

Reporte Anual 2024



En alianza con Gibson Soto Foundation



INSTITUCIONALIDAD
Y TRANSPARENCIA
Cemefi

Mensaje de la presidenta

Queridas estudiantes, donadores, voluntarios, colaboradores y amigos de La Cima IAP:

Con enorme alegría y gratitud, comparto con ustedes los logros alcanzados durante este año 2024, en lo que ha sido nuestro **quinto año de operaciones**, fieles a la misión y visión que nos impulsan y honrando con amor la memoria y el legado de nuestro cofundador Thomas Gibson quien puso su corazón entero en este proyecto. Este año ha sido clave para **crecer y consolidar** nuestra labor en favor de mujeres jóvenes, confirmando que el desarrollo humano y la educación son una de las herramientas más poderosas para romper el **ciclo de pobreza generacional** y construir vidas plenas e independientes.

Nos enorgullece compartir que **una estudiante más se graduó este año y cuatro más están a un semestre de graduarse**, sumándose al grupo de mujeres que ya lograron cumplir su sueño de convertirse en profesionistas. **Alejandra, Lupita, Mayra y Daniela** no solo han culminado exitosamente sus carreras universitarias, sino que también han conseguido empleos bien remunerados en sus respectivas áreas. Hoy, son mujeres **profesionistas, independientes y plenas**, capaces de apoyar a sus familias y servir como ejemplo para sus comunidades y generaciones futuras.

Este año, también celebramos haber alcanzado **la meta de 14 estudiantes activas en nuestro programa**, quienes reciben un apoyo integral que incluye **hogar, alimentación nutritiva, salud, transporte, apoyo universitario, talleres semanales de desarrollo humano, capacitación para el trabajo, clases de inglés y asesoría psicológica individual**. Tuvimos la alegría de dar la bienvenida a **cuatro nuevas estudiantes: MariCarmen, Yesenia, María José y Ruth**, todas con la convicción de finalizar sus estudios y romper el ciclo de pobreza por medio de la educación.

Nuestro staff también ha crecido profesionalmente, participando en varios **cursos y talleres de profesionalización** que nos permiten ofrecer un servicio cada vez más efectivo y de mayor calidad a nuestras estudiantes.

En este informe anual encontrarán todos los detalles sobre los logros de nuestras estudiantes, así como sus **testimonios** que inspiran y demuestran su dedicación y el impacto de nuestra labor. Queremos aprovechar este espacio para agradecer profundamente a **cada uno de ustedes**: donadores, voluntarios, colaboradores y amigos. **Sin su apoyo constante, nada de esto sería posible.** Gracias por ser parte de esta misión y contribuir a construir un futuro más justo y lleno de oportunidades para las mujeres mexicanas.

Con gratitud y aprecio,

Lic. Patricia Soto Pliego
Presidente del Patronato



Resumen de Resultados 2024

14 estudiantes beneficiadas con:



HOGAR DIGNO



ALIMENTACIÓN NUTRITIVA



ATENCIÓN MÉDICA



APOYO UNIVERSITARIO

ASESORIAS ACADÉMICAS

**PROGRAMAS DE CAPACITACIÓN Y
DESARROLLO HUMANO**

CLASES DE INGLÉS



ACTIVIDADES DEPORTIVAS

Resumen de Resultados 2024

100% de las estudiantes finalizaron exitosamente su año escolar

Las beneficiarias recibieron:



650 horas de voluntariado profesional

Total de voluntarios : 77



1,773 horas de talleres de desarrollo humano



531 horas de clases de inglés



Participaron en 23,177 horas de clases universitarias

Resultados Académicos

- **Daniela** se graduó como Licenciada en Nutrición con promedio de 8.5
- **Isabel** finalizó el séptimo semestre de la Licenciatura en Psicología con promedio de 9.8
- **Evelyn** finalizó el séptimo semestre de Ingeniería en Biosistemas Agroalimentarios con promedio de 9.6
- **Ana** finalizó el séptimo semestre de Medicina Veterinaria con promedio de 9.3
- **Jessica** finalizó el décimo cuatrimestre de la Licenciatura en Redes Logísticas con promedio de 8.9
- **Dulce** finalizó el décimo cuatrimestre de la Licenciatura en Gestión Educativa y curricular con promedio de 10
- **María José** finalizó el séptimo cuatrimestre de la Licenciatura en Redes Logísticas con promedio de 9.5
- **Dalia** finalizó el séptimo cuatrimestre de Licenciatura en Gestión Educativa y Curricular con promedio de 9.9
- **Tere** finalizó el tercer semestre de Ingeniería Industrial con promedio de 9.2
- **Rosario** finalizó el cuarto cuatrimestre de la Licenciatura en Redes Logísticas con promedio de 9.5
- **Mariel** finalizó el cuarto semestre de Licenciatura en Químico Farmacéutico Biólogo con promedio de 9
- **Ruth** finalizó el tercer semestre de Licenciatura En Administración con promedio de 9.5
- **MariJo** finalizó el tercer semestre de Licenciatura Contabilidad y Finanzas con promedio de 8.6
- **MariCarmen** finalizó el segundo semestre de Medicina Veterinaria con promedio de 8.5
- **Yesenia** finalizó el primer cuatrimestre de Ingeniería Ambiental con promedio de 9.1



Nuestra Misión:

Servir al mundo al proveer a mujeres jóvenes brillantes de comunidades pobres o marginadas, los medios necesarios para tener acceso a educación de nivel superior, motivarlas a desarrollarse plenamente y a contribuir en el desarrollo de su comunidad.



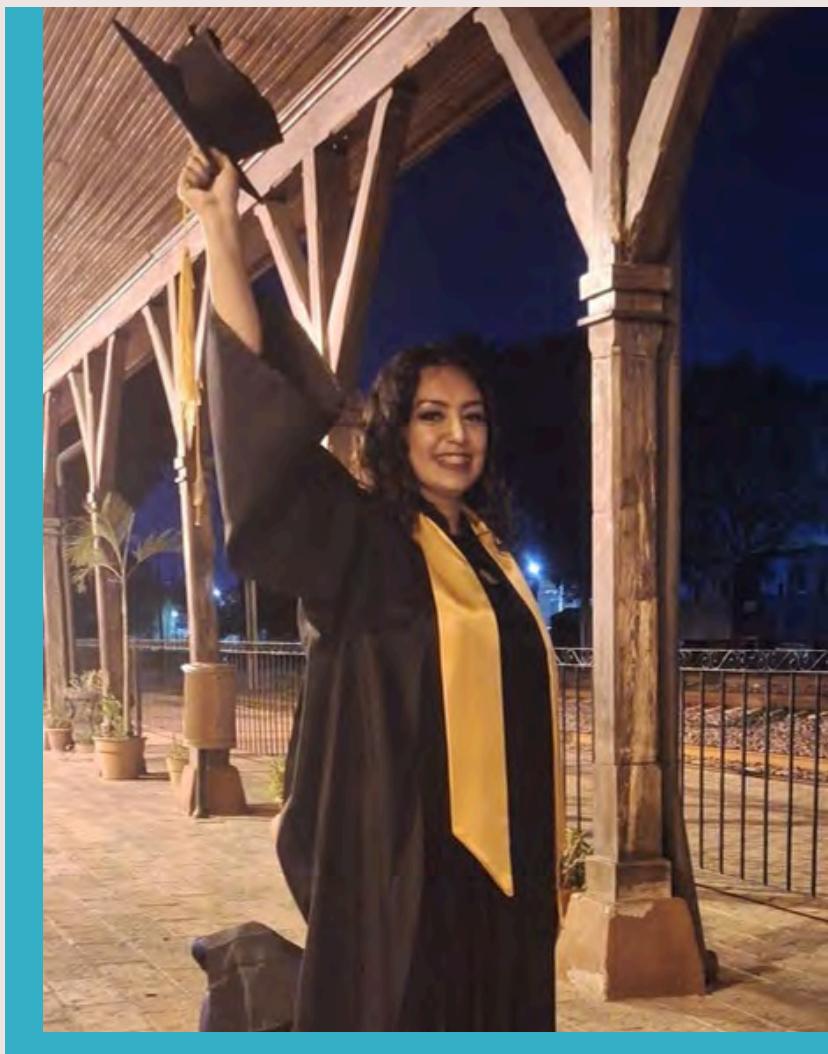
Nuestra Visión:

Romper el ciclo de la pobreza y lograr el desarrollo sustentable de las comunidades empobrecidas o marginadas, mediante la educación y desarrollo pleno de sus mujeres jóvenes, enalteciendo así a los seres humanos y generando paz y prosperidad.



Caso de Éxito: Daniela

Soy una mujer alegre, entusiasta, valiente y determinada, originaria de una pequeña comunidad en Arroyo Seco, Querétaro. Desde una edad temprana, mostré una increíble fortaleza y compromiso con mi educación, a pesar de los desafíos que enfrentaba mi familia. Mi madre se dedica al cuidado del hogar y mi padre emigró a Estados Unidos para generar ingresos y apoyar a mi familia. Con cinco hermanos, me convertí en la primera de mi familia en finalizar estudios universitarios, un logro significativo que marca un hito en mi historia personal y familiar.



