (PAB), el cual beneficiará a 40 mil familias de escasos recursos, de los 20 municipios de la entidad, con 200 mil dotaciones alimentarias divididas en 5 entregas.

“Nosotros lo que queremos es que tengan una alimentación nutritiva, una alimentación suficiente en cantidad y calidad que les dé a ustedes los elementos necesarios para poder tener un crecimiento y un desarrollo normal, que les pueda dar el apoyo también en la economía familiar.

Qué mejor que estar bien alimentados y qué mejor que tengan ustedes en la mesa esa alimentación que va a ocasionar el bienestar que necesitan, eso es lo que persigue el gobierno del estado, eso es lo que persigue el DIF Estatal, que todos ustedes tengan un crecimiento y desarrollo normal, favorable para que puedan lograr el bienestar de su familia”, señaló Beatriz Estrada Martínez.

La señora Norma Alicia de la Cruz Carrillo, beneficiaria de la colonia Zitácuca, agradeció a nombre de todas las y los beneficiarios por el apoyo recibido:

“Agradecerle a la doctora Beatriz por su apoyo y mandarle saludos al gobernador por este gran apoyo; es la primera vez que a mí me toca recibir este apoyo y a nombre de las personas que están aquí, de mis compañeras, les damos las gracias, esperemos que sean muchas más familias que reciban este apoyo porque es vital para llevar la comida a la casa. A nombre de toda la familia y de mis compañeras pampariutzi y estamos aquí para apoyar”.

Las 40 mil familias que se beneficiarán con el programa PAB se suman a las 93 mil que reciben el apoyo de alguno de los tres programas alimentarios del gobierno federal, que son operados por el Corazón de Tu Gobierno, en conjunto con los DIF municipales; en total son 133 mil familias de la entidad las que reciben de manera permanente alimentos de calidad.



Humanismo, cariño y atención para las y los nayaritas

La señora María Guadalupe Monroy Rodríguez, vecina de la colonia Gobernadores, en Tepic, y paciente con un diagnóstico de úlcera venosa crónica, recibe de manera permanente en su domicilio la atención médica que requiere por parte del Corazón de Tu Gobierno, a través de la coordinación de Salud Familiar.



Salud visual en todos los rincones nayaritas

El Sistema DIF Nayarit, Corazón de Tu Gobierno, que encabeza la doctora Beatriz Estrada Martínez, entregó más de 40 pares de lentes de lectura a las y los adultos mayores del club de la tercera edad "El Buen Gusto" en El Jicote, y vecinos en general de dicha localidad del municipio de Tepic.



Nutrición para mujeres embarazadas

El Sistema DIF Nayarit, presidido por la doctora Beatriz Estrada Martínez, a través del programa federal Asistencia Social Alimentaria en los Primeros 1000 Días de Vida, arrancó con la primera entrega de dotaciones a mujeres embarazadas de Tepic; en total, se beneficiará a 3 mil mujeres que están en periodo de gestación o en lactancia de todo el estado.



Humanismo y compromiso con quienes más lo necesitan

La Presidenta del Sistema DIF Nayarit, doctora Beatriz Estrada Martínez, entregó a 32 familias damnificadas por la pasada inundación en la Colonia Ampliación 12 de Diciembre de esta ciudad, bases de cama, colchones, refrigeradores, parrillas de estufa y dotaciones de alimento.



“Es lo mejor que puedo hacer, salir dignamente, hay que enseñarnos a valorar nuestro trabajo, nuestra vida”.

Elba Lorena Vargas Palacios

Elba Lorena Vargas Palacios, de 64 años de edad, ingresó a DIF Nayarit en febrero del año 2000. Una de las actividades en las cuales sobresalió fue en la creación del Programa a la Niñez de DIF estatal, el cual, en conjunto con la Secretaría de Educación Pública, otorgaba clases extraescolares a alumnos de primaria con talleres de mecanografía e inglés, coordinando a un total de 220 maestros que ofrecían este servicio en todo el estado.

Al paso del tiempo, formó parte del Programa Casa de la Mujer, convirtiéndose en la primera maestra que impartió cursos dentro del Centro de Readaptación Social “Venustiano Carranza” de mecanografía e inglés, así como cursos de manualidades, bordado de tela, bordado de petatillo, velas aromáticas, yeso, flores, corte y confección, entre otros más.

“La experiencia que viví dentro de la penal fue muy enriquecedora, aunque era de mucho riesgo, el impacto que te llevas al ver el lugar y el tipo de personas que ves; ahí asistí a dar cursos aproximadamente siete años, me permitieron valorar mucho a las personas, no ver solo el exterior sino ver también el interior, que a pesar de que ellas están ahí, dárles el lugar que se merecen, no porque hayan cometido un delito, yo las traté como ellas se merecían, a mí me trataron muy bien, y de mi parte recibieron lo mismo”, dijo emocionada.

