CONTIGO

en tu Comunidad Hidalguense

Septiembre - Octubre 2017, Año 4 #27

CinemAutlán Noche de Película

Luces, Cámara y Diversión

Pág. 05

Campamento de Verano Autlán

¡Un año más de Sonrisas!

Pág. 06

¿UGB´s en Nonoalco?

Te contamos de qué se trata

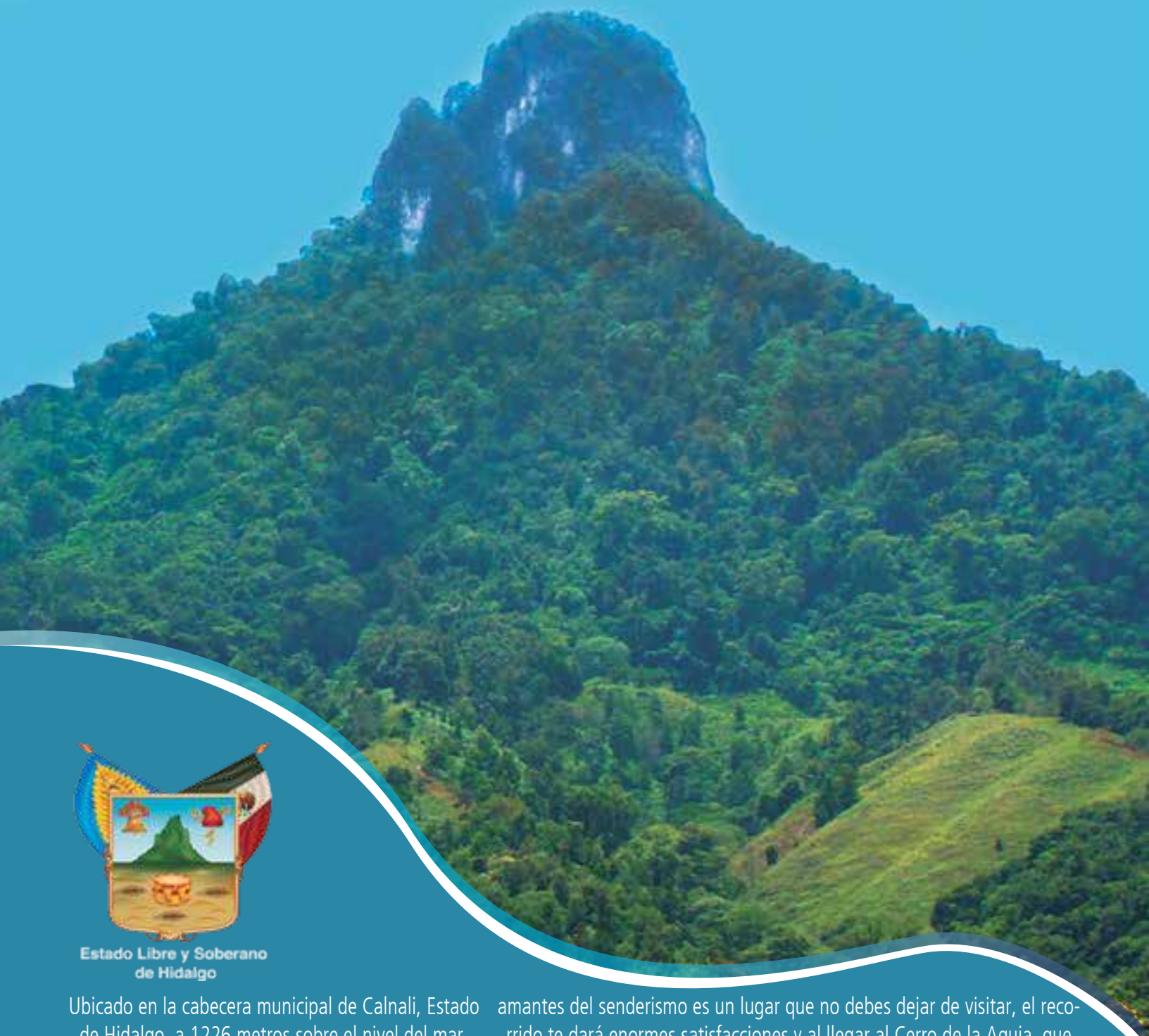
Pág. 13

Campaña Ixaya

Mejora tu visión

Pág. 14

Cerro de La Aguja
(Huitzmalotepetl)



Estado Libre y Soberano de Hidalgo

Ubicado en la cabecera municipal de Calnali, Estado de Hidalgo, a 1226 metros sobre el nivel del mar. Calnali se ubica en la Sierra Madre Oriental, limita con los municipios de Lolotla, Tlanchinol, Huazalingo, Tianguistengo y Xochicoatlán. A todos los amantes del senderismo es un lugar que no debes dejar de visitar, el recorrido te dará enormes satisfacciones y al llegar al Cerro de la Aguja, que en náhuatl se dice Huitzmalotepetl, serás testigo de hermosos paisajes.