Gracias al apoyo integral de La Cima IAP, Daniela finalizó exitosamente sus estudios de Licenciatura en Nutrición. Durante su carrera, trabajó en el Hospital Star Médica, donde adquirió una valiosa experiencia profesional que la preparó para enfrentar los retos de su campo. La combinación de su formación académica, desarrollo humano y su experiencia laboral le ha permitido desarrollarse como una profesional competente y comprometida con su vocación.

Daniela siempre ha estado profundamente preocupada por el bienestar de su comunidad. En su comunidad, hay un alto índice de obesidad en niños y prevalencia de enfermedades como la diabetes e hipertensión en adultos. Con esta realidad en mente, y durante su estancia en La Cima IAP, Daniela diseñó un proyecto comunitario enfocado en enseñar hábitos de alimentación saludables a los niños de su comunidad. Este proyecto no solo refleja su dedicación a la nutrición, sino también su compromiso con mejorar la calidad de vida de aquellos que la rodean.

El éxito de Daniela no hubiera sido posible sin el apoyo continuo de voluntarios, donadores y colaboradores de La Cima IAP. Durante sus 4.5 años de estancia, La Cima IAP proporcionó a Daniela un entorno propicio para su desarrollo humano, académico y profesional. La dedicación de Daniela y el respaldo de La Cima IAP han sido fundamentales para asegurar que ella se convierta en una mujer plena y feliz fuera del ciclo de pobreza generacional.

Agradecemos profundamente a todos aquellos que han apoyado a Daniela en su camino. Su historia es un testimonio inspirador de cómo la educación, el apoyo comunitario y la determinación personal pueden transformar vidas. Daniela ahora está lista para contribuir significativamente a su comunidad y seguir creciendo como una profesional y como un ser humano íntegro. Su éxito es un motivo de orgullo para todos los que han sido parte de su viaje.

Historias de estudiantes egresadas

Lupita. Licenciada en Música.

Egresada de La Cima IAP en Junio 2023.

Mi vida cambió mucho a raíz de mi participación en el programa de La Cima IAP. Gracias a lo que aprendí en La Cima IAP y a su apoyo para finalizar mis estudios universitarios, mi situación laboral actual es muy buena.

En La Cima IAP adquirí muchos hábitos saludables, como dormir temprano, estar pendiente de mi salud física, mi salud psicológica, como comer saludable, ser gentil conmigo misma. Me generó hábitos como ser más responsable, mejor planificación y organización. Todos esos hábitos los sigo teniendo en mi vida cotidiana y mi calidad de vida ha mejorado en cuanto a que soy consciente de cómo distribuyo cada área, como la social, y las demás áreas de mi vida de modo que todo esté equilibrado.



Mayra. Ingeniera Ambiental.

Egresada de La Cima IAP en Junio 2023.

Mi vida ha tenido un cambio significativo por haber sido parte del programa de La Cima IAP. Gracias al apoyo de La Cima IAP soy la primera en mi familia en tener una carrera universitaria y tengo una mejor situación laboral que mi familia. Eso para mí es una gran oportunidad, es una gran herramienta para poderme abrir paso en la vida.

Estoy aplicando lo que aprendí en los talleres de La Cima en mi desarrollo laboral, ya que tengo un trabajo de mucha responsabilidad y de análisis de cosas muy importantes. Otra cosa que me cambió fue la convivencia que tuve con mis compañeras. Al mudarme a otro estado, me di cuenta de que he desarrollado habilidades de responsabilidad y madurez, aprendí a perder el miedo a tomar decisiones, a intentar nuevas cosas, a adquirir retos.



Historias de estudiantes próximas a graduarse

Jessica

Estudiante de Lic. en Diseño y Gestión de Redes Logísticas

Este año, le agradezco a La Cima IAP, por confiar en mí y ayudarme a desarrollarme profesionalmente. Agradezco por día a día tener un hogar seguro y cómodo para vivir, por los alimentos sanos y balanceados que nos proporcionan, que contribuyen con el cuidado de mi cuerpo. Agradezco por el ambiente que se crea en la casa con chicas que están en el mismo proceso académico que me hacen sentir que estoy en casa. Agradezco por el apoyo universitario, materiales escolares y transporte para ir a la universidad, agradezco por que se preocupan por nuestra seguridad y nos piden transporte para regresar a casa cuando regresamos tarde de la universidad.



Agradezco a La Cima IAP por ayudarme a desarrollarme no solo profesionalmente si no también personalmente, esto mediante los diferentes talleres de desarrollo humano que nos imparten semanalmente sobre reconocer y gestionar nuestras emociones, desarrollar planeadores mensuales enfocadas en las áreas; salud física, salud mental, comunitario y académico. Esto para tener metas mensuales en estas diferentes áreas y no solo enfocarnos en una y dejar de lado las demás. También en conocer nuestras diferentes habilidades blandas y habilidades duras, la forma correcta de desarrollar un CV.

Agradezco porque me están guiando a crear un plan de salida, donde estoy especificando qué es lo que necesito y quiero para vivir, donde quiero vivir y como lo lograré, esto para cuando yo egrese de La Cima tener un plan específico para mi futuro. También agradezco por las capacitaciones sobre cómo saber llevar mis finanzas personales, saber ahorrar e invertir. Agradezco por la guía que me dieron para realizar un proyecto comunitario que benefició a las niñas y niños de mi comunidad de origen y también en beneficio a mí, porque aprendí a como llevar un proyecto así a un emprendimiento que puedo utilizar como una alternativa para un ingreso económico extra.

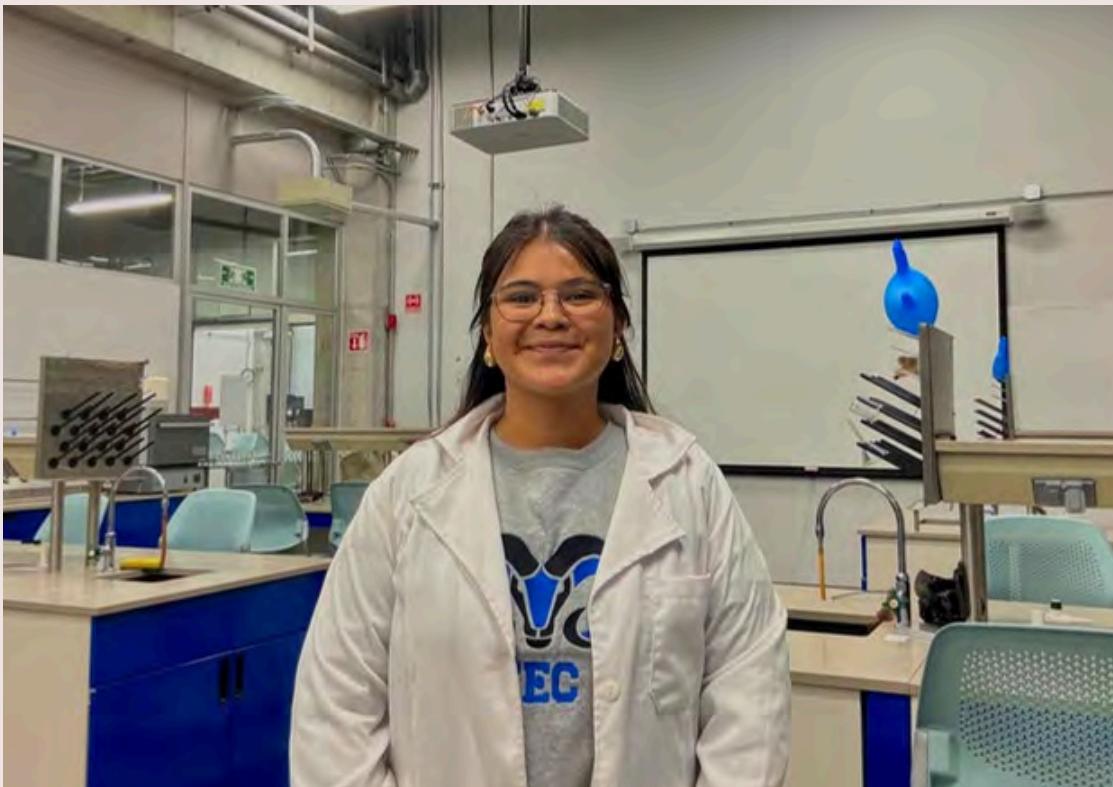
Agradezco a La Cima IAP por guiarme y apoyarme en cada momento en mi proceso universitario. Este año, académicamente crecí en conocimiento sobre cosas nuevas sobre mi carrera que son importantes para el momento en que tenga que desarrollarme laboralmente, Y personalmente crecí en el conocimiento sobre el cuidado de mi cuerpo, aprendí nuevos hábitos para la alimentación que ayudan a mi cuerpo para mantenerme saludablemente y a eliminar poco a poco malos hábitos que con el paso del tiempo pueden repercutir en mi salud física y mental.