Comentó con orgullo que todos los artículos que se elaboraban fueron puestos a la venta, teniendo las y los internos muy buenas ganancias, ya que DIF Nayarit les daba todo el material, y ellas se capacitaban y vendían a muy buen precio sus productos.

“En estos cursos se incluyeron no solo mujeres, también los hombres se interesaron, precisamente en el curso de bordado en listón e incluso ahí aprendí gracias a que un interno me ayudó, aprendí a bordar el petatillo”, agregó la maestra Lorena.

Lorena continuó su trabajo en el área de Orientación Alimentaria y Supervisión de Programas, comentando que ese actividad le fascinó y dijo: “mi trabajo me encantaba porque tienes el trato con la gente, el ayudar a las personas en el momento en que estás dando la capacitación, me interesaba mucho que las madres de familia entendieran el beneficio que le harían a sus hijos principalmente al aplicar los consejos en nutrición. Incluso en ellas mismas, logré que algunas hicieran cambios en su alimentación y ver muy buenos resultados”.



▲ ELBA LORENA VARGAS PALACIOS

“Me voy con la frente muy en alto, y con todos mis compañeros me siento feliz, porque sé que dejé buenas amistades, me llevo buenas experiencias con todos, con muchos recuerdos”, dijo emocionada.

Agregó además: “Yo tomé la decisión de ya irme porque tengo problemas de salud, yo me dije ‘Lorena ya no podrás hacer todo lo que te gusta hacer’; yo no me visualizo estar sin hacer nada, porque hasta para eso hay que tener dignidad y tomar la mejor decisión, derecho, con la mente bien abierta es lo mejor que puedo hacer y porque es mi tiempo y lo quiero disfrutar”.

“Hay que enseñarnos a valorar nuestro trabajo, nuestra vida, a disfrutarlos un poquito nosotros mismas, porque siempre nos preocupamos por el marido, por los hijos toda la vida; sé lo que quiero hacer en este momento y eso haré, he aprendido a que primero soy yo, después soy yo y al último soy yo”.

Lorena solicitó su jubilación y se retirará con 21 años y 7 meses de servicio, disfrutará de sus tres hijos y dos nietos, y se visualiza gozando de esta nueva etapa, paseando por muchos lugares con sus familiares y sobre todo, aprendiendo a ser feliz con su nueva forma de vida.

“Para mí DIF fue un lugar muy hermoso, donde me gustó trabajar y me llevo un buen sabor de boca; aunque hubo temporadas mejores que otras, hoy me voy con la frente en alto y con la conciencia de que cumplí siempre con mi trabajo, eso es lo más hermoso que yo me llevo, las amistades, recordar la satisfacción de festejar a lo grande aquí en el auditorio de DIF por muchos años mi cumpleaños, convivir con todos mis compañeros, siempre me di ese gusto”, finalizó emocionada.



¿Qué es el mobbing?

Según la Real Academia Española, el mobbing o acoso laboral es el hostigamiento al que, de forma sistemática, se ve sometida una persona en el ámbito laboral, ya sea por sus jefes o por sus propios compañeros y en su caso puede provocar serios trastornos psicológicos a la víctima.

Esta problemática puede aparecer en cualquier momento y afecta por igual a hombres y mujeres. Surge principalmente con el objetivo de hacer que una persona renuncie a su trabajo, sea despedido o simplemente labore con miedo, frustrado o desanimado para que sus funciones o actividades no se realicen de manera óptima.

¿Cuáles son las características del mobbing?

Hay varias cuestiones que siempre están presentes durante el acoso laboral: bromas constantes y muchas veces pesadas a la persona afectada, gritos de compañeros o trabajadores, ridiculización, exclusión, humillación; amenazas verbales o escritas, discriminación e incluso acoso sexual.

Causas de mobbing o acoso laboral

Envidia: el buen desempeño laboral de un trabajador e incluso su relación con algunos mandos jerárquicos hace que algún jefe o compañero se sienta amenazado, que considere que será relevado en sus actividades o que el ascenso que él esperaba se le otorgará al otro trabajador.

Negarse a ser manipulado por tu jefe o compañeros: cuando el jefe o algunos compañeros invitan al trabajador a incluirse en un ambiente laboral hostil, pesado, con bromas o a hacer actividades en las cuales sencillamente no se quiere participar; se genera un conflicto emocional en aquellos que están acostumbrados a manipular a los demás, despierta su ira y represión, por lo que el manipulador comenzará a hacerle la vida difícil y los demás trabajadores se convierten en cómplices.

