

DATOS DEL EQUIPO



NOMBRE DEL PLANTEL EDUCATIVO O GRUPO

Justo Sierra C.C.T: 13DPR0047V

Lic. Adolfo López Mateos C.C.T: 13DPR0466F

NOMBRE COMPLETO DE LOS INTEGRANTES:

1. Profra. Yareli Ramos Vargas
2. Profra. Dulce Irene Soto Murcia
3. Profra. Nallely Galindo Neri
4. Profra. Mayra Thalía Méndez Villalpa
5. Alumno: Ian Johan Luna Ramos
6. Alumno: Miguel Ángel Aguilar Alvarado



Singuilucan, Hidalgo.



DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO



Este proyecto promueve la sana alimentación dentro de la escuela y comunidad a través de la elaboración de barras nutritivas, elaboradas con materiales que se producen en la comunidad como lo es “**el aguamiel**” y que pueden servir como un complemento alimenticio o un snack para el lonche de los niños en las escuelas ya que tiene un contenido nutrimental alto en proteína y fibra.

Categoría del proyecto:

Salud

ODS del proyecto:

Hambre cero- que todos tengan comida suficiente y saludable.

Salud y bienestar- que todos puedan vivir sanos





MI COMUNIDAD



El municipio de Singuilucan en el estado de Hidalgo, se encuentra al sureste del territorio hidalguense. Cuenta con una superficie de 420.22 km².

Colinda con los municipios de Omitlán de Juárez, Huasca de Ocampo, Acatlán, Tulancingo de Bravo, y Santiago Tulantepec de Lugo Guerrero.

El municipio cuenta con 109 comunidades, con un total de 15142 habitantes.

El municipio de Singuilucan es uno de los mayores productores de maguey pulquero en el estado, que destaca dentro de sus actividades económicas principales, incluyendo la siembra del maíz y la cebada.





PROBLEMATICAS DETECTADAS

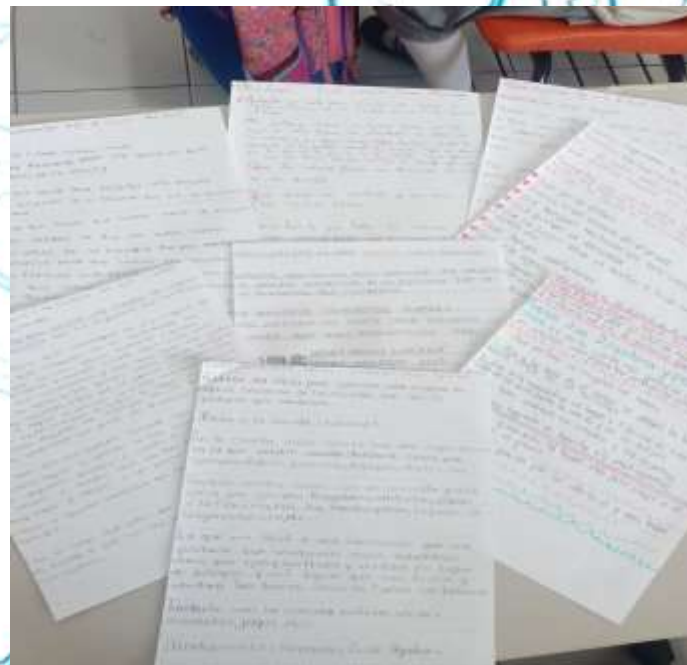


Las problemáticas que detectamos en nuestra comunidad son:

Hábitos alimenticios: Detectamos problemas relacionados con la falta de buenos hábitos alimenticios por parte de la comunidad,,

Falta de ejercicio: La mayoría de los habitantes de Singuilucan no cuentan con hábitos de ejercicio constante.

Drogadicción: Al ser una comunidad de paso se accede fácilmente al consumo de sustancias nocivas para la salud.



