



corazón

DIF NAYARIT: COMPARTIENDO UN MISMO LATIDO

FOTOGRAFÍA ENTREGA DE APOYOS A DAMNIFICADOS DEL HURACÁN ROSLYN, EN SANTIAGO IXCUINTLA.

Séptima edición • Noviembre/2022

Reportaje:

Ofrece DIF Nayarit alegría y esparcimiento a adultos mayores

El Sistema DIF Nayarit, a través del programa Casa del Abuelo, llevó a cabo una kermés con todas las personas adultas mayores.

pág. 6

Noticia:

Acciones de prevención contra el cáncer de mama

"Día Mundial de la Lucha contra el Cáncer de Mama", desarrolladas en las instalaciones del Corazón de Tu Gobierno.

pág. 10

Diferencia entre Duelo & Depresión

"Una vez que vives tu duelo o salimos de la depresión, se debe de tener paciencia y ser compasivos con nosotros mismos".

pág. 17



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. Ofrece DIF Nayarit alegría y esparcimiento a adultos mayores

Esparcimiento y sana convivencia. El Sistema DIF Nayarit, que preside la doctora Beatriz Estrada Martínez, a través del programa Casa del Abuelo, llevó a cabo una kermés con todas las personas adultas mayores que forman parte del programa.



8. El Corazón de Tu Gobierno ofrece la oportunidad de poder escuchar a niñas y niños del estado

El Sistema DIF Nayarit, a través de la coordinación de Salud Familiar, llevó a cabo la entrega de 30 aparatos auditivos para beneficio de 16 niñas y niños.



10. Trabaja Corazón de Tu Gobierno en acciones de prevención contra el cáncer de mama

La presidenta del Sistema DIF Nayarit, doctora Beatriz Estrada Martínez y su esposo, el gobernador del estado, Miguel Ángel Navarro Quintero, encabezaron las actividades conmemorativas del "Día Mundial de la Lucha contra el Cáncer de Mama", desarrolladas en las instalaciones del Corazón de Tu Gobierno.



12. Entrega Corazón de Tu Gobierno apoyos y alimentación de calidad en zonas damnificadas por el huracán Roslyn.

Fueron más de 8 mil dotaciones alimentarias las entregadas en zonas afectadas por el huracán en los municipios de Rosamorada, Tuxpan, Santiago y Tecuala y 4 mil 800, a través del PAB a mil 600 familias de Huajicori y Rosamorada, que viven en situación vulnerable.



15. Conoce a María Rufina González Sánchez

"En DIF aprendí que primero es la familia, la parte humana de la sociedad".



17. DEPRESIÓN & DUELO

A veces el Duelo puede confundirse con la Depresión, por esto es importante conocer las diferencias que hay entre los dos, y de esta manera, se puedan acompañar los duelos y tratar las depresiones.



18. Efemérides del mes de NOVIEMBRE

Día de Muertos.
"Bajo estrellas y misterio, cantamos para no llorar. Estos son días para celebrar y recordar".



20. Cumpleaños del mes de NOVIEMBRE en DIF Nayarit

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



En DIF Trabajamos Nayarit desde el corazón



"El amor absoluto no se fundamenta en el apego, sino en el altruismo, que es la respuesta más eficaz contra el sufrimiento". Dalai Lama

Ofrece DIF Nayarit alegría y esparcimiento a adultos mayores

Esparcimiento y sana convivencia. El Sistema DIF Nayarit, que preside la doctora Beatriz Estrada Martínez, a través del programa Casa del Abuelo, llevó a cabo una kermés con todas las personas adultas mayores que forman parte del programa. Disfrutaron de actividades como juegos de mesa y de destreza como boliche y aros; música, tiendita simbólica con antojitos, entre otras amenidades.



Invita Corazón de Tu Gobierno a participar en campaña de donación de cabello

Solidaridad y apoyo: Las y los interesados a contribuir en la campaña, pueden acudir el último viernes de cada mes de 11:00 a 17:00 horas al módulo instalado en la plaza Benito Juárez donde les cortarán el cabello, o depositar sus coletas en el buzón permanente instalado en el anillo central de Casa de Gobierno, en la tienda Liverpool en Plaza Fórum y en las instalaciones del Corazón de Tu Gobierno.