¡Ven, conoce y disfruta Nuestras Maravillas Naturales!

CONTIGO

Sabías Que... 4
CinemAutlán... 5
Sobre Autlán... 6
Taller Agropecuario... 8
Bolita por favor... 10
Descubramos juntos el Náhuatl... 11
Sembrando Valores... 12
Las Comunidades Dicen.. 13
Sobre Salud... 14
La Pizarra Escolar... 15
Un Día en la Vida de...16
Cómic... 18
El Buen Sazón... 20
Saludos y Felicitaciones... 21
Un Granito de Ciencia... 22
Tienes 5 Minutos... 23
Tradiciones... 24

Foto: Campamento de Verano Autlán 2017
Con un éxito total se llevó a cabo nuestro campamento de verano del 31 de Julio al 4 de Agosto, en donde se visitaron 10 comunidades

Amigos Contigo

Cuerpo Editorial en Redacción:

Patrick Scheel
Elsa Saucedo

Corresponsales en Campo y Distribución:

Alfredo Martínez
Osmara Galindo
Salvador Mendoza
Francisco Castillo
Brigadas Infantil y Juvenil

Ilustraciones:
Armando Garduño

Editor:
Daniel Zebadúa

Coordinador y Jefe de Redacción:
Guillermo Recio

Editorial

Estimados amigos, se acabó el verano, esperamos que hayan disfrutado de este período de convivencia con sus familia y amigos, por eso en este número recordaremos el Campamento de Verano Autlán que se llevó a cabo en 10 comunidades, déjandoles a los niños diversión y aprendizaje durante una semana entera.

También estamos empezando el mes de septiembre, el mes patrio, por lo cual en nuestra sección de valores les decimos por qué debemos estar muy orgullosos de ser Mexicanos.

Aprovechando este mes patrio en el Buen Sazón, les queremos compartir la receta de uno de los platillos más deliciosos y representativos de nuestro país... "El Pozole", espero la disfruten.

Como nuestros pequeños amigos ya regresaron a clases, en la sección de pizarra escolar les damos unos pequeños consejos de cómo adentrarse al fascinante mundo de la lectura... ¡A leer todos!

Por último, nos gustaría dar las gracias nuevamente a nuestro amigo, el Profesor Jacinto Guzmán de la comunidad de Chipoco, por darle continuidad al tema de los números en la sección de "Descubramos juntos el Náhuatl" … Muchas gracias Profesor. Esperamos sinceramente que esta nueva revista sea de su agrado.

¡Gracias!

Tus amigos: Revista Contigo

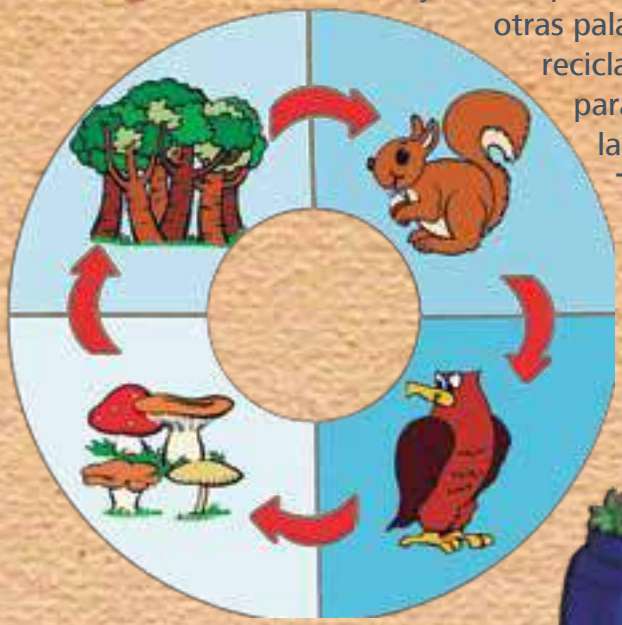
Aviso: Esta revista es gratuita y bajo ninguna circunstancia persigue fines políticos. Sus productores se deslindan de cualquier uso indebido, distinto al objetivo por el cual fue creada.