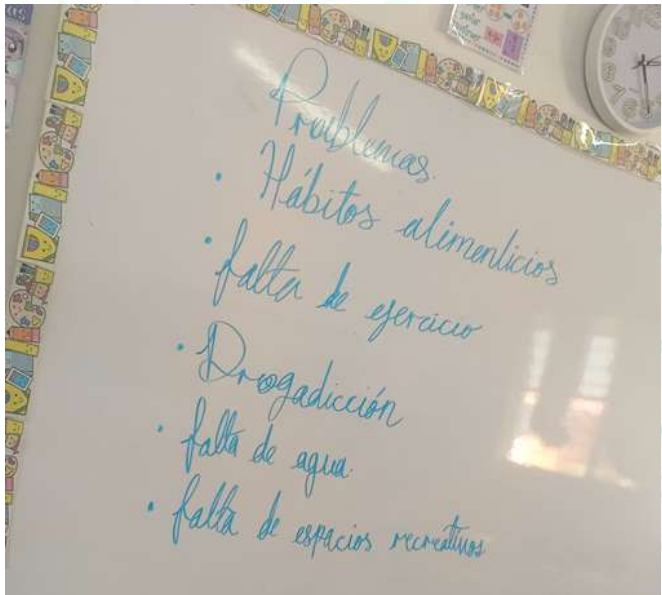


PROBLEMATICAS DETECTADAS

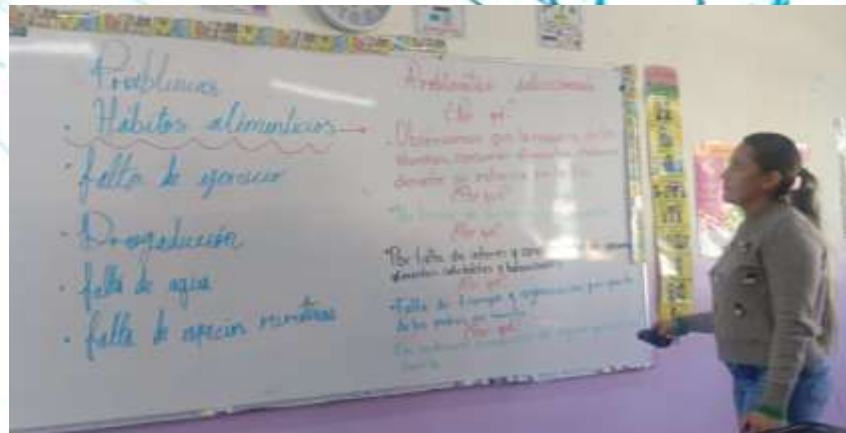


Falta de agua: Problemas ocasionados por el abasto de agua en las comunidades, así como en la cabecera municipal.

Carencia de espacios recreativos: La falta de espacios recreativos para las personas de Singuilucan detonan para que no realicen actividades físicas constantes.



Mesa de ideas con las integrantes del equipo para detectar la mayor problemática.





ANTECEDENTES

La ley de “vida saludable” publicada el 30 de septiembre de 2024 y que entro en vigor el 29 de marzo de 2025; contiene los lineamientos obligatorios para todas las escuelas del Sistema Educativo Nacional donde busca fomentar hábitos saludables en alimentación y prohíben a venta de comida chatarra y bebidas azucaradas en las escuelas.

El municipio de Singuilucan, cuenta con una gran producción de aguamiel, de la cual desde épocas coloniales se ha ocupado para realizar diferentes productos comestibles como la miel (o jarabe) de aguamiel, pulque, atole; así como varios derivados tales como champo, jabones, pinturas, etc.

Es por ello que tomamos en cuenta productos de la comunidad (aguamiel) para realizar un complemento alimenticio “barrimiel”





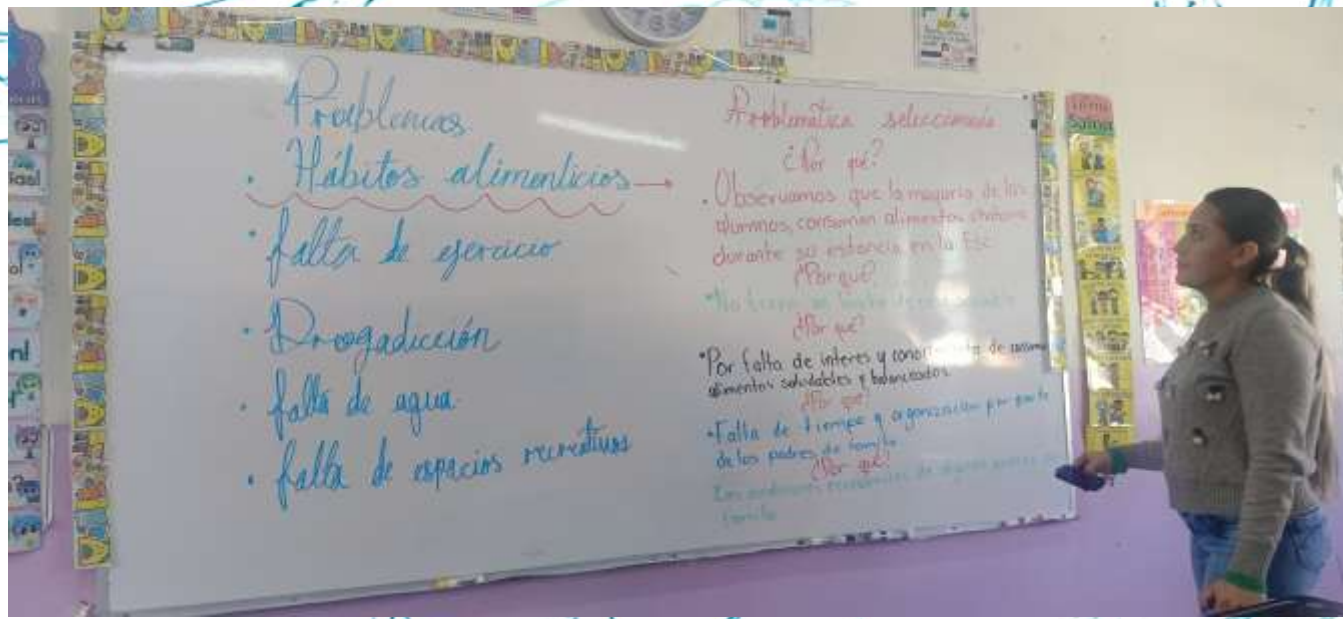
PROBLEMÁTICA ELEGIDA

Hábitos alimenticios



Observamos que la mayoría de las personas tienen una mala alimentación, debido a que los alumnos consumen mucha comida chatarra durante el recreo, la mayoría de los alumnos no tienen un desayuno balanceado y saludable; además las condiciones económicas de algunos alumnos no permiten traer gran variedad de alimentos sanos. Esta problemática fue elegida al realizar dinámicas de censo con alumnos recibiendo en cartas de inquietud y de cambios que querían en su entorno, en las cuales la mala alimentación en su entorno detono.