Visita DIF Nayarit el club "Amigos Felices" en Compostela

Sonrisas y mucha alegría. La doctora Beatriz Estrada Martínez convivió con los adultos mayores y realizó con ellos, actividades de su quehacer diario, además de ejercicios de activación física; también se les entregaron paquetes con material didáctico y de manualidades.





El Corazón de Tu Gobierno ofrece la oportunidad de poder escuchar a niñas y niños del estado



El Sistema DIF Nayarit, presidido por la doctora Beatriz Estrada Martínez, a través de la coordinación de Salud Familiar, llevó a cabo la entrega de 30 aparatos auditivos para beneficio de 16 niñas y niños de familias de escasos recursos de los municipios de Santiago Ixcuintla, Tepic, Compostela, Bahía de Banderas, Xalisco, Amatlán de Cañas y Tuxpan.

Durante su mensaje, la titular de la asistencia social en el estado, recalcó la importancia de fomentar la inclusión y la atención oportuna de las personas con discapacidad auditiva, dándoles las herramientas necesarias para mejorar su calidad de vida, fortaleciendo su desarrollo de manera integral.

“Busquemos todo lo necesario para que ellos puedan tener una vida plena y feliz, una vida en donde encuentren ese bienestar, esa salud auditiva que les va a dar las herramientas necesarias para poder crecer, desarrollarse y desempeñarse dentro de una sociedad con todas las oportunidades que tienen los demás; así quiero verlos a todos, niños completos, niños llenos de amor, y decirles que el gobernador del estado les envía también un saludo, él está muy pendiente de la salud de los nayaritas y la salud auditiva es parte de esta salud integral que queremos todos nosotros”, señaló Beatriz Estrada Martínez.

Las y los beneficiados fueron diagnosticados previas valoraciones auditivas realizadas por profesionales de la salud, para adaptarles el auxiliar necesario requerido por su condición médica. La señora Luz Adriana Duarte madre de uno de los niños beneficiados, agradeció al Corazón de Tu Gobierno por otorgarle a su hijo la oportunidad de escuchar e integrarse activamente en su entorno.

“Somos afortunados y somos bendecidos, es un apoyo que nos viene a completar las herramientas que necesitamos nuestro hijo para poder adaptarse a las ocasiones. Es algo que complementa y de alguna manera beneficia en el sentido económico y familiar, el saber que son totalmente gratuitos, es un privilegio. Agradecer que tengan presente esos sectores tan vulnerables, porque hay muchos, pero este creo que es importante que no lo dejen de lado para poderlos beneficiar”, comentó.

El Corazón de Tu Gobierno continuará trabajando por otorgar mejores condiciones de vida a todas las y los nayaritas que más lo necesitan, acercando servicios de salud de calidad, atención y jornadas médicas de primer nivel, entrega de apoyos y auxiliares ortopédicos, auditivos, visuales, entre otros.



Trabaja Corazón de Tu Gobierno en acciones de prevención contra el cáncer de mama

La presidenta del Sistema DIF Nayarit, doctora Beatriz Estrada Martínez y su esposo, el gobernador del estado, Miguel Ángel Navarro Quintero, encabezaron las actividades conmemorativas del "Día Mundial de la Lucha contra el Cáncer de Mama", desarrolladas en las instalaciones del Corazón de Tu Gobierno, con el objetivo de concientizar a mujeres y hombres sobre la importancia de explorar sus mamas e identificar cualquier cambio que pudiera presentarse en ellas y así, detectar a tiempo un probable cáncer que pudiera ser curable y salvar sus vidas.

Durante la conferencia magna "Sensibilización sobre el Cáncer de Mama", impartida por la directora del Centro Estatal de Cancerología, Amelia Rodríguez Trejo —a mujeres sobrevivientes de cáncer y a trabajadoras del DIF estatal—, la titular de la asistencia social en Nayarit reafirmó la importancia de la autoexploración y de un diagnóstico precoz para hacer frente a su desarrollo.