Evelyn

Estudiante de Ing. en Biosistemas Agroalimentarios

Este año 2024, sin duda ha representado para mí un reto el cual he disfrutado bastante hasta ahora, estando a un semestre de graduarme la palabra principal con la que puedo cerrar mi año es “gracias”.

Agradezco profundamente a La Cima IAP por todo lo que me ha brindado, no solo en términos académicos, sino también en cuanto a herramientas para crecer como persona. Los cursos, talleres y el acompañamiento que he recibido me han permitido fortalecer mi autoestima, aumentar mi capacidad de liderazgo y mejorar mis habilidades blandas y duras. Gracias a todo esto, siento que hoy tengo más herramientas para enfrentar el futuro con seguridad, tanto en el ámbito profesional como en el personal.



Este año para mí, La Cima IAP ha sido un pilar fundamental en mi vida, gracias a todo el apoyo y los recursos que la institución me brindó. He avanzado mucho en ser una mujer plena. Conforme avanza el tiempo he podido descubrir que disfruto mucho el trabajo en el área social y comunitaria, con las herramientas que me ha dado esta institución he podido mejorar mis ideas, acoplándolas y adecuándolas a la retribución a mi comunidad de origen y en general a la sociedad.

Me siento realmente satisfecha y agradecida, deseo que el siguiente año no solo sea el cierre de un ciclo, sino el inicio de una nueva etapa llena de oportunidades para seguir aprendiendo y creciendo, y que los meses que aún me quedan en La Cima sigan siendo provechosos y como ahora, me sigan permitiendo un pleno desarrollo integral.

Cuando comencé este camino, no sabía si sabía si era capaz de mantener el enfoque y lograr mis metas. Sin embargo, el proceso me enseñó a organizarme mejor, a superar mis miedos y a enfrentar los desafíos con más confianza. Ahora, estoy a un semestre de graduarme, para mí, este logro es mucho más que un título, es el resultado de todo el esfuerzo, dedicación y sacrificios que he hecho a lo largo de los años, mi graduación es lo que más añoro actualmente, pero también me ha permitido ver cómo he evolucionado tanto académicamente como en el aspecto personal.

A lo largo de este tiempo, también he tenido un gran crecimiento en el ámbito personal. He aprendido a conocerme mejor, a comprender mis emociones y a tomar decisiones con mayor claridad. La Cima IAP me ofreció un espacio seguro para desarrollar habilidades importantes, como la comunicación asertiva, el trabajo en equipo y la resolución de conflictos. Todo esto no solo me ha permitido mejorar en lo académico, sino también en mi vida diaria, tanto en el trato con los demás como en mi forma de enfrentar las dificultades. He aprendido a ser más resiliente y a tener una mejor gestión de mis emociones, algo que antes me costaba mucho.

Isabel

Estudiante de Lic. en Psicología Laboral

A La Cima IAP, agradezco enormemente la oportunidad de pertenecer a esta comunidad tan especial. Gracias por ayudarme a cumplir mi sueño de convertirme en una profesional capaz de hacer la diferencia e inspirar a otros. Agradezco su hospitalidad, los talleres de desarrollo humano, la alimentación y el seguimiento personalizado; este apoyo ha sido fundamental para mí en todo este tiempo. Gracias por su misión de transformar la vida de jóvenes estudiantes.



Historias 2024

Hablar de lo más significativo de este 2024 es complicado, no por falta de experiencias, sino porque son tantas que no cabrían en unas pocas páginas. Desde que comenzó el año, los retos aparecieron de inmediato. Entré oficialmente a mi período de prácticas, algo que genuinamente esperaba porque sería uno de los primeros acercamientos al mundo laboral. Capital Humano me abrió sus puertas, y en este espacio tuve la oportunidad de aprender de cerca sobre el proceso de reclutamiento y selección. Además, pude poner en práctica mi creatividad al diseñar publicaciones para las vacantes y otros proyectos. Aprendí a gestionar el tiempo que tenía al hacer home office, mis tiempos libres los aprovechaba para realizar tareas, estudiar y cumplir con mis responsabilidades dentro de la institución.

Gracias a mi constancia y perseverancia, logré adaptarme y cumplir con todas mis responsabilidades. En el área de Capacitación, brindé soporte en la organización de capacitaciones y certificaciones para los operadores. Esta experiencia me permitió profundizar en los procesos de desarrollo y crecimiento de los empleados y, al mismo tiempo, sentir que aportaba al crecimiento de la empresa.

Por su parte, mi crecimiento también se reflejó en el aspecto personal. Trabajar en diferentes lugares me hizo entender la importancia de creer en mí misma y de confiar en que soy capaz de desempeñarme en el lugar que elija. Aprendí también a reconocer mis límites y a aceptar que no tengo que ser buena en todo, evitando así exigirme de más. En el ámbito social, crecí en la forma en que me relaciono con los demás, construyendo vínculos significativos tanto en entornos laborales como en momentos recreativos; he aprendido que nunca se sabe cuándo volveré a cruzarme con esas personas.

La familia siempre ha sido esencial para mí. He aprendido a comunicarles con mayor frecuencia lo que siento, y su apoyo incondicional es algo que valoro profundamente. Para todos ellos solo tengo palabras de agradecimiento, ya que su papel en mi vida va mucho más allá del rol familiar.

La parte económica es muy importante para mí, por eso a través de lo que ganaba en las prácticas, priorice el ahorro siendo más consciente de mis finanzas, dado que eso me permite acercarme más a mi independencia.

Dulce

Estudiante de Lic. En Gestión Educativa y Curricular

Estoy sumamente agradecida con LA CIMA por todas las herramientas y el apoyo que me han brindado durante este año. Gracias a ello, he podido mejorar en aspectos clave de mi vida, especialmente en lo que se refiere a la gestión del tiempo y el dinero. Con la ayuda de LA CIMA, he aprendido a organizar mis recursos de manera más eficiente, lo que me ha permitido alcanzar un equilibrio entre mis responsabilidades académicas y personales. Aprender a gestionar mis finanzas ha sido especialmente valioso, pues me ha enseñado a planificar y a priorizar mis gastos, permitiéndole una mayor estabilidad y tranquilidad económica para mi vida como estudiante.



Además de los conocimientos en gestión, La Cima IAP también ha tenido un impacto positivo en mi bienestar físico y emocional. Gracias a su orientación, he comenzado a incorporar hábitos saludables en mi rutina diaria, como una alimentación balanceada y la práctica regular de actividad física. Estos cambios han contribuido significativamente a mejorar mi salud, y, en consecuencia, mi calidad de vida. Antes, subestimaba el impacto que los hábitos saludables pueden tener en el bienestar general, pero ahora entiendo que cuidar de mi salud es fundamental para rendir mejor en todas las áreas de mi vida.

Estos aprendizajes me han transformado, dándome una perspectiva mucho más amplia sobre lo que significa el desarrollo integral de una persona. Hoy puedo decir que soy alguien más preparado, tanto profesional como personalmente, para afrontar los retos que puedan surgir en el futuro. Siento que he crecido de maneras que jamás imaginé, y estoy motivada para seguir mejorando y aportando lo mejor de mí en cualquier espacio en el que me encuentre. Sin duda, el apoyo y el impulso de La Cima IAP han sido claves en este proceso, y estoy agradecida por cada lección que me han brindado, lecciones que llevaré conmigo para siempre.

En la vida, siempre existen retos que nos desafían y nos invitan a crecer. Estos obstáculos pueden aparecer en cualquier momento, y depende de nuestra voluntad, dedicación y esfuerzo el poder superarlos, aprender de ellos y salir fortalecidos. Este año ha sido, para mí, una experiencia enriquecedora llena de aprendizaje y de enseñanza sobre la importancia de la fortaleza, tanto en el ámbito personal como profesional.

A nivel personal, también he trabajado en varios aspectos para ofrecer lo mejor de mí, no solo para saber cómo desenvolverse en un entorno profesional, sino también a las personas importantes en mi vida: mi familia, mis compañeros en la escuela, mis amigos y compañeras en La Cima IAP. Ha sido un proceso de autoconocimiento y autoevaluación en el que he tenido la oportunidad de reflexionar sobre mis fortalezas y áreas de oportunidad. Esto me ha permitido descubrir nuevas habilidades y reforzar aquellas cualidades que me hacen y me harán un mejor ser humano y profesional.

Conoce a nuestras nuevas estudiantes

Ruth

Estudiante de Lic. En Administración

Yo crecí en una casa hogar desde los 5 años. Yo veía entrar y salir compañeros de la casa hogar y yo me preguntaba si algún día yo iba salir, pero vivir de una forma diferente, si yo podría cambiar el rumbo de mi vida y encaminarla hacia un futuro mejor, uno donde yo pueda viajar, tener un buen trabajo, tener una familia, cumplir todas mis aspiraciones. Da un poco de miedo, pero he perdido el miedo, ahora he logrado gestionar y transformar eso en emoción. Ahora estoy en ese camino en el que mucha gente me anima a seguir y me da a conocer las consecuencias de ciertas decisiones que puedo tomar. Estoy muy agradecida con La Cima IAP. Me motiva y me da fuerzas para continuar y cumplir mis sueños.