Sabías que...

¿En la naturaleza el concepto de **La Basura** no existe?

En la naturaleza toda la materia se recicla y permanece dentro de los ecosistemas, y esto es principalmente posible porque toda la materia utilizada, desechada, y reutilizada en la naturaleza es biodegradable. Es decir, que se puede descomponer en elementos químicos naturales por la acción de agentes biológicos, como el sol, el agua, las bacterias, las plantas, o los animales.

Además, todo el movimiento de elementos como el nitrógeno, oxígeno, fósforo, carbono, y de muchos otros, así como el movimiento del agua, funcionan de manera cíclica. Lo cual quiere decir que todos los elementos están en constante movimiento entre los seres vivos y el ambiente, mediante una serie de procesos de producción y descomposición. En otras palabras, el reciclaje es clave para mantener la vida en la Tierra.



¿Alguna vez has dejado una cáscara de plátano en la tierra por varios días?. Como esta materia es biodegradable, entre 2 y 10 días se llega a descomponer completamente, dependiendo de las condiciones climatológicas.

¿Pero cuántos días tienes que dejar una botella de plástico en la tierra para que se degrade naturalmente?. Desgraciadamente, como esta materia es no biodegradable, tarda más de 500 años en descomponerse, y durante su proceso perjudica considerablemente a los ecosistemas.

¿Qué se puede hacer con los residuos?. Repasando los ejemplos anteriores, existen dos diferentes tipos de residuos, los biodegradables y los no biodegradables, y es necesario encontrarle el mejor uso a cada uno de estos materiales para disminuir nuestro impacto ambiental.

Todos los residuos biodegradables, que vienen siendo la basura orgánica, de cáscaras de frutas y verduras, sobras de granos, leguminosas, y cereales, pueden ser aprovechados para hacer composta y tener una tierra fértil con muchos nutrientes. Mientras que todos los residuos no biodegradables también tienen grandes funciones, aunque se necesita de mucha creatividad y habilidad para sacarles provecho.

CinemAutlán

AUTLAN®

¡Noches de Cine!

Nuestros queridos amigos de CinemAutlán siguen iluminando la gran pantalla del cine.

ACOXCATLÁN

EL 25 de junio visitamos la comunidad de Acoxcatlán, en respuesta a la solicitud ingresada por el delegado Juventino Lorenzo Contreras, quien pidió que nuestra gran pantalla visitara su comunidad.

La asistencia fue de 300 personas, quienes se dieron cita en el lugar indicado. El público disfrutó en familia de este gran momento, acompañado de la dinámica de preguntas y respuestas, premios y sobre todo palomitas y refresco.

La película proyectada fue **"EL GRAN PEQUEÑO"** (Little Boy) dejando a niños y adultos un bonito mensaje.

MALILA

Fue el 12 de julio cuando la gran pantalla iluminó la noche en la comunidad de Malila, con palomitas y refrescos disfrutaron de esta divertida película **"El Libro de la Vida"** que también deja una gran enseñanza sobre las tradiciones de del Día de Muertos.

La participación de niños y adultos fue excelente. La lejanía de las viviendas no fue impedimento para nuestros amigos, quienes se dieron cita en la escuela primaria para disfrutar de una noche de película.

Campamento de Verano

AUTLAN

¿Cómo estuvo tu verano?

Espero hayas disfrutado mucho el Campamento de Verano Autlán 2017, el cual se llevó a cabo durante la semana del 31 de julio al 4 de agosto, en 10 diferentes comunidades simultáneamente. Este año visitamos por primera vez a nuestros amigos de Acuimantla del municipio de Tepehuacán de Guerrero, a Ixtlapala de Tlanchinol, y a Ixmolintla de Molango, además, volvimos a las comunidades de Otongo, Chiconcoac, Tolago, Chachala, Acoxcatlán, Nonoalco y Naopa.

En total, tuvimos una gran asistencia, más de 550 niños de todas las comunidades, con los que compartimos grandes experiencias, y muchos aprendizajes. Nos divertimos jugando fútbol, básquetbol y muchos juegos nuevos. Además, aprendimos a cuidar a nuestro medio ambiente, recolectando basura, reciclando, haciendo macetas y sembrando semillas, e incluso reforestando.