"Este mes y este día en especial, se trata precisamente de concientizar a todas las mujeres y a toda la población en general de la importancia que tiene la prevención, la detección oportuna de este problema, cualquier anomalía que podamos detectar, es muy importante que sea a tiempo, ¿por qué?, porque ese diagnóstico oportuno nos va a mejorar enormemente el pronóstico de la enfermedad y la supervivencia de las mujeres que lo están padeciendo", enfatizó la doctora Beatriz Estrada Martínez.



Sensibilización sobre el Cáncer de Mama

"Se pretende que tanto los Servicios de Salud, la Secretaría de Salud, en conjunto con las instituciones públicas o privadas y con las asociaciones de la sociedad civil, intensifiquen todas estas acciones para concientizar a la mujer y sobre todo, para darle a conocer que hay medidas que puede ella tener a su alcance para prevenir y mejorar el pronóstico de la enfermedad", añadió.

Por su parte, el gobernador del estado, Miguel Ángel Navarro Quintero se sumó a hacer conciencia de lo importante que es mantenerse al pendiente de la salud y refrendó el compromiso que tiene su gobierno de otorgar los mejores servicios de salud para quienes lo requieran, por ello, anunció la adquisición de un acelerador médico lineal para el Centro Estatal de Cancerología así como más equipo y mejoras a dicha área a la brevedad.

"El cáncer mamario, hoy en día es la principal causa de muerte de las mujeres mayores de 25 años y que desafortunadamente ha golpeado, no solamente la vida, sino las economías del mundo entero. Los orígenes son múltiples, algunos imprecisos, pero llama la atención que en el mundo entero se incrementa en la medida en que aumenta el sobrepeso y la obesidad, y aquí es donde deberemos de insistir en entrar a una cultura de prevención. Por eso, los servicios de salud de las instituciones públicas es vida o muerte de los nayaritas, de las mujeres con cáncer y yo estoy con las mujeres con cáncer. Doctora, tenemos que ir por una unidad de cancerología que tenga en su interior quirófanos y también médicos oncólogos para que operen a las personas que lo necesiten", señaló el gobernador.

Durante la conmemoración, se formó un lazo humano con el personal del Corazón de Tu Gobierno; además, se hizo entrega de una prótesis mamaria artesanal y de una peluca oncológica; estuvieron presentes la Magistrada Presidenta del H. Tribunal Superior de Justicia, Rocío Esther González García; el secretario de Salud del estado de Nayarit, José Francisco Munguía Pérez; la encargada del departamento de Cáncer de la Mujer, Amaranta Rodríguez Mejía, entre otras autoridades.



Entrega Corazón de Tu Gobierno apoyos y alimentación de calidad en zonas damnificadas por el huracán Roslyn.

Fueron más de 8 mil dotaciones alimentarias las entregadas en zonas afectadas por el huracán en los municipios de Rosamorada, Tuxpan, Santiago y Tecuala y 4 mil 800, a través del PAB a mil 600 familias de Huajicori y Rosamorada, que viven en situación vulnerable.



Con la finalidad de seguir apoyando de manera oportuna a las personas de la zona norte del estado afectadas por el paso del huracán Roslyn, la presidenta del Sistema DIF Nayarit, doctora Beatriz Estrada Martínez, encabezó la entrega de dotaciones alimentarias, kits de limpieza y pañales a familias de diversas comunidades de los municipios de Tecuala, Rosamorada y Tuxpan, así como la entrega de la tercera, cuarta y quinta dotación del Programa de Alimentación para el Bienestar (PAB), en los municipios de Huajicori y Rosamorada además de equipos de movilidad, cobijas y dotaciones alimentarias en general.

“Es una devastación, es una consternación, los ciudadanos están sumamente preocupados, perdieron todo; entonces nosotros estamos haciendo un llamado a toda la sociedad para que nos ayude. Yo les quiero decir que necesitamos su apoyo, que necesitamos sentir el dolor de nuestros hermanos para poder solucionar los problemas”, enfatizó la titular de la asistencia social en el estado.



