

# 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.



BARRIMIEL

# 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 km<sup>2</sup>.

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

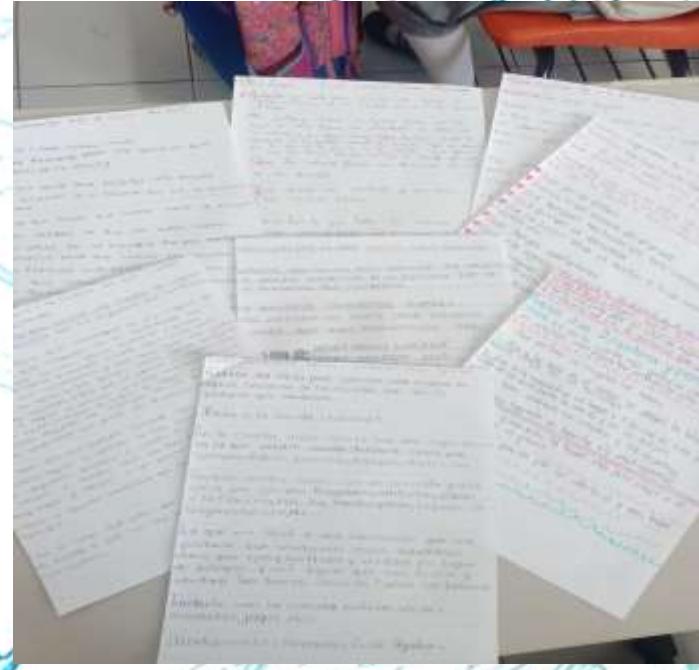


Las problemáticas que detectamos en nuestra comunidad son:

**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.



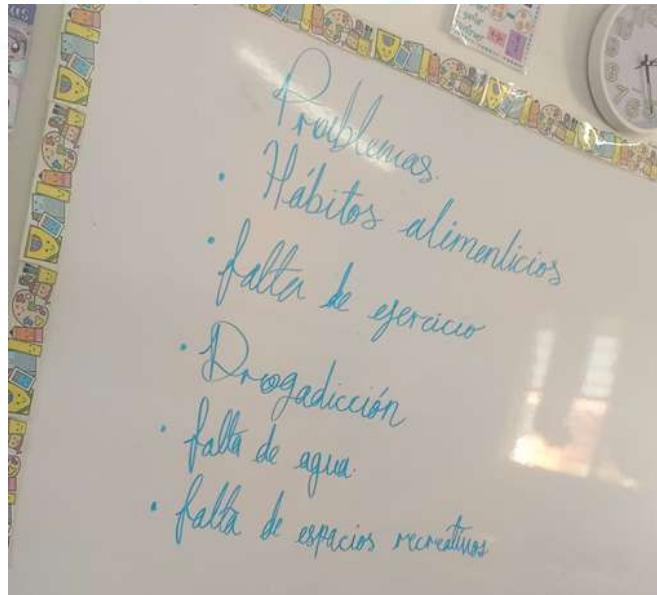


# PROBLEMATICAS DETECTADAS

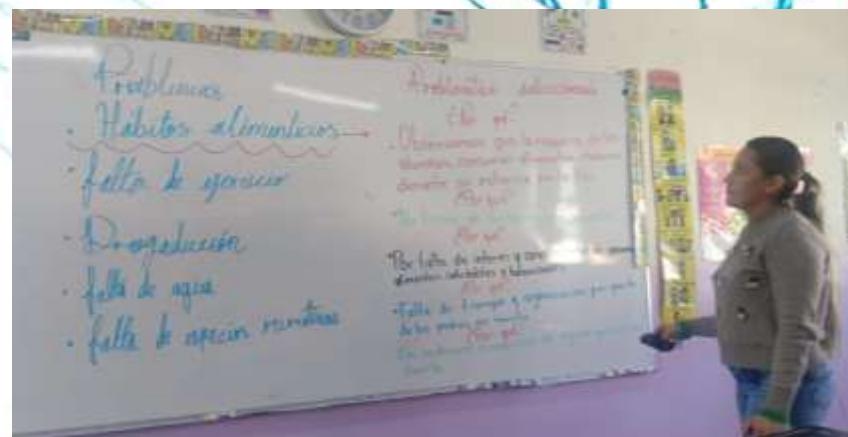


**Falta de agua:** Problemas ocasionados por el abasto de agua en las comunidades, así como en la cabecera municipal.

**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 entró 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 la 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”