Se ha decidido trabajar con esta iniciativa ya que se pueden generar interés y conocimiento de comida saludable por parte de los padres de familia que repercutan en los alumnos. Así mismo pueden favorecer para que los Singuiluquenses,, tengan hábitos saludables, se motiven para ser ejercicio de manera constante y eviten caer en problemas de drogadicción.



EVIDENCIAS



A través de investigaciones y preguntas con alumnos llegamos a la conclusión de que la problemática mas detonante era la falta de hábitos alimenticios en los alumnos, para tener un buen rendimiento escolar.



Lluvia de ideas

Las estrategias de solución para nuestra problemática fueron los siguientes:

- Implementación de estrategias en el aula: para fomentar los hábitos alimenticios saludable (trabajar el pato del bien comer y la jarra del buen beber)
- Promover la venta de productos saludables en las tiendas escolares: por medio de platicas con los directivos y personas encargadas de las tiendas escolares)
- Visitas a la producción de materias primas de la comunidad.
- Elaboración de menús y lonches saludables.
- Carteles de alimentación saludable
- Cartees de actividad física
- Análisis de etiquetas nutrimentales de diferentes productos.
- Concientizar mediante platicas nutrimentales por parte de un nutriólogo: a la comunidad escolar
- Concientizar a los padres de familia: para enviar lonch saludable
- Dar a conocer a la comunidad educativa los alientos benéficos que se obtengan de la región.
- Crear un alimento saludable con productos de su comunidad: investigando sobre los productos de la región que se podrán usar en la creación de un alimento saludable.

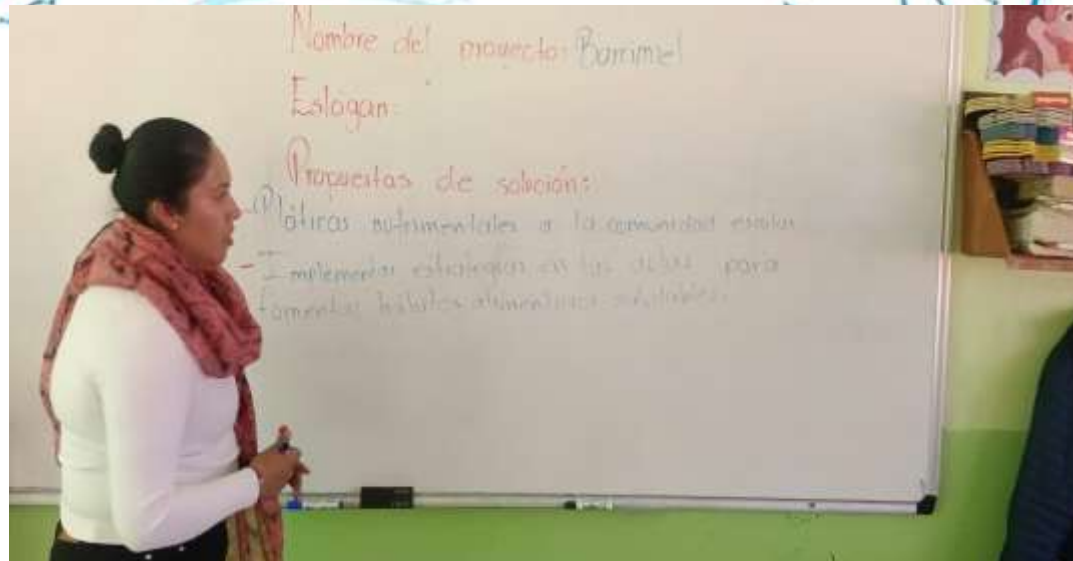


Filtra las ideas



Las ideas que tenemos mayor posibilidad de realizar son:

- Concientizar mediante pláticas nutrimentales por parte de un nutriólogo: a la comunidad escolar
- Concientizar a los padres de familia: para enviar lonch saludable
- Dar a conocer a la comunidad educativa los alimentos benéficos que se obtengan de la región.
- Crear un alimento saludable con productos de su comunidad: investigando sobre los productos de la región que se podrán usar en la creación de un alimento saludable.





Posibles soluciones



- Concientizar mediante platicas nutrimentales por parte de un nutriólogo: a la comunidad escolar.
- Invitar un nutriólogo a la escuela para informar sobre los beneficios de una alimentación saludable con productos a su alcance.
- Realizar un menú saludable.
- Concientizar a los padres de familia: para enviar lonch saludable
- Realizar una semana de lonch saludable (con diferentes menús sanos)
- Difusión de hábitos saludables a través de infografías y diferentes medos de comunicación (Facebook, WhatsApp e Instagram)
- Dar a conocer a la comunidad educativa los alientos benéficos que se obtengan de la región.
- Realizar visitas a los ranchos productores de aguamiel y sus derivados.
- Crear un alimento saludable con productos de su comunidad: investigando sobre los productos de la región que se podrán usar en la creación de un alimento saludable.
- Elaborar un complemento alimenticio.