En Huajicori, también se entregaron cobijas, sillas de ruedas y dotaciones alimentarias casa por casa a familias que se vieron afectadas por el huracán Roslyn en las localidades de Las Cuevas, Colorado y El Salto.

“Después de este huracán que acaba de suceder, todavía más preocupados y más preparados para poder estar aquí con ustedes. Yo sé y ahorita también me comentaban, que hubo casas en las cuales los techos se fueron, volaron, y lo más preocupante es que las milpas también se acabaron. Pronto también van a recibir ustedes las láminas que habrán de reponer los techos que se hayan perdido; vienen ya los apoyos de láminas, de colchones, de enseres que ustedes hayan perdido en este huracán”, puntualizó Beatriz Estrada Martínez.





El Corazón de Tu Gobierno orienta jurídicamente a personas víctimas de violencia

DIF Nayarit a favor de los derechos y la NO violencia. Dentro de los apoyos que la institución social ofrece se encuentra la asesoría legal gratuita para cualquier mujer, hombre, niño, niña o persona adulta mayor, a través de la Unidad Jurídica del Sistema DIF Nayarit.



Corazón de Tu Gobierno trabaja en prevenir la violencia y el abuso sexual infantil

Garantizar el bienestar y la seguridad de las niñas, niños y adolescentes de la entidad. Se desarrolló el "Taller Participativo sobre la Prevención de Abuso Sexual en Niñas y Niños del Estado de Nayarit", impartido al personal de los DIF municipales de Tepic, Xalisco, Bahía de Banderas, Del Nayar, Santiago Ixcuintla, e Ixtlán del Río, y de diversas dependencias estatales relacionadas con la protección de este sector.



Corazón de Tu Gobierno lleva bienestar y alimentación de calidad al municipio de Jala

Alimentación completa y nutritiva para Jala. Fueron mil 100 las y los beneficiados con la entrega de la tercera, cuarta y quinta dotación alimentaria del Programa de Alimentación para el Bienestar (PAB) tanto en la cabecera municipal como en el ejido de Rosa Blanca, además la doctora Beatriz Estrada convivió con las y los integrantes del club de la tercera edad de la localidad de Coapan.



Entrega Corazón de Tu Gobierno 120 aparatos de movilidad asistida

Mejorando su calidad de vida. Se entregaron sillas de ruedas manuales, sillas de ruedas tipo PCI y PCA, además de bastones a 120 nayaritas en situación vulnerable y con movilidad comprometida de 10 municipios de la entidad.



“En DIF aprendí que primero es la familia, la parte humana de la sociedad”.

María Rufina González Sánchez



MARÍA RUFINA GONZÁLEZ SÁNCHEZ

“En DIF aprendí que primero está la familia, la parte humana de la sociedad. Este trabajo me ha ayudado a ser más sensible, ser más empática, fijarme más en la situación de las personas y eso te ayuda en tu vida personal”, así se expresó muy contenta María Rufina González Sánchez, a quien todo DIF Nayarit la conoce como “Rufi”.

En sus ya 30 años de labor social, Rufi se dice muy contenta por lo aprendido en todo este tiempo en la institución y emocionada por la próxima nueva etapa que está a punto de vivir. Ella comparte cómo fueron sus inicios en el Corazón de Tu Gobierno.

“Saliendo de la carrera, no tuve otra experiencia profesional más que DIF y entré a trabajar en Procuraduría, en áreas como Prevención al Maltrato Infantil (PREMAN), posteriormente en Adopciones. En DIF he aprendido de todo, porque aquí no nada más es desarrollar lo que aprendiste de tu carrera, sino también la parte humana, la parte social, la parte familiar”.

En 1998, las autoridades de DIF le pidieron a Rufi tomar el cargo de Procuradora y aceptó. “Me arriesgué a decir que sí, me gusta lo que hago, me gusta mi trabajo, estaba muy involucrada porque gracias a Dios siempre he tenido esta voluntad y capacidad de acercarme y de preguntar si ayudo, si apoyo, todo eso me ayudó”.