Gracias a ti, pudimos plantar más de 500 árboles en las respectivas comunidades, y donar 200 más. También, nos divertimos asando malvaviscos y contando historias de terror alrededor de la fogata, así como nos mojamos y entretuvimos con las dinámicas del rally. Por otro lado, también aprendimos acerca de muchos valores para la convivencia con nuestros amigos, donde practicamos el respeto, la tolerancia, la responsabilidad, y la bondad.

También, queremos felicitar a aquellos 21 niños acreedores del premio "Un Viaje a Pachuca", quienes fueron reconocidos por su distinción especial y excelente desempeño a lo largo de todo el Campamento.

¡Ojalá disfruten mucho sus premios y su experiencia en Pachuca!

Estamos muy agradecidos por tu participación, y por el apoyo de todos los voluntarios que hicieron posible llevar a cabo este programa con tan buenos resultados. Tuvimos el apoyo de 21 alumnos voluntarios del Tecnológico de Monterrey, Campus Pachuca, también, contamos con la ayuda de 3 jóvenes voluntarios de distintas comunidades (Lorely Epinoza Hernandez de Chipoco, Lorena Hernández Vite de Acayuca y Erick Rene Castillo Hernandez de Nonoalco), y además, 5 voluntarios corporativos de Autlán que se unieron al programa para coordinar las actividades del Campamento.

Gracias a estos 29 voluntarios dejamos sonrisas, emociones, y muchos aprendizajes en todos los niños que participaron.

¡ESPÉRALO EN TU COMUNIDAD ELSIGUIENTE AÑO!

Gracias por ser parte de un verano inolvidable

Cultivando la Cebolla Blanca

La cebolla es una hortaliza, cuyo bulbo está formado por la base de las hojas, tiene amplio uso culinario, por lo que es considerada como una especie. Hay tres tipos de cebollas (blanca, dorada y roja o morada), cada una con su propio sabor característico. Las cebollas doradas tienen un sabor ligeramente dulce, mientras que las blancas tienen un sabor fuerte y algo más agrio, y las cebollas rojas o moradas se suelen consumir en crudo en lugar de cocinadas.

Requerimientos climáticos: La cebolla se adapta a climas cálidos, templados y fríos, produciéndose mejor en altitudes arriba de los 900 metros sobre el nivel del mar, con ambiente seco y luminoso; temperatura ambiental entre los 18 - 25 grados centígrados. La cebolla es fotoperiódica (duración en horas luz del día), en días cortos se desarrolla el bulbo dentro de 10 a 12 horas luz y en días largos el bulbo se desarrolla con 14 a 16 horas luz.

Preparación de terreno: La preparación del suelo debe de iniciar paralelamente a la siembra del almácigo, 45 días antes de la fecha prevista para el trasplante. Deberá tomarse en cuenta la nivelación del suelo para evitar encharcamientos. Se recomienda manejar camas de 1.20 m de ancho por 20 cm de altura por el largo que se desee con una mezcla de tierra de monte y composta, se puede incorporar hojarasca en un 30%. Para contenedores, cajas ó macetas ocupar la misma mezcla de tierra de monte y una tercera parte de composta, humedecer bien antes de sembrar.

Fecha de siembra: Todo el año, aunque la mejor época para plantar cebollas es de diciembre a marzo.

Método de siembra: Puede ser por trasplante o por siembra directa.

Siembra en almácigo: Los almácigos deben ubicarse en lugares cercanos a la plantación y deben estar protegidos de los animales como perros, gallinas o patos. Se recomienda sembrar las semillas a una profundidad de 1 a 3 cm y una distancia entre líneas de 10 a 12 cm.

Trasplante: La plántula tarda de 40 a 50 días en el almácigo, y el trasplante deberá hacerse cuándo tenga un tamaño de 15 cm. de alto. En el momento del trasplante, deberá regar el almácigo para facilitar la extracción de las plántulas; se escogerán las más robustas desechando las débiles y las enfermas. Las plantas se sembrarán a una distancia de 12 cm entre plantas y una distancia entre hileras de 20 cm.

Riegos: Se recomienda realizar el riego un día antes de la siembra y volver a regar después del trasplante. Los riegos deben realizarse por la tarde-noche cada 10 días ó cuando se requiera, ya que las cebollas son un cultivo que requiere poca agua.

Control malezas: Se debe procurar mantener el cultivo libre de malezas en las primeras cuatro semanas y el control de malezas se realiza de forma manual.

Podas: La poda de flores se debe realizar como van saliendo y esta actividad favorece el crecimiento y desarrollo de los bulbos.

Principales plagas y enfermedades
Plagas: Gallina ciega, Mosca de la cebolla, Escarabajo, Trips, Polilla de la cebolla y Gusano minador de la hoja.