Actividades elegidas



- Invitar un nutriólogo a la escuela para informar sobre los beneficios de una alimentación saludable con productos a su alcance.
- Concientizar a los padres de familia: para enviar lonch saludable
- Realizar una semana de lonch saludable (con diferentes menús sanos)
- Difusión de hábitos saludables a través de infografías y diferentes medos de comunicación (Facebook, WhatsApp e Instagram)
- Realizar visitas a los ranchos productores de aguamiel y sus derivados.
- Crear un alimento saludable con productos de su comunidad: investigando sobre los productos de la región que se podrán usar en la creación de un alimento saludable.
- Investigación de diferentes semillas y frutos que estén al alcance de la comunidad.
- Elaborar un complemento alimenticio en forma de barra nutrimental con aguamiel y productos de la comunidad el cual llamaremos “Barrimiel”



Metas SMART



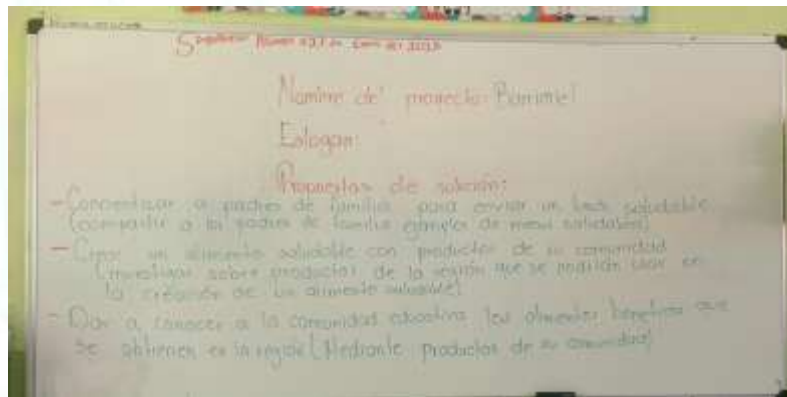
Metas que el equipo se ha propuesto alcanzar al finalizar el proyecto:

Meta 1: Brindar a los alumnos un complemento alimenticio que aporte nutrientes esenciales para su desarrollo, mediante productos que se obtienen de la comunidad.

Meta 2: Producir y repartir de manera gratuita 1500 barras nutritivas a la comunidad de Singuilucan.

Meta 3: Dar a conocer a la comunidad los beneficios de consumir “Barrimiel” como un complemento alimenticio

Evidencias



Trabajamos para determinar las metas del proyecto, así como nombre y eslogan del complemento alimenticio "Barrimiel"





Actividades elegidas



El plan de trabajo de nuestro proyecto fue:

ACTIVIDAD	RESPONSABLES	MATERIALES Y/O RECURSOS	FECHA DE INICIO	FECHA DE TERMINO
Pruebas para la elaboración de barras	Todo el equipo	Semillas, aguamiel, carbón, braceró.	15 diciembre	10 enero
Elaboración de barras	Todo el equipo	Ingredientes: cacahuates, amaranto, arándano, miel de aguamiel, avena, aceite de coco, fibra y vainilla	15 diciembre	29 abril
Estudios de barras (tabla nutrimental y vida de anaquel)	Profra. Thalía	Barras "Barrimiel"	15 enero	27 febrero
Feria del Maguey	Profra. Nallely	Carteles, aguamiel, maguey	10 febrero	20 febrero
Semana saludable	Profra. Dulce	Carteles, infografías.	17 febrero	21 febrero



Plan de trabajo



ACTIVIDAD	RESPONSABLES	MATERIALES Y/O RECURSOS	FECHA DE INICIO	FECHA DE TERMINO
Promoción en Juegos Magisteriales	Profra. Yareli	Barras “Barrimiel”, lonas, playeras.	17 febrero	17 febrero
Entrevista Periódico RUTA	Profra. Yareli	Barras “Barrimiel”	27 febrero	27 febrero
Un día con un “tlachiquero”	Profra. Thalia	Acocote y raspador	13 marzo	13 marzo
Activación y platica con padres de familia	Profra. Dulce	Nutriólogo, doctor, Barras “Barrimiel”	14 marzo	14 marzo
Visita al tinacal	Profra. Thalía	Cuadernos	20 marzo	20 marzo
Día SEC	Profra. Yareli	Fruta, agua, pastes, barras “Barrimiel”	22 marzo	22 marzo
Visita a patrocinadores	Todo el equipo	Lona, playera, barras “Barrimiel”	1 abril	11 abril
Programa de Radio NQ	Profra. Yareli	Barras “Barrimiel”	2 abril	2 abril



Actividades elegidas



ACTIVIDAD	RESPONSABLES	MATERIALES Y/O RECURSOS	FECHA DE INICIO	FECHA DE TERMINO
Visita al rancho “La Gaspareña”	Profra. Yareli	Lona, transporte, playeras, barras “Barrimiel”	10 abril	10 abril
Proyección de video de la entrevista a tlachiquero	Profra. Yareli	Video	28 abril	28 abril
Entrega de “kit barrimiel” a docentes	Profra. Yareli y Nallely	cajitas de madera, brochetas, papel y barras barrimiel	30 de abril	2 de mayo
Realización de barrimiel por parte de los alumnos	Profra. Yareli	Ingredientes: avena, arándano, amaranto, cacahuete, miel de agave, fibra, horno.	2 de mayo	2 de mayo
Carrera “Barrimiel”	Todo el equipo	Playeras, snack, hidratación, pulseras, medallas, barras “Barrimiel”	3 mayo	3 mayo