Rufi comenta que a finales de este año o para el próximo se jubilará, “hay muchos ofrecimientos, de hecho hay gente que tiene despachos de abogados y me han invitado, pero mi idea es poner un negocio y empezar a trabajar esta parte junto con mi esposo”.

Con su experiencia de 30 años de servicio, ella recomienda a las nuevas generaciones que entran a trabajar en DIF, que se pongan en la camiseta.

“El que viene a trabajar en DIF, no viene a trabajar en una oficina, viene a una institución de servicio social en donde debemos de tener la disposición de todo, donde lo principal es la familia, la sociedad y hacer lo que sabes con profesionalismo y entrega, les aconsejo además, que haya empatía, compañerismo, esa disposición de siempre ayudar y estar abiertos a la capacitación en cualquier sentido. A mis compañeros que se van a quedar después de mí, les quiero dejar mi mensaje de que siempre van a tener a alguien con la disposición de apoyar cuando sea necesario y me ocupen”.

Además, agradeció a sus jefes por todo el apoyo y todo lo recibido.

“A la señora Beatriz, agradecerle la oportunidad de seguir y la apertura para continuar apoyando en lo que se necesite, sobre todo aplaudirle lo que hasta ahorita me ha tocado”, finalizó con mucha emoción.



Normalmente cuando sufrimos alguna pérdida de un ser querido, un trabajo, una etapa de la vida, la salud o alguna capacidad, se pone en marcha un proceso psicológico conocido como **Duelo**, cuyo objetivo es procesar emocionalmente dicha pérdida, darle un sentido personal y generarnos espacio interno y disponibilidad para construir nuevos vínculos vitales.

A veces este proceso puede confundirse con la **Depresión**, por esto es importante conocer las diferencias que hay entre los dos, y de esta manera, se puedan acompañar los duelos y tratar las depresiones. De hecho, un duelo mal tratado puede llevarnos a la depresión, pero nunca es sinónimo de esta.

En un Duelo:

- Hay una pérdida o rechazo claramente identificable.
- La persona experimenta una sensación de vacío en su entorno.
- Los sentimientos de dolor no se experimentan todo el tiempo. Se alternan con momentos de bienestar o estado de ánimo normal.
- Es un proceso normal y reparador, que requiere tiempo, respeto, escucha y acompañamiento.

En una Depresión:

- En una Depresión:
- Puede no haber un desencadenante claro.
- La persona experimenta una sensación de vacío interno.
- Los sentimientos de dolor se experimentan todo el tiempo, son crónicos, persistentes e incapacitantes.
- Es un proceso patológico, que bloquea la energía vital, el crecimiento y la realización personal. Suele necesitar tratamiento, escucha y ayuda profesional.

El Duelo es un sentimiento momentáneo, es un proceso que vamos a llevar, posterior a una pérdida pero es transitorio, no dura mucho tiempo.

En cambio la Depresión es un trastorno, es cuando le perdemos el sentido completamente a la vida, es la desesperanza.

Cuando hablamos de una Depresión, lo componen una serie de factores que se traen desde atrás, es una enfermedad con la que no se le encuentra sentido a nada, no es algo que acaba de ocurrir. Una persona que tiene depresión y que decide quitarse la vida, una vez que lo decide, muy difícilmente la haces cambiar de opinión.

¿En qué ámbitos nos puede afectar estos padecimientos?

La depresión y duelo te afecta en todos los ámbitos de la vida, no es que lo puedas evitar, tienes depresión, la afectación te va a rebotar en todos lados, estás en duelo, te va a rebotar en todos lados, la diferencia con el duelo es que en ese sentido, en el área laboral, el duelo, la persona sigue avanzando con el dolor, con el sufrimiento, hasta que un día decidimos dejar de sufrir, porque todas son decisiones, un día decidimos dejar eso atrás y continuar con nuestra vida.

¿Cómo darse cuenta que necesitamos ayuda?

Las personas se suelen dar cuenta cuando se comienzan a sentir solas, incomprendidas, hay personas que se acostumbran a estas situaciones, a estar mal en el trabajo, a estar mal con los amigos, con los padres, entonces hacen de esta situación un hábito y luego salen con la famosa frase “es que así soy”.

