



# Universidad Mariano Gálvez

Ingeniería en sistemas de información y ciencias de la computación

Sección C

## Pequeñas acciones, grandes impactos

Desarrollo Humano y profesional

Licenciada María Felicita Roque Carrera

No. Carnet 5090-24-12840

Jessica Stefanie Calderón Camey

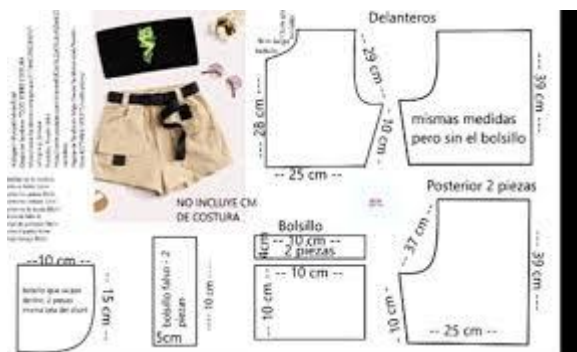
20 de mayo de 2024

## Pequeñas acciones, grandes impactos

- ◇ **Día lunes:** Le entregue una canasta básica a una familia de mi colonia vecina y mis papás aprovecharon para darles una ofrenda. La razón por la cual escogimos a esa familia es porque nos contaron que acababa de perder a su hijo y no tienen estabilidad económica.



- ◇ **Día Martes:** Ayude a realizar un molde de una prenda a mis papás o bueno hice el intento ya que yo no me meto en esa área, pero note a mis papás muy atareados con eso.



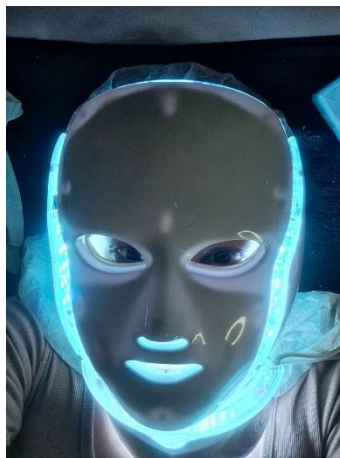
- ◇ **Día Miércoles:** Tuve una conversación con mi familia donde les daba las gracias, expresando todo lo que siento por ellos, fue algo inesperado porque yo no suelo ser expresiva con ellos.



- ◇ **Dia Jueves:** Le regale dos bolsas de ropa la cual ya no usaba a una nena que trabaja en una Tortillería y aprovechamos a darle al hermanito la ropa de mi hermano.



- ◇ **Dia sábado:** Me hice pedicure porque hace tiempo no me hacía algo así, luego me realizaron un facial y de esa manera me consentí un poco a mí misma.



¿Qué me dejó esta actividad?

Me hizo sentir mejor, me dio una felicidad increíble, al momento que la nena se acercó a mí a darme el abrazo mi corazón se hizo una bolita de ternura. Me dejó una enseñanza importante y es que no hay que esperar a que alguien nos anime a realizar un cambio, con nuestra propia voluntad podemos hacer pequeños cambios que dejan mucho en realidad.

Respecto a mi familia, creo que necesitaba la plática con ellos, cuando mi hermano murió nos dejó a todos pensando por qué nos alejamos por todas las cosas que debemos hacer y no pasamos más tiempo juntos. En la plática quedamos de acuerdo que tendríamos fines de semana como familia y aparte solo hermanos para retomar la relación unida que teníamos.