Cada término del ciclo escolar, cada risa, cada amistad, cada error, cada discusión, cada tema nuevo por aprender representa los pasos que voy dando en el camino y me demuestra que estoy avanzando, este año pude hacer un cambio muy grande en mi vida. Salí de la casa hogar y me estoy preparando para que algún día yo pueda volver y mostrarles a esos niños que a lo mejor piensan lo mismo que yo cuando era pequeña que si se puede, y que si yo lo logre ellos también pueden. Lo que más me gusta de ser parte de La Cima IAP es que puedo darme cuenta de que estoy aprendiendo muchas cosas importantes para mi vida y de que lo que estoy haciendo va a dar grandes frutos. Voy a poder volver la vista al pasado y ver a esa pequeña niña que desea con todo su corazón cumplir sus sueños y decirle que lo está haciendo muy bien.

Cada día aprendo cosas nuevas, La Cima IAP me está dando las herramientas para identificar y aplicar los nuevos conocimientos para mi formación personal. Puedo distinguir lo que es bueno o malo para mí y reconocer que hay consecuencias por las decisiones que tomo. Nos da alimentación saludable para prevenir enfermedades y, sobre todo, nos enseña a apreciar y cuidar nuestro cuerpo. También aprendemos sobre la corresponsabilidad, que, en mi opinión, es fundamental para que la convivencia en grupos funcione de buena manera y con mucho respeto.

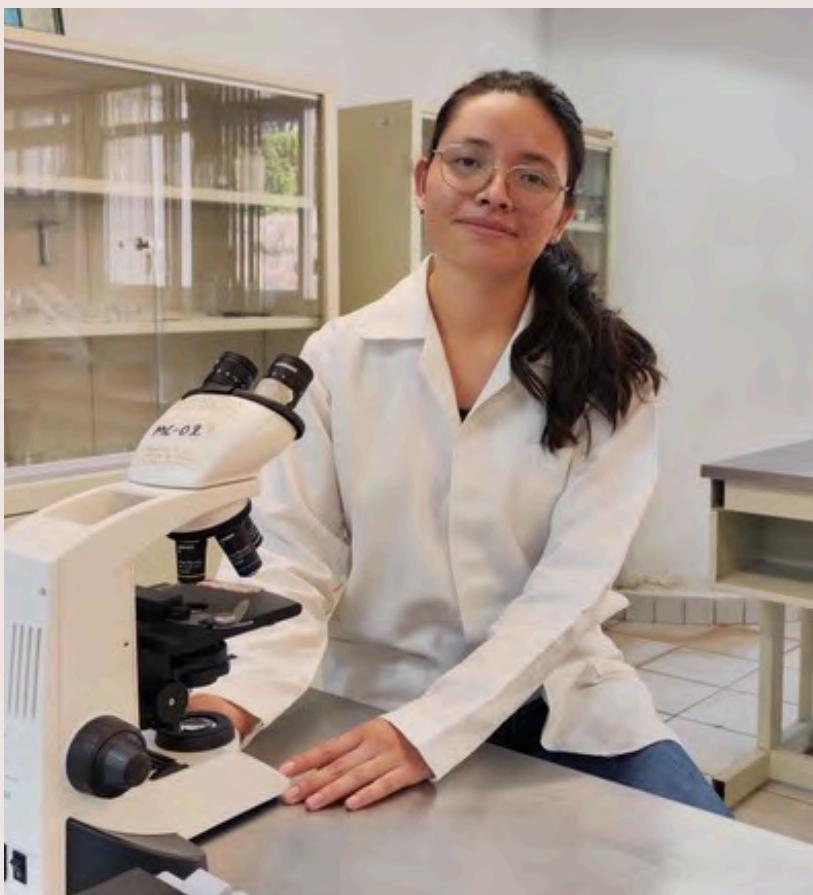
Estoy muy agradecida con La Cima IAP por abrirme sus puertas y darme la oportunidad de terminar mis estudios, y enseñarme que hay otras formas de vivir, por las clases de inglés, por la familia que estoy creando dentro y fuera de la casa con la cual puedo compartir y complementar todas las anécdotas o dudas que tengo sobre ciertos temas. Pero lo más importante es que soy capaz de cumplir todo lo que me propongo. No hay palabras que expresen lo agradecida que estoy con La Cima

Maricarmen

Estudiante de Lic. en Medicina Veterinaria

Gracias a La Cima IAP por apoyarme en mi meta de convertirme en una médica veterinaria y poder crecer como una mujer fuerte con recursos para enfrentar al mundo y a mis obstáculos que podrían impedir cumplir mis metas.

Los logros que he cumplido este año gracias a La Cima IAP es crecer poco a poco como persona, aprendí con cada taller de desarrollo humano que tengo la responsabilidad de compartir los conocimientos adquiridos con la sociedad, como por ejemplo, la cuestión financiera. Si comparto mi conocimiento con una persona puedo cambiar para bien un aspecto de su vida y ella puede transmitir también ese conocimiento y cambiar a otra persona, es como una red sana.



Crecí en responsabilidad y trabajo en equipo ya que al convivir con varias personas y poder trabajar sanamente ayuda a conseguir buenos resultados, para convivir diariamente con varias personas es indispensable saber trabajar en equipo, en el aspecto personal pude aprender a identificar más emociones que me pasan diariamente y al poder saber cómo me siento, me ayuda a resolver como puedo cambiar esa emoción si es negativa claro, o solo dejarla fluir ya que las emociones duran solo 45 segundos y podemos tener miles de emociones al día.

En el aspecto de finanzas crecí en mi manera de ver el futuro de manera positiva. Una de mis metas es la libertad financiera, estoy en una buena edad para pensar cómo puedo generar más ingresos si quiero cumplir esa meta con los conocimientos de poder buscar alternativas de inversión, ahorrar de manera correcta.

Crecí en la manera de cuidar mi cuerpo ya que solo tengo uno en la vida, tengo que comer sanamente, hidratarme de manera correcta, dormir las horas que necesito y sobre todo evitar consumir alimentos que solo dañan y no contribuyen a mi nutrición, por eso concuerdo con la frase de “Cuerpo sano, mente sana” sobre todo darme un tiempo para cuidar mi cuerpo haciendo ejercicio.

Quiero expresar mi agradecimiento a La Cima IAP por darme la oportunidad de poder ser parte, de poder concentrarme y continuar en mis metas académicas y profesionales, sin tener que preocuparme por las dificultades económicas, y sobre todo del gran beneficio de poder crecer como persona en el ámbito personal y social. Agradezco las clases de inglés que me servirán para mi licenciatura y vida laboral, por la comida saludable, por los talleres de desarrollo humano.

Yesenia

Estudiante de Ing. Ambiental

Considero que muchas veces la vida te pone en los lugares indicados para que puedas cumplir tus sueños y no renuncies a ellos.

Este año logre ser partícipe de La Cima IAP que para mí es ya como una segunda familia. Pude darme cuenta que todo mi esfuerzo y dedicación siempre me puede abrir muchas puertas que contribuyan a mi futuro, y es que si me pongo a pensar jamás me imagine estar logrando todo lo que he construido hoy en día.



La vida me ha enseñado en creer en mí y que a veces por un error que haya cometido no me puedo rendir, siempre debo salir adelante, porque también hay que recordar que muchas veces todo aquello que damos lo volvemos a recibir, por ello en mi crecimiento personal he tenido más enfoque en la solidaridad, y cuando me aleje de mi familia mi madurez aumento a un nivel impresionante. De verdad agradezco por todas las cosas que he pasado porque sin ellas no sería la persona que soy hoy en día esta persona con mayor visión y sueños por cumplir.

Anhelo con muchas ansias que mi crecimiento personal siga aumentando en autoestima, liderazgo y compañerismo y en cuestiones académicas ni se diga: quiero en primer lugar mejorar mi inglés, porque el saber otro idioma te abre un mundo de posibilidades, de igual forma espero seguir aprendiendo de cuestiones financieras para poder lograr un retiro digno en un futuro.

Gracias a que estoy en La Cima IAP me he dado cuenta que nos preparan para ser unas mujeres capaces de enfrentar la vida por ello quiero agradecer el que hayan confiado en mí, en que puedo hacer cosas grandes. De verdad gracias porque fui seleccionada a participar en su programa, el poco tiempo que llevo aquí mi vida está empezando a dar un giro de 180° porque gracias a todos los talleres impartidos mis conocimientos se están ampliando cada vez más para mi desarrollo personal, profesional y para el cuidado de mi salud.

De todo corazón gracias a La Cima IAP y las personas que están creyendo en mí, me motivan a seguir adelante para que el día de mañana pueda devolver todo aquel apoyo que he recibido para cumplir mis sueños, porque gracias a ello podre ser el ejemplo para muchas más mujeres que nosotros podemos vivir diferentes estilos de vida y conocer el mundo desde otra perspectiva.