Claramente cuando ves que tu actitud afecta a terceras personas, hay que cambiarlo, proyectar humildad, aplicar la inteligencia emocional, aplicar, sobre qué hago yo que afecta a otras personas y por empatía lo tendemos a modificar, entonces es ahí donde uno puede estar dispuesto a recibir ayuda profesional de un psicólogo o psiquiatra.

Conclusión:

Necesitamos crear hábitos saludables, los hábitos saludables son los que nos dan una claridad mental, algunos son como comer bien, hacer ejercicio, tomar agua, tener una organización en nuestras vidas, dormir bien, además debemos de consentirnos a nosotros mismos, salir de la rutina, a veces nos exigimos y limitamos demasiado, tenemos que vivir en independencia como parte de los hábitos saludables.

Una vez que vives tu duelo o salimos de la depresión, se debe de tener paciencia, ser compasivos con nosotros mismos, ambos casos tienen que vivirse por etapas, primero de dolor, de conciencia, de asimilarlo y llegar al punto de aceptar ambos padecimientos para poder salir de ambos. Tenemos que ser pacientes con nuestras emociones porque tienen un proceso y dejarlas que hagan su propia función para poder vivir en armonía.

NOVIEMBRE

Sus días festivos y conmemorativos

Días festivos

- 1 noviembre:** Día mundial de la Ecología y de los Ecológicos.
- 2 noviembre:** Día de muertos.
- 6 noviembre:** Día del Economista.
- 12 noviembre:** Día del Cartero.
- 13 noviembre:** Día mundial de la bondad.
- 14 noviembre:** Día del abrazo en familia (2do domingo).
- 14 noviembre:** Día mundial de la diabetes.
- 14 noviembre:** Día del Técnico profesional (Órtesis, prótesis, Rayos X y Electroencefalograma).
- 16 noviembre:** Día mundial de la Tolerancia.
- 17 noviembre:** Día internacional del estudiante.
- 19 noviembre:** Día internacional para la prevención del abuso sexual infantil.
- 19 noviembre:** Día internacional del hombre.
- 20 noviembre:** Día de la Revolución Mexicana.
- 20 noviembre:** Día Universal del Niño y la Niña.
- 22 noviembre:** Día del Música.
- 25 noviembre:** Día internacional para eliminar la violencia contra Mujeres y Niñas.

FELICIDAD PARA LOS MUERTOS

*"Bajo estrellas
y misterio, cantamos
para no llorar.
Estos son días para
celebrar y recordar".*
Anónimo

SEAMOS TOLERANTES

*"No me gusta la palabra
tolerancia, pero no encuentro
otra mejor. El amor empuja a
tener, hacia la fe de los
demás, el mismo respeto que
se tiene por la propia".*
Mahatma Gandhi

VIVA MEXICO

*"Al conquistar nuestras
libertades hemos
conquistado una nueva
arma; esa arma es el voto".*
Francisco I. Madero

Día UNIVERSAL de los Niños y Niñas

*"Una de las cosas más
afortunadas que te pueden
suceder en la vida es tener
una infancia feliz".*
Agatha Christie

AMEMOS A LA NATURALEZA

*"Cada flor que florece
es una parte del alma
de la Tierra".*
Anónimo

Día MUNDIAL De la BONDAD

*"Dichosos los que están
atentos a las urgencias de los
demás, sin sentirse
indispensables".*
Tómas Moro

MIES de los Santos DIFUNTOS

Poema "La santidad de la muerte"

La santidad de la muerte
llenó de paz tu semblante,
y yo no puedo ya verte
de mi memoria delante,
sino en el sosiego inerte
y glacial de aquel instante.

En el ataúd exiguo,
de ceras a la luz fatua,
tenía tu rostro ambiguo
quietud augusta de estatua
en un sarcófago antiguo.

Quietud con yo no sé qué
de dulce y meditativo;
majestad de lo que fue;
reposo definitivo
de quién ya sabe el porqué.