Evidencia actividades

Act. 1: Primeras pruebas de la elaboración de las barras “Barrimiel”



Act. 2: Elaboración de barras “Barrimiel”





Act. 2: Elaboración de barras "Barrimiel"





Evidencia actividades



Act. 3: Estudio de las barras "Barrimiel": Tabla nutrimental y Vida de anaquel



Información nutrimental por 100 g		
	Porción 100 g	Porción 100 g
Energía	1400 kJ	335 kcal
Carbón	65.0 g	15.0 g
Proteína	10.0 g	2.4 g
Grasa	1.0 g	0.2 g
Grasa saturada	0.5 g	0.1 g
Grasa monoinsaturada	0.5 g	0.1 g
Grasa poliinsaturada	0.0 g	0.0 g
Carbohidrato	65.0 g	15.0 g
Fibra	0.0 g	0.0 g
Proteína	10.0 g	2.4 g
Grasa	1.0 g	0.2 g

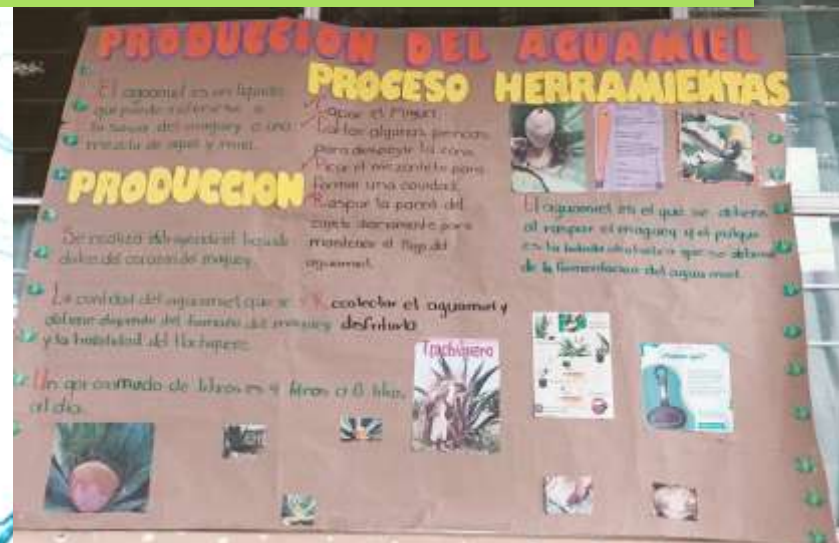
Se realizaron 3 estudios 2 de tabla nutrimental en la cual uno ayudo para mejorar la receta, y el de vida de anaquel teniendo respuestas favorables para consumirlas.

Act. 4: Feria del Maguey realizada en la escuela primaria "Justo Sierra"





En la actividad de la feria del maguey toda la comunidad escolar, se vio motivado por las exposiciones y trabajo, así como en degustar las “barrimiel”





Evidencia actividades



Act. 5: Semana Saludable realizada en la escuela primaria "Justo Sierra"



Act. 6: Promocionando las barras "Barrimiel" durante los Juegos Magisteriales realizados en el Municipio de Tulancingo, Hidalgo.





Evidencia actividades



Act. 7: Entrevista a parte del equipo “Barrimiel” con el periódico “La RUTA”



Act. 8: Un día con un tlachiquero, realizada por los alumnos de la escuela primaria “Lic. Adolfo López Mateos”





Evidencia actividades

Act. 9: Platicas con nutriólogos y doctores con los padres de familia de la escuela primaria “Justo Sierra”



Activación física con padres de familia de la escuela primaria “Lic. Adolfo López Mateos”





Evidencia actividades



Act. 10: Visita al tinacal realizada por los alumnos de la escuela primaria
"Lic. Adolfo López Mateos"



Act. 11: Día SEC (Somos El Cambio) se entregaron lonch saludables a diferentes
personas que se encontraban en las afueras del Hospital General de Pachuca, Hidalgo.





Evidencia actividades



Act. 11: Día SEC (Somos El Cambio) se realizo limpieza de la escuela primaria Justo Sierra





Evidencia actividades



Act. 12: Visita a diferentes patrocinadores



Act. 13: Visita a la radiodifusora NQ 90.1 FM en Tulancingo, Hidalgo





Evidencia actividades



Act, 14: Visita al Rancho “La Gaspareña” realizada por los alumnos de la escuela primaria “Justo Sierra”





Evidencia actividades



Act. 15: Proyección del video de la “Entrevista a un tlachiquero” realizada en la escuela primaria “Justo Sierra”



Act, 16: Entrega de Kits Barrimiel a docentes de la escuela primaria Justo Sierra” para que puedan compartir con sus alumnos si alguno no lleva un lonche sano





Evidencia actividades



Act. 17: Realización de Barrimiel por parte de los alumnos de la escuela primaria "Justo Sierra"





Evidencia actividades

Actividad de cierre Carrera “Barrimiel” realizada en el Municipio de Singuilucan, Hidalgo.