Marijo

Estudiante de Lic. En Contabilidad y Finanzas

Mi agradecimiento a La Cima IAP no tiene medida. Gracias a esta organización, he tenido la oportunidad de participar en talleres y actividades que me han permitido profundizar en áreas de mi vida que antes no había considerado. He aprendido la importancia de una alimentación sana, así como de escuchar y expresar mis emociones a través de mi cuerpo. Uno de los momentos más significativos fue cuando participé en un taller de Movimientos conscientes. Este taller me permitió conectar profundamente conmigo misma, identificar mis necesidades, y liberarme de tensiones emocionales, encontrando así un camino más claro hacia mi paz interior.



Además, La Cima ha sido clave en el desarrollo de mis habilidades de equipo y liderazgo. Las experiencias compartidas con las demás chicas me han enseñado a escuchar, comprender y colaborar de manera más efectiva. He aprendido que el liderazgo no solo consiste en tomar decisiones, sino también en inspirar y apoyar a los demás para que crezcan y alcancen sus metas. La Cima ha sido un refugio de aprendizaje, donde no solo he adquirido conocimientos, sino también herramientas prácticas que he aplicado en mi vida personal y profesional.

Este 2024 ha sido un año de grandes transformaciones en mi vida, tanto en lo personal como en lo académico. Mi crecimiento ha sido posible en gran parte gracias a La Cima IAP, que ha sido un apoyo fundamental en mi camino. Durante este año, he trabajado aspectos clave de mi desarrollo personal, especialmente la gestión emocional. A lo largo de los años, las emociones y el estrés a menudo me desbordaban, pero este año he aprendido a manejar mejor mis reacciones ante situaciones difíciles. He comprendido la importancia de conocer y aceptar mis emociones, así como el poder del "todavía", que me ha enseñado a ser paciente y a no rendirme.

A través de los talleres de La Cima, he fortalecido mi capacidad para enfrentar las adversidades con una actitud más positiva y tranquila. Estos aprendizajes me han permitido establecer límites más claros con las personas y actividades que no contribuyen a mi bienestar, lo cual ha sido esencial para mantener mi equilibrio emocional y mi salud mental. Este proceso de crecimiento me ha permitido mejorar mi relación conmigo misma y con los demás, siendo más consciente de mis emociones y aprendiendo a gestionarlas de manera más efectiva.

En el ámbito físico, también he dado pasos importantes. Me comprometí a cuidar de mi bienestar físico y comencé a hacer ejercicio de manera constante. Este cambio no solo ha impactado positivamente mi cuerpo, sino también mi mente, ayudándome a desarrollar una actitud más positiva frente a los retos cotidianos. Aunque el proceso fue desafiante, los resultados han sido muy gratificantes y me han dado una mayor energía para afrontar el día a día.

Historias

Ana

Estudiante de Lic. en Medicina Veterinaria

A La Cima, le agradezco la oportunidad que me ha brindado durante estos tres años, no solo en el ámbito académico o en el apoyo económico, sino también por las amigas y compañeras que he conocido a lo largo de este tiempo y que aprecio mucho. No solo valoro el acompañamiento que he recibido de ellas desde que ingresé, sino también el hecho de que me han brindado su amistad y han estado para mí cuando las he necesitado, tal como yo he estado para ellas. Otro aspecto por el que le agradezco es por mi desarrollo humano. Con todos los talleres que he tomado, he aprendido muchas cosas que me han hecho reflexionar. Esto me ha permitido trabajar cada día para ser una mejor persona y mejorar en lo personal.



Historias 2024

Este 2024 viví varias experiencias que me gustaría destacar. Mis mayores logros fueron poder concluir otro semestre de la universidad y estar cursando más de la mitad de mi carrera. Tener la oportunidad de seguir adelante y continuar desarrollándome como profesionista ha sido una experiencia invaluable. Otro logro importante en este 2024 fue la oportunidad de realizar mi proyecto comunitario en mi comunidad de origen. Esta fue una experiencia nueva para mí, ya que nunca había expuesto frente a un grupo ajeno y de menor edad. La responsabilidad de ofrecerles la mejor información fue grande, ya que dependía de mí el mensaje que los adolescentes de secundaria se llevaran. A decir verdad, estaba muy nerviosa por el resultado, pero al final todo salió bien. Espero que los jóvenes se hayan llevado lo mejor de esa presentación. Otro logro personal fue atreverme a hacer cosas nuevas, salir de mi zona de confort, como pintarme el cabello del color que siempre había querido y practicar un deporte como la natación, entre otras cosas.

En cuanto a las áreas personales en las que pude crecer, una de ellas fue la académica. Cada semestre adquiero nuevos conocimientos que me servirán para la vida adulta. Me encanta observar mi progreso y relacionar lo nuevo con lo que ya he aprendido. Esto me da mucho entusiasmo para seguir aprendiendo y adquiriendo más conocimientos. Otra área de crecimiento fue en las relaciones interpersonales. Este año he conocido a más personas y también he tenido la oportunidad de reforzar lazos con aquellas que ya conocía, pero no de una manera tan profunda. Esta parte de mí la refuerzo cada día, ya que, en lo personal, me cuesta crear nuevos lazos, pero una vez establecidos, agradezco mucho las amistades y grandes personas que he conocido en el camino.

Dalia

Estudiante de Lic. En Gestión Educativa y Curricular

Mi gratitud hacia La Cima IAP es enorme, pues ha sido un pilar fundamental en este proceso de desarrollo. Su apoyo constante, tanto en los momentos de desafío como en los de éxito, ha sido invaluable. La Cima me brindó el espacio para explorar y expandir mis capacidades, proporcionándome las herramientas necesarias para crecer y mejorar. Su enfoque en el desarrollo integral me permitió entender que el crecimiento no solo se basa en adquirir conocimientos, sino también en cometer errores y corregirlos para no volver a cometerlos. Gracias a ellos, he desarrollado una mayor resiliencia y una visión más clara de mis objetivos y de cómo quiero contribuir al mundo.



Uno de mis mayores logros de este año fue superar las metas que me propuse en términos de organización y responsabilidad en mi vida educativa. Este logro no solo se refleja en mi capacidad para llevar a cabo mis tareas con excelencia, sino también en la manera en que logré equilibrar mi tiempo entre la universidad, la interacción con mis seres queridos y el cuidado de mi bienestar personal. Lograr este balance ha sido fundamental para disfrutar más de cada momento con una conciencia plena.

Otro aspecto significativo de mis logros este año fue el fortalecimiento de mis habilidades de comunicación y liderazgo pues me encontré en situaciones en las que fue necesario tomar las riendas de un equipo y trabajar juntos para lograr los resultados esperados. Esto me exigió salir de mi zona de confort y desarrollar la confianza para expresar mis ideas de manera clara y asertiva. Aprender a comunicarme de forma efectiva y a colaborar con otros ha sido fundamental para crecer personal y profesionalmente.

Algo más personal fue el desarrollo de mi capacidad para ser paciente conmigo misma. Siempre me había exigido mucho, a veces sin darme el tiempo necesario para procesar las experiencias, tanto positivas como negativas. Este año, logré reconocer la importancia de pausar, reflexionar y darme el espacio para aprender de cada situación sin juzgarme. Esto no solo me ha dado una mayor paz interior, sino que también me ha permitido abordar los desafíos con una perspectiva más positiva y constructiva. Ahora entiendo que el crecimiento es un proceso, y que cada pequeño paso cuenta y cuentan aún más si se disfrutan plenamente.

En mis interacciones con amigos, familiares y colegas, me esforcé en comprender sus puntos de vista y ofrecer apoyo genuino cuando lo necesitaban, fue un gran logro pues por lo general no sé qué decir o hacer en situaciones vulnerables, pero poco a poco voy mejorando y haciéndolo de corazón.

Rosario

Estudiante de Lic. en Gestión y Administración de Redes Logísticas.

Sin duda yo le agradezco a La Cima por la persona que soy en la actualidad, porque he crecido mucho a lo largo de este año, me he convertido en una mujer mucho más madura, independiente y fuerte. He desarrollado grandes habilidades, he notado un gran cambio personal en mí y ver la vida de otra forma en situaciones complicadas.

Le agradezco por siempre brindarme el apoyo que he necesitado en cada paso que doy, por reforzar cada una de mis áreas, por tener talleres que ayudan a mi crecimiento, formación profesional y personal, por tener clases de inglés gratuitas, por brindarme una alimentación sana y equilibrada, pero sobre todo por acompañarme en este gran reto que me ha puesto la vida. Es un privilegio ser parte de esta hermosa institución.



Este año 2024 ha sido de gran aprendizaje en mi vida escolar, laboral y personal, sin duda he logrado cosas que jamás creí poder cumplir a mi corta edad. Uno de mis grandes miedos además de no quedar en la universidad era en no seguir manteniendo un buen promedio, mi mente se llenaba de ideas al pensar que iba a ser muy complicado, que mis calificaciones no serían las mismas y que probablemente iba a defraudar un poco a mis papás, pero la realidad es que al proponerme la meta y no bajar la guardia me he mantenido con buenas calificaciones, soy una de las chicas con mejor promedio en mi grupo, eso me pone muy feliz y a mis papás mucho más.