No participar en actividades ilegales: negarse a participar en acciones o actividades fuera de la ley, que se realizan de manera encubierta dentro de la empresa puede generar la molestia de quien lo invita pues representa para él una amenaza por saber del tema y no acceder a ser cómplice.

¿Cómo saber si sufro de mobbing o acoso laboral?

Algunas de las situaciones que enfrenta alguien que está siendo víctima de mobbing son las siguientes:

- Se le incrementa su carga laboral sin justificación alguna, le imponen tareas que exigen tener más experiencia y conocimientos a sus competencias, o por el contrario, no le asigna ningún trabajo, se le asignan quehaceres inútiles o inferiores a su capacidad o competencias profesionales.
- El jefe o el acosador impedirán que la víctima pueda comunicarse. Éste se verá continuamente interrumpido mientras habla y no podrá expresarse. Tampoco se le dará toda la información que debería tener y, por tanto, el acoso va encaminado a disminuir las oportunidades de la víctima para comunicarse adecuadamente con el resto del equipo o con un mando superior.
- Los jefes o compañeros pueden comprometer la salud de la víctima obligándolo a realizar trabajos peligrosos o nocivos para su salud. Si la situación empeora, pueden amenazarle físicamente y todo esto puede derivar en que el trabajador tenga depresión o ansiedad.

• Hoy en día son muchas las personas que pasan más tiempo en las oficinas trabajando, que en casa, con familia o seres queridos, por lo cual el ambiente que se vive en tu espacio laboral juega un papel fundamental en tu estabilidad emocional y calidad de vida; la relación con tus compañeros, jefes o subordinados es clave para tu desarrollo profesional y personal.

Como en todas las relaciones humanas es normal que en tu trabajo, en algunas ocasiones tengas ciertas diferencias o “malos” entendidos con las demás personas, que se deben solucionar, a través de comunicación asertiva y el control de tus emociones, pero si existe hostigamiento o intimidación constante, agresiones psicológicas o físicas se trata entonces de acoso laboral, mejor conocido como mobbing.

¡No permitas el acoso laboral!

Si detectas que sufres de mobbing o acoso laboral debes denunciarlo de manera inmediata. Acude al área de Recursos Humanos de tu empresa y comenta el problema; recuerda tener argumentos sólidos, evidencias y si es posible testigos del maltrato que sufrías. Nadie tiene porque tolerar un ambiente laboral hostil y la prioridad siempre debe ser tu salud y bienestar físico y emocional.



AGOSTO

Sus días festivos y conmemorativos



Días festivos

1 al 7 Agosto: Semana Mundial de la Lactancia Materna.

9 Agosto: Día Internacional de los Pueblos Indígenas.

12 Agosto: Día internacional de la Juventud.

17 Agosto: Día del Veterinario.

19 Agosto: Día Mundial de la Asistencia Humanitaria.

22 Agosto: Día del Bombero.

28 Agosto: Día del Abuelo.

Lactancia Materna

"La lactancia es el cordón umbilical que nos mantiene unidos; es el amor y la sangre que corre por nuestro ser."

Ailin Salguero

Día Internacional de la JUVENTUD

"Los cuarenta son la edad madura de la juventud; los cincuenta la juventud de la edad madura"

Victor Hugo

HÉROES entre las Llamas

"Los bomberos jamás mueren, simplemente arden para siempre en los corazones de las personas cuyas vidas salvaron."

Susan Diane Murphree

¡FELIZ día del VETERINARIO y de la VETERINARIA!

"Ser veterinario no es solo cuidar a los animales, es ante todo respetar la vida de todos los que habitamos en este mundo y dignificar su existencia."

Anónimo

Solidaridad Humatiraia

"Hemos venido a este mundo como hermanos; camineros, pues, dándonos la mano y uno delante de otro."

William Shakespeare

Día Internacional de los Pueblos INDÍGENAS



Poema Pueblos Indígenas

Ireta | Pueblo [Purépecha, español]

Iréta sapiraticha,
lapurhu jarasti
Ainkiruka k'umankichuecha no
ojtsiaka
xan'harucha mindakuarhisindi
jukaskari jakankurhikua
Uandakua ma etsakurisindi
K'u'ripu jimini anapu
Ambakisti echeriri unasti
Juchiti iréta
Xándisti juchiti iréta
Patsasindi uekatsemakua
tsitsikicharu
tsakapuecharhu
Jimini anapu k'u'ripu
p'urhéjukua jinkino
uarhipenhasindi
Echerihu anapueskajchi
no k'u'ripitaru
enmanka jatsiaka para echerihu
kunkuarhenitan.