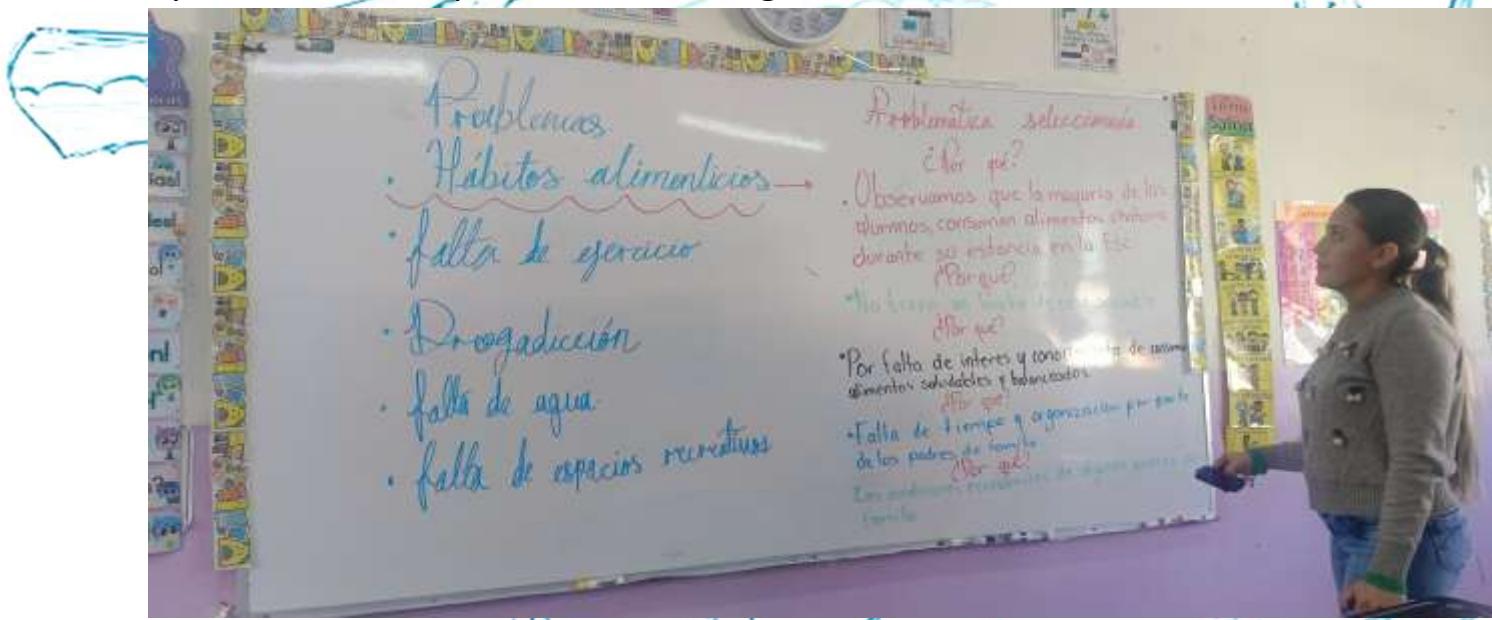
# PROBLEMÁTICA ELEGIDA



## Hábitos alimenticios

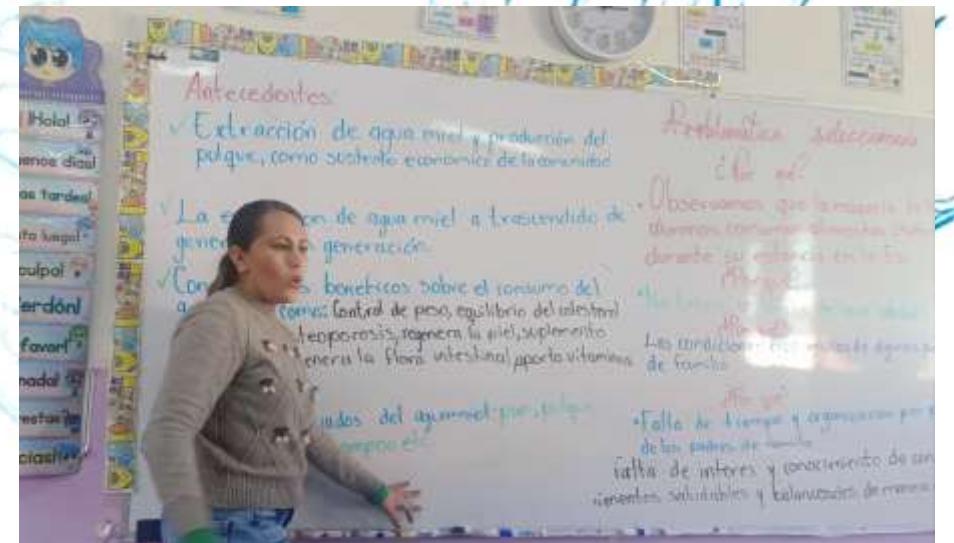
Observamos que la mayoría de las personas tienen una mala alimentación, debido a que los alumnos consumen mucha comida chatarra durante el recreo, la mayoría de los alumnos no tienen un desayuno balanceado y saludable; además las condiciones económicas de algunos alumnos no permiten traer gran variedad 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 Singiluquenses,, 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:**

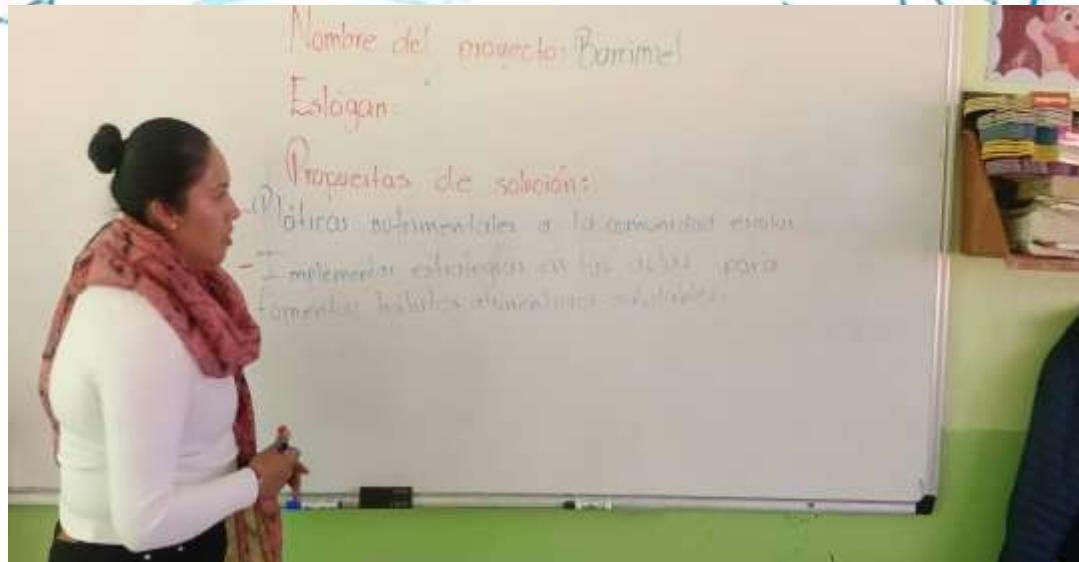
- Implementación de estrategias en el aula: para fomentar los hábitos alimenticios saludable (trabajar el pato del bien comer y la jarra del buen beber)
- Promover la venta de productos saludables en las tiendas escolares: por medio de platicas con los directivos y personas encargadas de las tiendas escolares)
- Visitas a la producción de materias primas de la comunidad.
- Elaboración de menús y lonches saludables.
- Carteles de alimentación saludable
- Carteles 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 aientos 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 pláticas 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 medios de comunicación (Facebook, WhatsApp e Instagram)
- Dar a conocer a la comunidad educativa los aportes 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 medios 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:

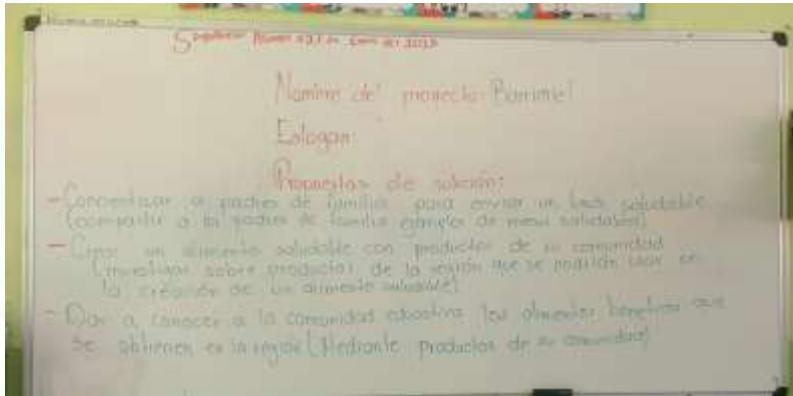
**Meta 1:** Brindar a los alumnos un complemento alimenticio que aporte nutrientes esenciales para su desarrollo, mediante productos que se obtienen de la comunidad.

**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, bracero.  | 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. Thalia | 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, cacahuate, 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”

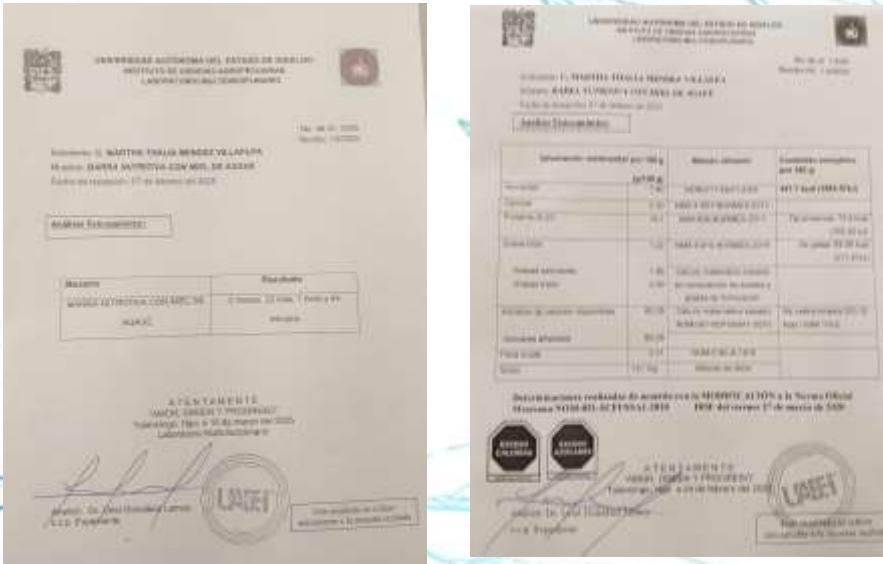




# Evidencia actividades



### Act. 3: Estudio de las barras “Barrimiel”: Tabla nutrimental y Vida de anaquel



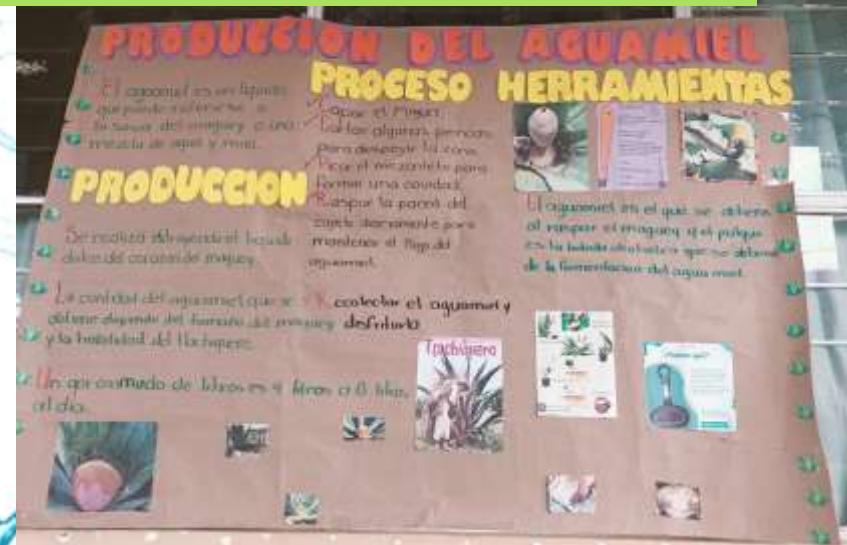
Se realizaron 3 estudios 2 de tabla nutrimental en la cual uno ayudo para mejorar la receta, y el de vida de anaquel teniendo respuestas favorables para consumirlas.