Otro logro más es que me siento muy feliz de la mujer que soy ahora, he aprendido a estar sola porque sé que no está mal estarlo, a dejar ser cualquier emoción que presenta mi cuerpo, porque también es correcto estar bien y estar mal, ninguna emoción es mala. He aprendido a saber poner mis límites y dejar a aquellas personas que no suman ni aportan en mi vida para mi paz mental.

Las áreas personales en las que más he crecido ha sido en la física porque trato de hacer ejercicio casi a diario, aunque sea una media hora, el área afectiva porque tengo el amor de mis padres, amigas y sobre todo el amor propio que me tengo a mí misma, uno de mis grandes problemas era ese, el no quererme tal y como soy, pero ahora todo es distinto y sé que muchas personas me lo hacían saber, pero la única que no lograba verlo era yo.

Mi área personal espiritual ha sido una de las que más ha crecido, mantenerme conectada con la naturaleza en momentos de mucho estrés ha ayudado a que mi mente se relaje y en no sobre pensar tanto las cosas. La música me ha ayudado a expresar aquel sentir que es difícil sacar del alma, meditar y leer me han permitido sentir paz y armonía en mi interior.

Mariel

Estudiante de Lic. en Químico Farmacobiólogo.

Llegué justo hace un año a La Cima IAP; un año que ha estado lleno de muchas experiencias, vivencias, aprendizajes y logros. Sin duda considero que el primero de todos es poder continuar con mis estudios universitarios, lo tomo en cuenta como un gran logro ya que lamentablemente hoy en día aún existe la limitación de la educación hacia las mujeres por diversos estereotipos, estereotipos que gracias a tanto el apoyo como todos los talleres brindados por parte de la fundación nos han motivado a desintegrarlos para así poder romper no solo con nuestros círculos de pobreza monetaria, sino también la pobreza mental por todas las ideologías que se manejan incluso en estos tiempos



Otro de los logros que tuve fue mejorar mi fluidez conversacional en el idioma inglés gracias a las clases de calidad que nos otorgan, creo firmemente que el poder manejar un segundo idioma me abre muchas puertas para un mejor futuro laboral.

La Cima IAP no es solo un lugar que nos impulsa a crecer en el ámbito educativo, sino también en lo humano, en lo social, hoy puedo decir que soy mucho más empática, solidaria, altruista e independiente de lo que era antes, siempre me han incitado sacar la mejor versión de mi e irla construyendo día con día, dándome herramientas para fortalecer mi liderazgo, gratitud, mi amor propio y mi autoestima.

Le agradezco a La Cima IAP por creer en mi desde el día uno. Confiar en que soy una mujer capaz de poder lograr lo que se propone que es poder titularme como Químico Farmacéutico Biólogo para poder impulsar a las mujeres en el maravilloso mundo de la ciencia, así como ser también un ejemplo a seguir para ellas y construir una nueva historia en este rubro. Les agradezco por darme un techo, alimentación sana, artículos de primera necesidad y útiles escolares para poder desenvolverme en mis distintas áreas, gracias por cuidar de mí no solo en lo físico sino también en lo mental otorgándome materiales y asesoramiento para cuidar de ella ya que ellos también me hicieron reflexionar que el tener una buena salud mental es una de las mejores armas que puedo poseer para poder tener mejores rendimientos escolares así como también una forma de demostrarme cuanto me quiero, me importo y me valoro.

María José

Estudiante de Lic. en Gestión y Administración de Redes Logísticas.

Gracias a La Cima IAP, he podido continuar con mis estudios universitarios sin preocuparme por algunas necesidades básicas. Ellos me brindaron un lugar digno donde vivir, apoyo educativo y acceso a talleres y actividades que enriquecen mi formación integral. A lo largo del año, participé en varios talleres de crecimiento personal que me ayudaron a mejorar mi autoestima, desarrollar habilidades de comunicación y fortalecer mi inteligencia emocional. También tuve la oportunidad de realizar actividades físicas que me permitieron liberar el estrés y mantenerme saludable. Todo este respaldo de La Cima IAP ha sido fundamental, y no tengo palabras suficientes para expresar mi gratitud hacia ellos. Sin su ayuda, quizá muchos de mis logros no hubieran sido posibles o se habrían alcanzado con mayores dificultades.



Este año ha sido realmente significativo en mi vida académica y personal. Logré culminar mi Técnico Superior Universitario (TSU) en Logística Área Cadena de Suministro en la Universidad Tecnológica de Querétaro, un logro que ha requerido de mucha dedicación y esfuerzo. Sin embargo, no me quedé allí; también di un paso adelante al continuar con la licenciatura en Gestión y Administración de Redes Logísticas. Para mí, ambos logros representan la constancia y la pasión que he invertido en mi formación profesional. Cada materia, cada trabajo en equipo y cada examen han sido parte de un proceso que hoy me llena de satisfacción y orgullo.

En cuanto a mi crecimiento personal, siento que este año me ayudó a fortalecer áreas esenciales de mi vida. Uno de los aspectos más importantes en los que crecí fue la responsabilidad y la gestión del tiempo. Entre los estudios, las prácticas y las tareas personales, tuve que aprender a equilibrar todas mis actividades sin descuidar ninguna. También trabajé en mi resiliencia, ya que hubo momentos de cansancio y dudas, pero siempre encontré la motivación para seguir adelante. A través de este proceso, descubrí una capacidad de perseverancia que me ha hecho más fuerte y preparada para los desafíos futuros.

Tere

Estudiante de Ing. Industrial

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a La Cima IAP por ser una parte fundamental de mi crecimiento, tanto profesional como personal. Gracias por acompañarme en este camino, por darme un espacio donde sentirme cómoda, por brindarme nuevas oportunidades y ser parte de mi vida. Aprecio profundamente que hayan creído en mí y en mis capacidades, lo cual ha sido clave para alcanzar mis logros. Gracias a La Cima estoy cumpliendo mis sueños y estoy descubriendo nuevas facetas de mí.



Este 2024 ha sido un año lleno de desafíos, pero también de logros que me llenan de orgullo. A lo largo de este año, he aprendido lecciones valiosas en diversas áreas de mi vida, tanto académica como personal. Me animé a explorar nuevas actividades, como participar en un taller de pintura, lo que me permitió descubrir una forma de expresión y creatividad que antes no había considerado. Además, tomé el control de mis finanzas al comenzar a ahorrar con mayor disciplina y establecer un presupuesto personal, algo que nunca había hecho antes. Este esfuerzo también se reflejó en mis estudios, ya que logré mejorar mis calificaciones, lo que me impulsó a seguir aprendiendo y a fijarme nuevas metas académicas.

A nivel personal, experimenté un cambio significativo en mi mentalidad. Aprendí a gestionar mejor mis emociones y a enfrentar los retos con una actitud más resiliente. Me volví más organizada, estableciendo metas claras y trabajando de manera constante para alcanzarlas. Este enfoque me ayudó a desarrollar una mentalidad más positiva y a mantener la calma frente a las dificultades, lo que me permitió avanzar de manera más efectiva tanto en lo académico como en lo personal.

Sin duda una de las áreas en las que más he crecido es en la personal, puesto que he notado un cambio notorio tanto en mi salud física como mental, he priorizado estar en calma y eso me ha ayudado a mejorar en las demás áreas de mi vida.

Historias 2024

Testimonio 2024

Daiysi Palomares. Coordinadora general del programa de La Cima IAP

Mi experiencia este 2024 como Coordinadora de La Cima IAP ha sido un gran reto y un hermoso proceso de aprendizaje al mismo tiempo. Este año tuvimos la oportunidad de vivir un nuevo proceso de selección en donde se le dio la bienvenida a cuatro nuevas estudiantes con deseos por continuar su preparación profesional y con toda una vida por delante. Es complejo pensar en las múltiples aristas de cuáles son los perfiles ideales, aquellas jóvenes que no sólo tienen "ganas" de triunfar y dejar un legado, sino también, aquellas mujeres que se preocupan por "ir más allá" y potenciar a sus comunidades a través de su liderazgo sistémico.

Sin embargo, una vez que una estudiante es seleccionada como parte de nuestras beneficiarias el proceso de llegada y bienvenida es un camino hacia nuevas experiencias y una energía transformadora que busca complementar habilidades, capacidades, motivaciones y sueños en la búsqueda de un mismo objetivo.

Durante el año, también es muy gratificante el proceso de crecimiento -a su propio ritmo- de cada una de las estudiantes y que me permitan guiarlas/acompañarlas en el desarrollo de su ser humano integral para descubrir su máximo potencial y fortalecer su propia identidad. Es una experiencia invaluable el poder acompañar la transformación de las estudiantes durante su etapa universitaria en la que suceden múltiples cambios, por ejemplo, dejar de ser adolescente para convertirte en un adulto independiente, responsable de ti mismo y de tu propio bienestar. Por tanto, es una etapa decisiva como parte de un proyecto de vida y que puede ser un parteaguas importante en la búsqueda de una vida plena y feliz.