En este cierre de carrera tuvimos 137 participantes en las diferentes categorías, sumándose mas de 300 invitados de Singuilucan y sus alrededores como el municipio de Tulancingo



"DEPORTES Y FAMILIAS"

6km CARRERA BARRIMIEL **SOMOS CAMBIO**

3 DE MAYO 2025 ¡NO FALTES!

8:00AM

INSCRIPCIONES

Inscríbete a partir del 1º de abril al 25 de abril del 2025
Lugar: Esc. Primaria "Justo Sierra" a cargo de la mtra. Yareli Ramos o página oficial de Barrimiel.
Horario 1:30 - 2:30 pm

CATEGORÍAS

PRIMERA: Fem/Var 6-7 años (75m)
SEGUNDA: Fem/Var 8-9 años (100m)
TERCERA: Fem/Var 10-12 años (150m)
ABIERTA: Fem/Var 13-60+ (6km)

PREMIACIÓN

"PREMIO ECONÓMICO, MEDALLA Y PLAYERA"
Categorías infantiles
1º \$500 2º 300 3º 200
Categoría abierta:
"PREMIO ECONÓMICO Y MEDALLA"
1º \$ 500
2º \$ 300
3º 200

Contaremos con la presencia de deportistas destacados para inauguración y premiación, así como la presencia de la Presidenta Municipal y autoridades educativas.

AL MOMENTO DE TU INSCRIPCIÓN TENDRÁS DERECHO A:

- PULSERA
- HIDRATACIÓN
- MEDALLA (NÚMERO 100)
- KIT DE BARRIMIEL

INSCRIPCIÓN \$50 PESOS

Regístrate CLASE 12 (GRATIS)

Nota: se premiará 1º, 2º y 3º lugar categoría infantil de manera mixta.
carrera abierta: si participan más de 50 corredores se premia femenino y varón individual 1º, 2º y 3º lugar

Barrimiel al servicio

referencias e inscripciones 7781181096

página oficial barrimiel



Tuvimos el honor de tener a deportistas destacados como Fabian Zuriel y Cristhian, así como autoridades educativas como Leobardo Cano y Presidenta municipal Yazmin Dávila



Aliados

Personas o instituciones que se sumaron a mis actividades:

Panadería "González"

Tornillería "El Benja"

Despacho "Galindo"

Transportes "GALNER"

Venta y Servicio de Motosierras "Servicio Méndez"

Dr. Mario Hugo Olvera Morales

COMEX Singuilucan

Tornillería "Aguilar"

Sra. Juana Murcia Velazco

Sra. Cristina Vargas Cruz

Personal docente escuela primaria "Justo Sierra"

Sra. Clara Mendoza Badillo

Sr. Rogelio Moreno Montiel

Transportes Sandra Santillán

Personal docente de la escuela primaria "Lic. Adolfo López Mateos"

Personal de la Presidencia Municipal de Singuilucan Hgo.



Presupuesto

El presupuesto de nuestro proyecto fue: \$ 34, 709. 50

ACTIVIDAD	MATERIAL O RECURSO UTILIZADO	DONADO O COMPRADO	COSTO POR UNIDAD	COSTO EN TOTAL	TOTAL
Elaboración de barras	• Aguamiel	Comprado	1 Litro \$15	97 Litro \$ 1455	\$ 7, 285
	• Avena, amaranto, arándano, cacahuete, fibra, aceite de coco, vainilla.		\$ 2, 301	\$2, 301	
	• Carbón		\$20.60 Kilo	88 kilos \$1860	
	• Cortadores para barras		1 cortador \$47.66	3 cortadores \$143	
	• Parrilla		\$ 250	\$250	
	• Mano de obra		\$400	\$400	
	• Gasolina		\$250	\$250	
	• Papel para hornear		\$6 cada pliego	20 pliegos \$120	
	• Gas		\$600	\$600	



Presupuesto



ACTIVIDAD	MATERIAL O RECURSO UTILIZADO	DONADO O COMPRADO O	COSTO POR UNIDAD	COSTO EN TOTAL	TOTAL
Publicidad	<ul style="list-style-type: none">• Lonas• Etiquetas• Playeras• Estampado de playeras• Anuncio	Comprado	1 m \$210 1m \$280 \$2149 \$1, 400 \$100	\$210 3m \$840 \$2, 149 \$1, 400 \$100	\$ 4, 699
Feria del maguey	<ul style="list-style-type: none">• Lonas• Banderines	Comprado	1m \$420 \$210	2m \$420 \$210	\$630
Estudio de tabla nutrimental y vida de anaquel	Barras	Comprado	Estudio nutrimental \$ 1, 820 Estudio de anaquel \$ 1, 850	2 Estudio nutrimental \$ 3, 640 Estudio de anaquel \$ 1, 850	\$ 5, 490



Presupuesto



ACTIVIDAD	MATERIAL O RECURSO UTILIZADO	DONADO O COMPRADO	PRECIO POR UNIDAD	COSTO TOTAL	TOTAL
Carrera	• Medallas	Comprado	\$ 2, 650	\$ 2, 650	\$ 16,605.5
	• Playeras		\$1, 540	\$1, 540	
	• Pulseras		\$82.50	\$82.50	
	• Lona		\$158	\$158	
	• Pan		\$180	\$180	
	• Premios		\$7, 800	\$7, 800	
	• Impresiones		\$88	\$88	
	• Sobres		\$50	\$50	
	• Agua		\$550	\$550	
	• Café y pan		\$150	\$150	
	• Vasos		\$25	\$25	
	• Cronómetros		\$2,000	\$2,000	
	• Copias		\$68	\$68	
	• Banderín		\$50	\$50	
	• Video		\$2,000	\$2,000	
	• Staff		\$600	\$600	



Evidencias



El equipo realiza "barrimiel" para entregar en cada actividad.