Pueblos hay en todas partes
De esos pueblos que sus casas, ni
tejado tienen
Sus calles llevan nombres, también
sus ríos
Una gramática de fiestas y
entierros.
Así es mi pueblo, es uno de ellos
Tiene un aire igual
Conserva ilustres pasados
Esa permanente población de flores
Los hombres de mi pueblo
Son hechos de barro fino
Esos hombres que resisten en el
polvo
No en la carne que torna a la tierra.

Rubí Celia Huerta Norberto

El Mérito de la Gratitud:

Durante este mes, en el Corazón de Tu Gobierno, a través del Comité de Ética promovemos el valor de la gratitud.

La Gratitud nos permite vivir la vida de manera plena. Una emoción positiva lleva a otra emoción positiva y cuando estamos agradecidos, también nos sentimos felices, tranquilos, alegres y amables, por lo tanto, la gratitud puede contribuir a acciones positivas. Como trabajadoras y trabajadores de la asistencia social, es importante ser empáticos con quienes diariamente acuden a esta institución en busca de un apoyo; la gratitud que se refleja en sus rostros al ver resuelto su problema, nos da la satisfacción de que estamos haciendo las cosas bien.



Cumpleaños de agosto

Coordinación Nombre Fecha

Unidad de Atención Ciudadana

Ana Rosa Illan Valencia	1 agosto
Leonor Polanco Rodríguez	10 agosto
Salvador Torres Magaña	2 agosto

Coordinación Nombre Fecha

Estela Osuna Robles	3 agosto
Trinidad García Paz	7 agosto
José Alfredo González Fregoso	10 agosto
Roberto Durón Ulloa	13 agosto
Selene Sartiaguin Montes	16 agosto
Jessica Aimee Domínguez	16 agosto
Sergio Caravantes Palomares	21 agosto

Coordinación Nombre Fecha

Centro de Rehabilitación y Educación Especial (CREE)

Araceli Sánchez Urenda	5 agosto
Víctor Manuel Del Real García	6 agosto
José Armando Montaña Patrón	9 agosto
Rosa Nidia García Covarrubias	12 agosto
Dalia Pastora Plata Ureña	16 agosto
Adriana Cortes Ramírez	18 agosto
María Esmeralda Muñoz Estrada	23 agosto

Coordinación Nombre Fecha

Recursos Financieros

Ana Julieta Castellón Flores	6 agosto
------------------------------	----------

Coordinación Nombre Fecha

Román Urzua García	8 agosto
Dinno Tomojin González Barcenas	13 agosto

Eventos Especiales

Coordinación Nombre Fecha

Centro de Capacitación

María Enequina Díaz Martínez	11 agosto
------------------------------	-----------

Coordinación Nombre Fecha

Comunicación Social

Carmen Georgina Martínez Rivera	13 agosto
---------------------------------	-----------

Coordinación Nombre Fecha

Fomento a las Artesanías

Irma Ramona López Valenzuela	16 agosto
Agustina De la Cruz Rivera	21 agosto

Coordinación Nombre Fecha

Coordinación Orientación Alimentaria y Supervisión a Programas

Noé Bernardo Cárdenas Barboza	16 agosto
-------------------------------	-----------

Coordinación Nombre Fecha

Procuraduría de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes

Luis Eduardo Anguiano Lamas	17 agosto
Fernando Miramontes Guzmán	20 agosto
Francia Anahí García Velázquez	23 agosto
María Del Socorro Ponce Serrano	25 agosto
Isidro González Maldonado	29 agosto

Coordinación Nombre Fecha

Coordinación de Aquí nos Vemos

Marcos Andrés Gutiérrez Espinosa	18 agosto
----------------------------------	-----------

Coordinación Nombre Fecha

Parque La Loma

Nicolás Llanos Alfaro	19 agosto
-----------------------	-----------

Coordinación Nombre Fecha

Francisco López Lerma	19 agosto
Miguel Ángel Tello Flores	24 agosto

Transportes

Coordinación Nombre Fecha

Coordinación de Programas Alimentarios y Desarrollo Comunitario

Sergio Valdez Gutiérrez	20 agosto
Luis Miguel López Hernández	22 agosto

Coordinación Nombre Fecha

Recursos Materiales

Yarida Montoya Sandoval	21 agosto
-------------------------	-----------

Coordinación Nombre Fecha

Inventario

José Luis Henríquez Torres	25 agosto
----------------------------	-----------

Coordinación Nombre Fecha

Guías

Coordinación Nombre Fecha



**Juntos hacemos
que el corazón
de Nayarit lata
más fuerte**



Nayarit
NUESTRO ORGULLO Y COMPROMISO



DIF
NAYARIT
SOMOS EL CORAZÓN DE TU GOBIERNO

Bld. Luis Donaldo Colosio #93,
Colonia Ciudad Industrial,
C.P. 63173 Tepic, Nayarit.
| 311 129 51 00 |