Como Coordinadora del programa puedo decir que uno de mis objetivos es siempre velar por el bienestar de las estudiantes y que tengan una vida equilibrada en todas las áreas en donde se desarrollan, pero también acercar a ellas oportunidades para que vean la vida “más allá” de las cuatro paredes que las rodean y tengan ese deseo por investigar qué hay detrás de cada experiencia que llega a sus vidas.

Este año hemos logrado tener 14 beneficiarias, lo que se traduce no sólo en 14 personas, sino que representa un impacto potenciado en cientos de personas a corto, mediano y largo plazo considerando todos los ambientes en los que nuestras estudiantes se desarrollan.

Me siento orgullosa de cada uno de sus logros, porque también ahí, se refleja el arduo trabajo que todos y todas en la organización hacemos día a día para hacer de nuestras beneficiarias personas que impacten positivamente a su entorno.

Desde hace algunos meses he pensado, ¿Qué pasaría si tuviéramos varias “La Cima” en cada estado de nuestro país? Siempre le digo a las chicas, “La Cima” es un pedazo del mundo que sólo existe aquí y nosotras tenemos el privilegio de formar parte de ella, ¿qué queremos hacer con ello?, ¿qué podemos hacer para llevar varias “La Cima” a otras partes del mundo y que otras mujeres como nosotras puedan tener la oportunidad de vivir esta experiencia?

Soy afortunada por estar rodeada de personas maravillosas que me muestran diferentes alternativas para un mismo fin y también por seguir re-construyendo a una “nueva Daiysi” cada día, una persona que sigue comprometida con la educación, con la psicología, con la salud mental y con crear un mundo mejor para todo ser vivo.

Me siento con mucha responsabilidad por ser un ejemplo para otras mujeres, pero también con un gran compromiso social para transformar la vida de muchas otras personas por medio de todo lo que sé, lo que estoy aprendiendo y lo que voy forjando a lo largo de mi recorrido por este camino llamado vida.

Nos alineamos con los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 de la ONU

Como Institución, queremos contribuir al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y apoyamos los objetivos y metas siguientes:

Fin de la pobreza

Metas a las que nos alineamos:

Para 2030, erradicar la pobreza extrema para todas las personas en el mundo, actualmente medida por un ingreso por persona inferior a 1,25 dólares de los Estados Unidos al día.

Para 2030, reducir al menos a la mitad la proporción de hombres, mujeres y niños de todas las edades que viven en la pobreza en todas sus dimensiones con arreglo a las definiciones nacionales.

Educación de Calidad

Metas a las que nos alineamos:

De aquí a 2030, asegurar el acceso igualitario de todos los hombres y las mujeres a una formación técnica, profesional y superior de calidad, incluida la enseñanza universitaria

De aquí a 2030, aumentar considerablemente el número de jóvenes y adultos que tienen las competencias necesarias, en particular técnicas y profesionales, para acceder al empleo, el trabajo decente y el emprendimiento

De aquí a 2030, eliminar las disparidades de género en la educación y asegurar el acceso igualitario a todos los niveles de la enseñanza y la formación profesional para las personas vulnerables, incluidas las personas con discapacidad, los pueblos indígenas y los niños en situaciones de vulnerabilidad



Igualdad de género

5 IGUALDAD DE GÉNERO



Metas a las que nos alineamos:

Asegurar la participación plena y efectiva de las mujeres y la igualdad de oportunidades de liderazgo a todos los niveles decisarios en la vida política, económica y pública

Asegurar el acceso universal a la salud sexual y reproductiva y los derechos reproductivos según lo acordado de conformidad con el Programa de Acción de la Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo, la Plataforma de Acción de Beijing y los documentos finales de sus conferencias de examen.



Nuestro Programa

Perfil de nuestras estudiantes:

- La estudiante debe haber mantenido un promedio de calificaciones durante los 3 años de preparatoria dentro del 20% más alto de su generación.
- El ingreso familiar total debe ser considerado en o por debajo del nivel de pobreza que establece el CONEVAL.
- La estudiante debe tener el apoyo total de sus padres o tutores para continuar sus estudios de nivel superior y para ser parte del programa de La Cima IAP.



Nuestro Programa

Las estudiantes reciben:

- Hogar seguro y digno
- Alimentación nutritiva y saludable
- Atención médica preventiva
- Asesorías académicas
- Programa Integral de desarrollo humano
- Orientación psicológica
- Clases de inglés
- Apoyo universitario y para actividades recreativas, deportivas y artísticas



Nuestro programa integral de Desarrollo Humano se divide en 4 áreas:

- Desarrollo Académico y Profesional
- Salud Mental y Bienestar
- Salud Física Integral
- Social, Cultural y Comunitario



Resultados por área

Resultados Académicos

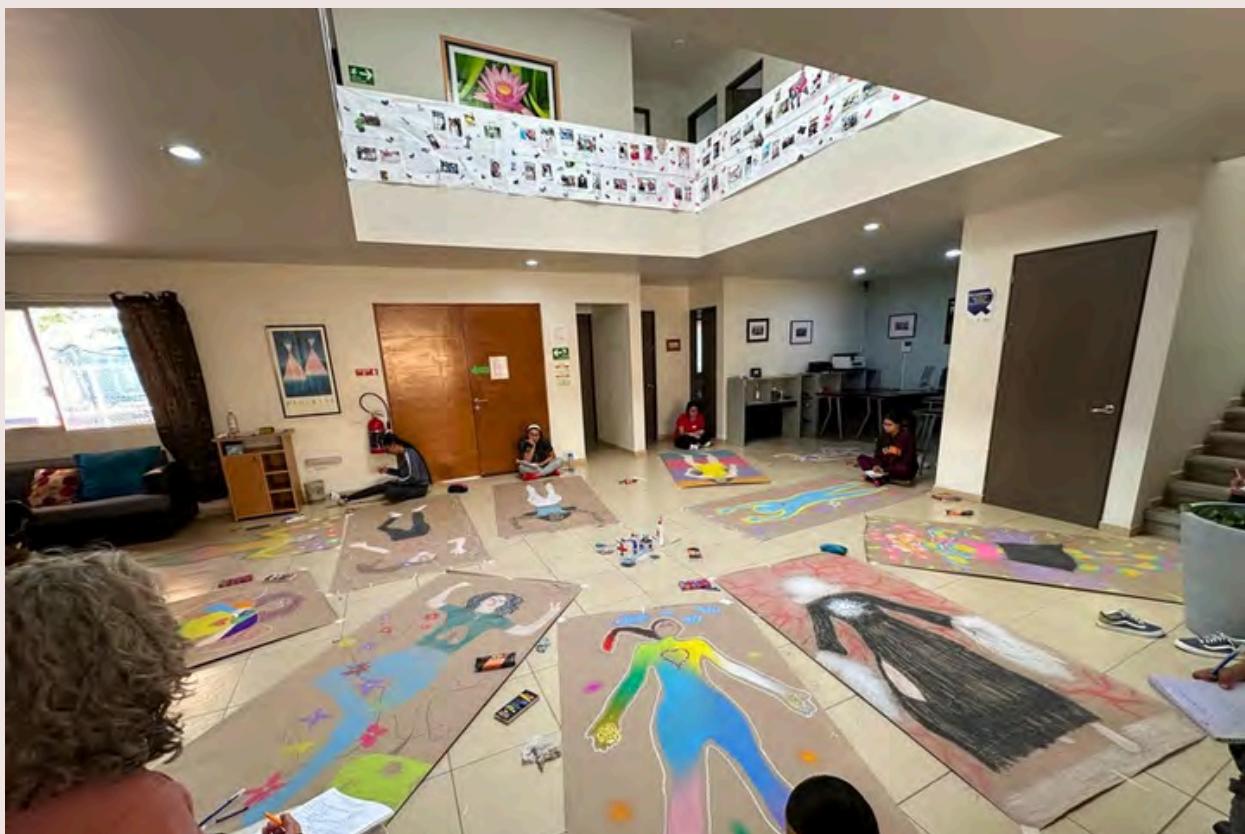
- **Daniela** se graduó como Licenciada en Nutrición con promedio de 8.5
- **Isabel** finalizó el séptimo semestre de la Licenciatura en Psicología con promedio de 9.8
- **Evelyn** finalizó el séptimo semestre de Ingeniería en Biosistemas Agroalimentarios con promedio de 9.6
- **Ana** finalizó el séptimo semestre de Medicina Veterinaria con promedio de 9.3
- **Jessica** finalizó el décimo cuatrimestre de la Licenciatura en Redes Logísticas con promedio de 8.9
- **Dulce** finalizó el décimo cuatrimestre de la Licenciatura en Gestión Educativa y curricular con promedio de 10
- **María José** finalizó el séptimo cuatrimestre de la Licenciatura en Redes Logísticas con promedio de 9.5
- **Dalia** finalizó el séptimo cuatrimestre de Licenciatura en Gestión Educativa y Curricular con promedio de 9.9
- **Tere** finalizó el tercer semestre de Ingeniería Industrial con promedio de 9.2
- **Rosario** finalizó el cuarto cuatrimestre de la Licenciatura en Redes Logísticas con promedio de 9.5
- **Mariel** finalizó el cuarto semestre de Licenciatura en Químico Farmacéutico Biólogo con promedio de 9
- **Ruth** finalizó el tercer semestre de Licenciatura En Administración con promedio de 9.5
- **MariJo** finalizó el tercer semestre de Licenciatura Contabilidad y Finanzas con promedio de 8.6
- **MariCarmen** finalizó el segundo semestre de Medicina Veterinaria con promedio de 8.5
- **Yesenia** finalizó el primer cuatrimestre de Ingeniería Ambiental con promedio de 9.1