Personas involucradas



Estas son las personas que hicieron realidad el proyecto:

Equipo “Barrimiel” 6 personas

Familiares: 30

Docentes Justo Sierra: 18

Alumnos de Justo Sierra: 380

Padres de familia Justo Sierra: 117

Docentes y alumnos escuela Lic. Adolfo López Mateos: 53

Padres de familia Lic. Adolfo López Mateos: 37

Participantes en la carrera de cierre: 137 participantes y 300 de audiencia

Personal de presidencia: 20 personas

Autoridades: 34

Entre las que destacan la Presidenta Municipal de Singuilucan, Hgo: Mtra.
Yazmín Dávila López

Director General de Educación Básica: Lic. Leobardo Cano Albarrán

Supervisor General Zona 39: Profe. Jaciel Andrés Templos Gutiérrez.

Total de personas involucradas 1132



Organizaciones involucradas



Estas son las organizaciones o grupos que apoyaron al proyecto:

Tornillería “El Benja”



Despacho “Galindo”



Transportes “GALNER”





Organizaciones involucradas

Estas son las organizaciones o grupos que apoyaron al proyecto:

Venta y Servicio de Motosierras "Servicio Méndez"



*Dr. Mario Hugo Olvera
Morales*



COMEX Singuilucan



Organizaciones involucradas

Estas son las organizaciones o grupos que apoyaron al proyecto:

Tornillería "Aguilar"



Panadería "González"





Personas beneficiadas



Estas son las personas que disfrutaron de los beneficios del proyecto:

Comunidad educativa de las escuelas: Justo Sierra y Lic. Adolfo López Mateos.
Personas derechohabientes del Hospital General de Pachuca
Singuiluquenses

Se beneficiaron con barras "Barrimiel" más de 1500 personas.





Personas beneficiadas



Estas son las personas que disfrutaron de los beneficios del proyecto:





Recursos invertidos



Estos son el total de recursos utilizados para el proyecto: \$34709.50

Producción de barras: Aguamiel, cacahuate, arándano, avena, amaranto, fibra, aceite de coco, vainilla, carbón, gas.





Tiempo invertido



Este fue el tiempo necesario para nuestro proyecto:

Semanas invertidas 20 semanas



Pruebas para la elaboración de
barras
(32 horas invertidas)



Elaboración de barras “Barrimiel”
(380 horas invertidas)

(para realizar la miel tardamos en
obtenerla de 8 a 10 horas para
obtener solo un 10% de cada litro de
aguamiel)



Estudio de barras “Barrimiel”
(840 horas invertidas)

Se espero 3 meses para entrega de
estudios “vida de anaquel y tabla
nutricional”



Tiempo invertido



Este fue el tiempo necesario para nuestro proyecto:



Feria del maguey y sus derivados
(38 horas invertidas)



Semana Saludable
(180 horas invertidas)



Promoción en juegos magisteriales
(24 horas invertidas)



Entrevista en periódico
"La RUTA"
(12 horas invertidas)



Tiempo invertido



Este fue el tiempo necesario para nuestro proyecto:



¡Un día con un
“Tlachihero”!
(12 horas invertidas)



Activación y platica con
padres de familia
(18 horas invertidas)



Visita al “Tinacal”
(12 horas invertidas)



Día SEC
(12 horas invertidas)



“Realización de barras”
(145 horas invertidas)



Tiempo invertido



Este fue el tiempo necesario para nuestro proyecto:



Visita a patrocinadores
(38 horas invertidas)



Programa de radio NQ 90.1 FM
(10 horas invertidas)



Visita al rancho "La Gaspareña"
(24 horas invertidas)



Carrera "Barrimiel"
(150 horas invertidas)



Realización de barras por alumnos.
(40 horas invertidas)

"realizamos el proyecto Antología saludable, durante una semana y como producto final fue realizar Barrimiel"



Tiempo invertido

**Este fue el tiempo necesario para nuestro proyecto:
1967 horas**





Difusión del proyecto



En la comunidad compartimos nuestro proyecto con:

Facebook: Barrimiel

Instagram: Barrimiel





Difusión del proyecto



En la comunidad compartimos nuestro proyecto con:



*Periódico: Periódico RUTA
5.8 mil visualizaciones*

*Periódico:
Hidalgo Diario*



*Radio: NQ 90.1
La radio sin limites
12.2 mil visualizaciones*



Logros



Los logros de nuestro proyecto fueron:

Logramos repartir mas de 1686 barras a toda la comunidad Singuiluquense, que fueron repartidas entre los integrantes de la comunidad escolar, así como a la comunidad en general en cada actividad. De igual manera logramos concientizar y cambiar hábitos alimenticios, así como los alumnos traer lonches mas saludables, y querer consumir Barrimiel, por ellos mismos.





El equipo barrimiel logro premiar de manera simbólica a cada uno de sus participantes con medallas “barrimiel”



Los competidores ganadores fueron premiados conforme a la convocatoria otorgando, medallas, kit barrimiel, playeras y premio económico.





Aprendizajes



¿Qué aprendí con este proyecto?

Testimonio Profra. Elena:

Se me hace un proyecto muy interesante ya que están preocupados por la alimentación, por complementar la alimentación de los alumnos; ya que sabemos que es muy común que los alumnos no vengán completamente desayunados, a veces vienen con sueño.