## 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: Pláticas 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



The poster is for the "6km CARRERA BARRIMIEL" organized by "SOMOS POR EL CAMBIO". It features a cartoon runner at the top left. The date is "3 DE MAYO 2025 ¡NO FALTES!". The time is "8:00AM". The location is "Imbalco, Carr. Pachuca-Tulancingo km 12.5". The registration fee is "Inscripción \$50 PESOS". Categories include: PRIMERA: Fem/Var 6-7 años (75m); SEGUNDA: Fem/Var 8-9 años (100m); TERCERA: Fem/Var 10-12 años (150m); ABERTA: Fem/Var 13-60+ (6km). Prizes include "PREMIO ECONOMICO, MEDALLA Y PLAYERA" for first three in each category. There is also a "PREMIO ECONOMICO Y MEDALLA" for the first three in the open category. A note states: "Nota: se premiará 1°, 2°, 3° lugar categoría infantil de manera mixta. Siempre que participen más de 50 corredores se premia femenil y varonil individual 1°, 2° y 3° lugar". Other details mention the presence of local authorities and educational institutions.



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 | <ul style="list-style-type: none"><li>Aguamiel</li><li>Avena, amaranto, arándano, cacahuaté, fibra, aceite de coco, vainilla.</li><li>Carbón</li><li>Cortadores para barras</li><li>Parrilla</li><li>Mano de obra</li><li>Gasolina</li><li>Papel para hornear</li><li>Gas</li></ul> | Comprado          | <p>1 Litro \$15<br/>\$ 2, 301<br/>\$20.60 Kilo<br/>1 cortador \$47.66<br/>\$ 250<br/>\$400<br/>\$250<br/>\$6 cada pliego<br/>\$600</p> | <p>97 Litro \$ 1455<br/>\$2, 301<br/>88 kilos \$1860<br/>3 cortadores \$143<br/>\$250<br/>\$400<br/>\$250<br/>20 pliegos \$120<br/>\$600</p> | \$ 7, 285 |



# Presupuesto



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



# Presupuesto



| ACTIVIDAD      | MATERIAL O RECURSO UTILIZADO   | DONADO O COMPRADO | PRECIO POR UNIDAD   | COSTO TOTAL   | TOTAL       |
|----------------|--|-------------------|---|---|-------------|
| <b>Carrera</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Medallas</li><li>• Playeras</li><li>• Pulseras</li><li>• Lona</li><li>• Pan</li><li>• Premios</li><li>• Impresiones</li><li>• Sobres</li><li>• Agua</li><li>• Café y pan</li><li>• Vasos</li><li>• Cronómetros</li><li>• Copias</li><li>• Banderín</li><li>• Video</li><li>• Staff</li></ul> | Comprado          | \$ 2, 650<br>\$1, 540<br>\$82.50<br>\$158<br>\$180<br>\$7, 800<br>\$88<br>\$50<br>\$550<br>\$150<br>\$25<br>\$2,000<br>\$68<br>\$50<br>\$2,000<br>\$600 | \$ 2, 650<br>\$1, 540<br>\$82.50<br>\$158<br>\$180<br>\$7, 800<br>\$88<br>\$50<br>\$550<br>\$150<br>\$25<br>\$2,000<br>\$68<br>\$50<br>\$2,000<br>\$600 | \$ 16,605.5 |



# 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  
“Tlachiquero”!  
(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

Barrimiel

209 Me gusta • 368 seguidores

¡Barrimiel! Es un proyecto donde busca apoyar, NNA y toda la comunidad en gral.a consumir un complemento alimenticio SALUDABLE, con apoyo de docentes y alum. de la Esc."Justo Sierra" Elabora una barra artesanal,con recursos de la comunidad,como el AGUAMIEL

Me gusta Mensaje ...

Instagram: Barrimiel

barrimiel

12 publicaciones 20 seguidores 14 seguidos.