Impacto Social

Logramos:

- Impactar la vida de 14 estudiantes universitarias al proporcionar todos los medios para continuar sus estudios universitarios con éxito
- Ofrecer 1,773 horas de cursos de desarrollo humano a nuestras estudiantes
- Ofrecer 531 horas de clases de inglés a nuestras estudiantes
- Incluir a más de 77 voluntarios y estudiantes ofreciendo servicio social para nuestra institución
- Recibir más de 650 horas de voluntariado



Impacto Social

Logramos:

- Daniela se graduó como Licenciada en Nutrición
- Recibir a 4 nuevas estudiantes en las siguientes carreras y universidades
 - Ruth. Licenciatura en Administración en la Universidad Marista
 - Marijo. Licenciatura en Contabilidad y Finanzas en el ITESM campus Querétaro
 - Yesenia. Ingeniería Ambiental en la UTEQ
 - MariCarmen. Licenciatura en Veterinaria en la UAQ



Impacto Social

Proyecto comunitario de Jessica:

Con dedicación y un corazón lleno de pasión por servir a su comunidad, Jessica organizó 3 meses de clases sabatinas en La Quinta 2, San Luis de la Paz, Guanajuato, donde participaron 11 niñas y niños de 8 a 12 años.

Durante estas sesiones, los pequeños aprendieron bases del idioma inglés, como las partes del cuerpo, frutas y verduras, animales, prendas de vestir y miembros de la familia.

El objetivo de este proyecto fue generar mejores oportunidades educativas para los niños, y Jessica lo ha logrado al brindarles su primer acercamiento al inglés. Su misión es ofrecer estas bases en inglés para que los pequeños puedan crecer con más recursos educativos, y su visión es inspirarles a buscar nuevas y mejores oportunidades para su desarrollo académico.

Jessica no solo les enseñó bases de un nuevo idioma, sino que también plantó en ellos la semilla de la curiosidad y el deseo de aprender más, demostrando que con esfuerzo y compromiso se puede transformar el futuro de toda una comunidad.

¡Aplaudimos el esfuerzo de Jessica y agradecemos el impacto positivo que está generando!



Impacto Social

Proyecto comunitario de Jessica:

Testimonio Jessica:

Al desarrollar e implementar mi proyecto crecí en conocimiento, ya que me di cuenta de qué forma puedo ayudar a las personas de mi comunidad con algo que yo sé hacer y que para ellos puede ser completamente nuevo.

También me ayudó a ver cómo puedo llevar a cabo un emprendimiento, desde planear el rumbo con una misión, visión y valores hasta tomar en cuenta todos los factores económicos que debo tener bien planteados para saber cómo cobrar por lo que hago y sé.



Impacto Social

Proyecto comunitario de Ana:

Estamos muy orgullosos de Ana y su proyecto "Bienestar Animal", cuyo objetivo es fomentar la responsabilidad y conciencia del trato hacia los seres vivos que comparten nuestro espacio. Su visión busca construir una comunidad donde el respeto hacia los animales se traduzca en respeto hacia cada persona.

Con 22 participantes impactados, Ana está demostrando que cada pequeña acción puede generar un cambio positivo en nuestras comunidades y en los seres que las habitan.

¡Felicitaciones, Ana, por tu liderazgo y dedicación!

Testimonio Ana:

Al haber participado en los cursos para crear un proyecto comunitario pude fortalecer mi destreza de hablar y exponer en público, ya que durante todo el curso íbamos expresando nuestras ideas ante las compañeras, también pude aumentar mi seguridad al crear un proyecto desde cero con mis ideas y con lo que yo creía importante para mi comunidad.



Remodelación de nuestras instalaciones.

Gracias al generoso apoyo de Fundación Merced Querétaro AC y el Municipio de Querétaro , remodelamos nuestra casa para crear un espacio privado dedicado a asesorías psicológicas y un espacio para poder recibir a las 4 nuevas estudiantes.

La salud mental es fundamental para el bienestar y desarrollo de nuestras estudiantes. Contar con un espacio privado para sesiones psicológicas garantiza que reciban el apoyo necesario en un entorno seguro y confidencial, ayudándolas a superar desafíos y a fortalecer su bienestar emocional.

Además, esta remodelación nos permitió dar la bienvenida a 4 nuevas estudiantes, ampliando nuestro alcance y apoyando a más mujeres jóvenes a romper el ciclo de pobreza a través de la educación. La Cima IAP sigue creciendo, y estamos más comprometidos que nunca en brindar oportunidades educativas y de desarrollo personal a nuestras estudiantes.



Reforestación de áreas verdes.

Agradecemos infinitamente al grupo de 50 voluntarios de la empresa IMI Precision Engineering Norgren que reforestaron con 29 árboles el jardín de La Cima para apoyar a crear un mejor futuro. Los árboles son esenciales para el medio ambiente y para mejorar nuestro clima. Nos proporcionan oxígeno, reducen el CO₂, mejoran la calidad del aire y crean hábitats para la vida silvestre.



Programa de nutrición

Gracias a al apoyo de Nacional Monte de Piedad, durante el 2024, en La Cima IAP continuamos fortaleciendo nuestro programa de nutrición con un enfoque integral y orientado a crear hábitos saludables y sostenibles. Nuestras estudiantes participaron en un programa completo que incluyó dos talleres con nutriólogas, además de una evaluación individual de su composición corporal. Este año, revisamos y ajustamos los menús diseñados por especialistas para cubrir mejor sus necesidades nutricionales. Durante los talleres, nuestras estudiantes aprendieron sobre los diferentes grupos de alimentos y su impacto en el cuerpo, y exploraron cómo la alimentación adecuada, el ejercicio, el descanso y escuchar las señales de su cuerpo son esenciales para su salud integral. También adquirieron herramientas para distinguir el hambre emocional del hambre fisiológica y aplicar técnicas de conciencia plena, fortaleciendo así su habilidad para tomar decisiones alimenticias informadas. Este programa no solo contribuye a su bienestar actual, sino que fomenta prácticas de autocuidado que impactarán positivamente en su calidad de vida a largo plazo.



Fortalecimiento Institucional

- Febrero 2024. Renovación de convenio de Servicio Social con ITESM
- Abril 2024. Renovación de Registro ante Junta de Asistencia Privada de Querétaro
- Mayo 2024. Taller de Habilidades de Liderazgo. Impartido por Fundación Merced AC
- Abril a Junio 2024. Programa de Desarrollo Humano para líderes. Impartido por Fundación Merced Querétaro AC
- Septiembre 2024. Renovación de la Acreditación en Institucionalidad y Transparencia otorgada por el Centro Mexicano para la Filantropía CEMEFI
- Septiembre 2024. Capacitación a educadores. Impartido por JuventudES
- Septiembre 2024. Encuentro de Organizaciones de la Sociedad Civil del Bajío. Impartido por Fundación Merced Querétaro AC
- Octubre 2024. Introducción a la Inteligencia Artificial para Organizaciones de la Sociedad Civil. Impartido por Trascendencia Social.



Agradecimiento especial

Cerramos este reporte anual con un profundo agradecimiento a todos nuestros aliados, cuyo apoyo es invaluable y de vital importancia para que nuestra institución pueda seguir transformando vidas.

Gracias a la Junta de Asistencia Privada del Estado de Querétaro, al DIF Estatal Querétaro, Nacional Monte de Piedad, Central Mexico Youth Fund, Fundación para Unir y Dar, Fundación Merced Querétaro, Ser Filántropo, Synbios, Dataware, Gibson Soto Foundation, a nuestro Patronato y a todos nuestros donadores, voluntarios, familia y amigos.

Su compromiso y generosidad nos permiten continuar trabajando por un futuro más justo y lleno de oportunidades para nuestras estudiantes. ¡Gracias por creer en nuestra misión y ser parte de este gran esfuerzo!



Datos de Contacto

Dirección:

Juan Rulfo 320 Casa 3. El Tintero. Querétaro, Qro. 76134

Teléfono:

4422352770

Correo electrónico:

contacto@lacimaiap.org

La Cima IAP es una Institución de Asistencia Privada con registro vigente ante la Junta de Asistencia Privada del Estado de Querétaro, y donataria autorizada ante el SAT.

Patronato

Presidente

Patricia Soto Pliego

Tesorero

Luis Sanabrais Buenrostro

Secretaria

Cindy Ann Franklin

Vocal

Graciela Martha Pliego Fuentes

Coord. General del Programa

Daiysi Isela Palomares López

Coordinación Operativa

Diana Castañeda Castillo