Testimonio Profra. Yesenia Tejeda:

El proyecto ha sido muy importante ya que nos ha dado la oportunidad de conocer las herramientas necesarias y los productos que podemos obtener de lo que es el maguey ya que es algo que no conocíamos anteriormente. Igual a los alumnos les ha funcionado mucho porque han tenido contacto de manera directa con su comunidad.



Testimonios



Hola mi nombre es Lidia Vázquez Cruz Vázquez
Cada sexta grado de primaria Me gustan las barras
porque me dan energía son muy nutritivas muy
naturales sin conservantes solo todo lo que
consumir en mi desayuno o como snack



Hola mi nombre es Andrés
Hoy llegamos a mis manos las
deliciosas barrimiel a través de
las muestras que regalaban a todo
público. Una ocasión me sentí mal
de salud ya que soy diabético
recuerdo que llevaba en la bolsa un
"barrimiel" lo comí para poder resistir
me y así fue, me sentí mejor y
pude sentir su alto valor nutricional

Hola barrimiel soy el señor Andrés
Hoy llegamos a mis manos las
deliciosas barrimiel a través de
las muestras que regalaban a todo
público. Una ocasión me sentí mal
de salud ya que soy diabético
recuerdo que llevaba en la bolsa un
"barrimiel" lo comí para poder resistir
me y así fue, me sentí mejor y
pude sentir su alto valor nutricional





Reflexión final



Al participar en Somos El Cambio, la experiencia fue única al realizar un proyecto de tal magnitud, es invertir horas de trabajo, sacrificar tiempos y tu espacio. Pero la satisfacción de poder ayudar a las personas de tu comunidad y sobre todo a los alumnos con los que trabajas y convives cada día, es una satisfacción enorme poderle dar herramientas a la comunidad para que tengan un mejor estilo de vida y poderlo replicar en distas comunidades, hogares y escuelas.

Cuando las personas que se fueron sumado en el camino para hacer posible la realización de barras “Barrimiel” nos percatamos que las personas de la comunidad y no solo ellas sino todas las puertas que tocamos, con una sonrisa en la cara decidieron apoyar para poder emprender este gran proyecto.





Reflexión final



El camino no fue fácil, pero los resultados obtenidos, así como la experiencia ganada ha sido maravillosa.

Agradecemos a todas las personas que desde un principio creyeron e hicieron la realidad de cumplir este proyecto; sobre todo agradecemos a los patrocinadores que nos brindaron su total apoyo; así mismo, agradecemos infinitas a las autoridades que estuvieron apoyándonos en todo momento.

El equipo “Barrimiel” espera tener buenos resultados y poder ganar ya que tiene planes para seguir replicando este proyecto, ayudando a la comunidad y llevar a cabo nuevamente la carrera a petición de la comunidad Singuiluquense.





¡GRACIAS!

Dirección General de Educación Básica 3 d · 🌐

¡Hoy se llevó a cabo el cierre del proyecto "Barrimiel"!

Este 3 de mayo, en el marco de la convocatoria Somos el Cambio, las escuelas primarias "Justo Sierra" de Singuilucan y "Lic. Adolfo López Mateos" de San Rafael llevaron a cabo el cierre del proyecto "Barrimiel", una iniciativa que refleja el compromiso de estudiantes y docentes con su comunidad.

En representación de Natividad Castrejón Valdez, secretario de Educación Pública de Hidalgo y Nancy Adriana León Vite, subsecretaria de Educación Básica, asistió Leobardo Cano Albarrán, director general de Educación Básica.

El evento se realizó en la Unidad Deportiva de Singuilucan y fue una muestra del entusiasmo y la participación activa de la comunidad escolar.



👍 34 2 comentarios 8 veces compartido

Barrimiel 4 d · 🌐

Me es grato compartirles el apoyo al equipo **Barrimiel** de Óscar Pérez Rojas, ex futbolista, entrenador y actualmente director del instituto Hidalguense del deporte.

¡Gracias por el apoyo al equipo Barrimiel!

Somos el Cambio Hidalgo
Somos el Cambio
Deporte Hidalgo



👍 18 1 vez compartido 396 visualizaciones

Ayuntamiento Singuilucan Hidalgo 3 d · 🌐

El proyecto "Barrimiel" llegó a su exitoso cierre con una vibrante carrera atlética que ... Ver más



👍 121 7 comentarios 19 veces compartido



Hidalgo Diario Digital

8 h · 🌐

Los integrantes del proyecto llamado "Barrimiel" cerró su proceso de... Ver más



**CIERRA "BARRIMIEL" SU PROYECTO
CON CARRERA ATLÉTICA EN
SINGUILUCAN**



HIDALGODIARIO.COM

4

2 veces compartido

"Su compromiso y entusiasmo fueron fundamentales para llevar a cabo este gran proyecto escolar", coincidieron Yareli Ramos, Dulce Irene Soto, Nallely Galindo, Berenice y Thalía, integrantes del equipo "Barrimiel".



Fabian Zuriel

4 d · 🌐

No todas las huellas al paso del tiempo se borran, algunas fueron tan profundas que se quedan por siempre. Gracias a los organizadores y profesores de la Esc. Justo sierra y el equipo #Barrimiel de la comunidad de singuilucan por la invitación a su gran evento atlético.



👍👍 Tú y 48

7 comentarios 2 veces compartido

Me encanta

Enviar

Compartir