¡Barrimiel! Es un proyecto donde busca apoyar, NNA y toda la comunidad en gral.a consumir un complemento alimenticio... más

andresvillarflores y jacieletemplos siguen esta cuenta

Seguir Mensaje

Singuilucan



# Difusión del proyecto



En la comunidad compartimos nuestro proyecto con:

Periódico RUTA · Seguir  
28 feb · 2  
Participa primaria de Singuilucan en concurso nacional con barra nutritiva a base de agua miel  
**#Singuilucan #aguamiel #niñosdelfuturo**  
Vista nuestro sitio Web Oficial ✓  
[www.periodicoruta.com](http://www.periodicoruta.com)  
#PeriódicoRuta



10 1 vez compartido 5.8 mil visualizaciones

Periódico:  
*Hidalgo Diario*

PROCESO HIDRALMÍEL  
PRODUCCIÓN

SINGUILUCAN

BARRIMIEL, BARRA NUTRITIVA A BASE DE AGUA MIEL, PROYECTO DE DOCENTES Y ALUMNOS DE SINGUILUCAN

HIDALGODIARIO.COM



Facebook icon Instagram icon X icon YouTube icon TikTok icon HIDALGODIARIO.COM

Periódico: Periódico RUTA  
5.8 mil visualizaciones

NQ Radio sin límites transmitió en vivo. · Seguir  
2 abr · 2  
Conoce el proyecto Barrimiel, una barrita nutritiva hecha con miel de agu... Ver más:  


12 1 vez compartido 12.2 mil visualizaciones

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

# Logros



## Los logros de nuestro proyecto fueron:

Logramos repartir mas de 1686 barras a toda la comunidad Singiluquense, 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 logró 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 Profa. 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 vengan completamente desayunados, a veces vienen con sueño.

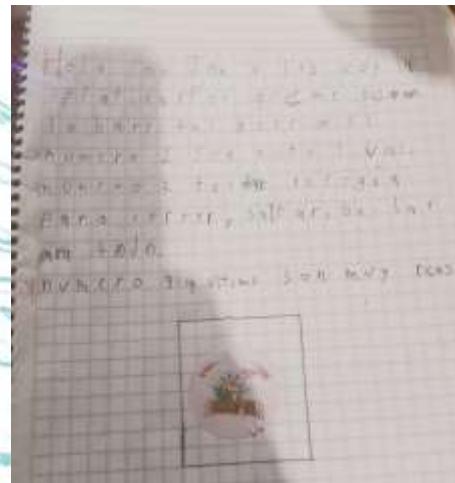
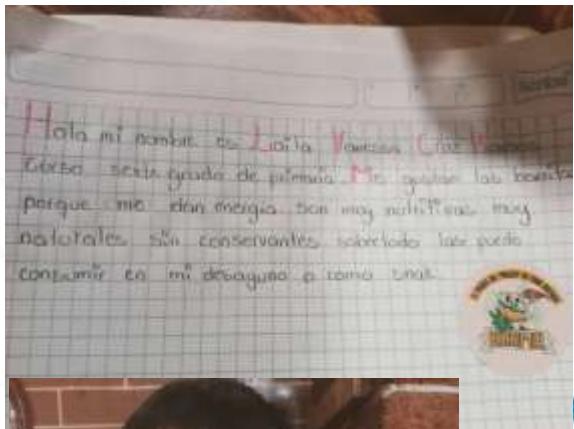


Testimonio Profa. Yesenia Tejeda:

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 buenas, soy el señor Andrés  
Hijo de Rogelio y sus manos la  
deliciosa miel Barrimiel acá viene de  
los maestros que regalamos a todo  
el público. Una acción mi lección es el  
de salud ya que somos directores  
recuerdo que llevaba en la bolera una  
barrimiel la comí para poder celebrar  
me q' rabi fue, me sentí mejor y  
pude ver bien si este sabor nutritivo.





# 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 poyo; 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 Singuilquense.



# ¡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.

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**

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

+21 121 7 comentarios 19 veces compartido



Hidalgo Diario Digital

8 h

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



SINGUILUCAN

## 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 qué 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.



2 Tú y 48 7 comentarios 2 veces compartido

Me encanta

Enviar

Compartir