Placidez, honda, sumisa
a la ley, y en la gentil
boca breve, una sonrisa
enigmática, sutil,
iluminando indecisa
la tez color de marfil.

A pesar de tanta pena
como desde entonces siento,
aquella visión me llena
de blando recogimiento
y unción... como cuando suena
la esquila de algún convento
en una tarde serena.

Amado Nervo

El Valor de la Empatía:

Durante el mes de noviembre, el Corazón de Tu Gobierno por medio del Comité de Ética, promueve el valor de la empatía.

La empatía es la capacidad que nace de ponerse en "los zapatos" de otra persona, de comprender cuál es la situación emocional por la que pueda estar atravesando ella.

Como parte de esta institución, social, uno de los valores principales con los que debemos de conducirnos es la empatía; atender de forma respetuosa y empática las peticiones de las y los nayaritas que se acercan a solicitar un apoyo. Realmente podremos, entender a las personas, si las sentimos en nosotros mismos.





Cumpleaños de noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Fomento a las Artesanías

Ma. De Los Ángeles Bañuelos Valdez 1 noviembre
Maira Felisa Jaime Altamirano 2 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Velatorio DIF

Martha Rendón Larios 3 noviembre
María Ana Rosa Concepción Villa Torres 8 noviembre
Verónica Macías Pacheco 21 noviembre
Emma Casillas Muñoz 23 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Centro de Rehabilitación y Educación Especial (CREE)

Silvia Palacios Manjarrez 3 noviembre
Luis Alberto Reyes Valdez 12 noviembre
Delvia Ruth Santillan 16 noviembre
Gabriela Jazmin Virgen Amparo 26 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

PAMAR

Silvia Hortensia Montes García 4 noviembre
Kennia Audrey Cabello Salazar 9 noviembre
Catalina Cortes Contreras 26 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Eventos Especiales y Logística

Sara Imelda Alcado Rivas 4 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Salud Familiar

Karla Yadira Chávez Corona 4 noviembre
Guadalupe Selene Camarena 26 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Recursos Financieros

Carolina González Hernández 9 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Comisario

Yara Liz González Padilla 5 noviembre
Olga Yulia López Astorga 10 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Recursos Materiales

Elva Maribel González Ramos 9 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Programa Alimentación Básica

Noe Aristeo Rojas Meza 10 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Casa del Abuelo

Angélica Guadalupe Cedano Medrano 11 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Parque La Loma

Leticia Alejandra Rodríguez Vásquez 13 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Transportes

Doralía García González 26 noviembre
J. Jesús Tamayo Brion 29 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Procuraduría de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes

Jesús Francisco Balbuena Montoya 15 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Atención Ciudadana

Ramón Eugenio Contreras Robles 16 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Planeación Estadística y Evaluación

Yessica Jaciber Torres Gómez 16 noviembre
Ma. De la Luz Pérez Hernández 25 noviembre

Irma Nayeri Padilla Gil 17 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Comunicación Social

Elva Deneb Rivera Pérez 7 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Vivir a lo Grande

María Angélica Sánchez Carlos 19 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Tecnologías de la Información

Benito Sandoval Barraza 19 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Orientación Alimentaria y Supervisión a Programas

María Lourdes Hernández Martínez 28 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Alberca Acayapan

Edelmira García Díaz 28 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Programa Alimentario y Desarrollo Comunitario

Angelita Verónica Limón Miramontes 29 noviembre

Coordinación Nombre Fecha

Coordinador del Velatorio

Ángel Gustavo Sánchez Medina 9 noviembre

Director General de DIF Nayarit

Maestro Mauro Lugo Izaguirre 21 noviembre

Coordinadora del Programa de Atención a Menores y Adolescentes en Riesgo (PAMAR)

Stephania Betancourt Gastañeda 4 noviembre



Nayarit
NUESTRO ORGULLO Y COMPROMISO

DIF
NAYARIT
SOMOS EL CORAZÓN DE TU GOBIERNO



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



Nayarit
NUESTRO ORGULLO Y COMPROMISO



DIF
NAYARIT
SOMOS EL CORAZÓN DE TU GOBIERNO

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