Enfermedades: Mal del tallo, Mildiu lanoso, Carbón de la cebolla y Mancha púrpura.

Cosecha: Las cebollas son un cultivo que tarda entre 3 y 4 meses en crecer. Podemos ver el crecimiento de nuestras cebollas observando el bulbo. La cosecha se puede hacer paulatinamente, sólo cosechar las cebollas que vamos utilizando y dejar crecer las demás. Para cosecharlas debemos jalar las hojas, con cuidado para no romperlas, se puede aflojar el suelo alrededor o utilizar una pequeña pala. Quite el exceso de suelo, corte las hojas y raíces (dejando aproximadamente 1 cm). Las cebollas cosechadas deben lavarse y almacenarse en un lugar fresco o en el refrigerador. Utilice estas cebollas durante las primeras 3 semanas. Si son para almacenamiento, cure las cebollas dejándolas secar por tres días en un lugar seco y fresco sin que de la luz del sol. Después puede almacenarlas en cajas de cartón donde pueden durar varios meses.

Beneficios de la cebolla: La cebolla es una hortaliza que tiene infinidad de beneficios, entre los más destacados, previene enfermedades y es un antioxidante. Contiene grandes cantidades de azufre que mantiene las proteínas en forma para dar energía a las células. También puede reducir el riesgo de contraer cáncer, beneficia a los huesos, sistema digestivo y son diuréticas.

Bolita por favor

El departamento de Capital Humano Molango, atinadamente organiza el torneo interdepartamental de básquetbol mixto, donde hombres y mujeres compiten por obtener el mayor número de canastas. La segunda y tercera semana de octubre se estarán llevando a cabo las finales y todos estamos ansiosos de saber quiénes serán los merecedores de la corona.

Así mismo, la Gerencia de Relaciones Comunitarias organiza la Liga Autlán 2017 de Básquetbol en la Unidad Nonoaloco, con la participación de 8 grandes y aguerridos equipos de la comunidad de Nonoalco y Malila. Hacemos una cordial invitación a la población en general a presenciar estos grandes encuentros, todos los sábados a partir de las cinco de la tarde, y la final en Nonoalco será el 23 de septiembre.

Aprendamos JUNTOS el

NÁHUATL

CONTINUACIÓN... Los Números en Náhuatl

¿Ya te aprendiste los números del 1 al 10 de memoria? Los vas a necesitar, porque ahora te presentamos la continuación de esta lección, y aprenderemos los números del 11 al 20.

Español Número	Náhuatl Tlapocralistli
Once	Matlajtli uan se
Doce	Matlajtli uan ome
Trece	Matlajtli uan eyi
Catorce	Matlajtli uan naui
Quince	Kaxtoli
Dieciséis	Matlajtli uan chikuase
Diecisiete	Matlajtli uan chikome
Dieciocho	Matlajtli uan chikueyi
Diecinueve	Matlajtli uan chijnaui
Veinte	Sempoali

¿Encuentras el patrón? Es muy sencillo, los números en Náhuatl tienen una propiedad aditiva, por lo que es fácil aprenderlos. Solamente tienes que recordar los números del 1 al 10 e ir agregando el prefijo "Matlajlli", que como recordaras significa "Diez". Por lo que el número 11 viene siendo "Matlajlli uan se" equivalente a decir en español "Diez y Uno", y así sucesivamente. Aunque existen varias excepciones como con el número 15, donde la palabra "Kaxtoli" no tiene la referencia ni del 10 ni del 5. Utiliza esta propiedad aditiva para recordar más fácilmente estos números. **¡Sigamos aprendiendo este lenguaje, el Náhuatl es un orgullo para todos los mexicanos!**

Es un honor y un deber como mexicanos conservar el lenguaje y la cultura Náhuatl. Sigamos aprendiendo Náhuatl. Este artículo fue elaborado gracias al apoyo del Profesor Jacinto Guzmán Austria de la comunidad de Chipoco.

¿Qué es ser Mexicano?

Para algunas personas el ser mexicano basta con decir "nací en México", o ser verdadero mexicano es "usar sombrero, tomar tequila y andar en burro".

Sin embargo, el ser mexicano va mucho más allá de esas palabras, no es haber nacido en esta parte del mundo que te tocó, ni tener las costumbres que tiene México que nosotros no escogimos, no es sólo cumplir con los deberes y las leyes que pide nuestro país, no es vivir en México.

Ser mexicano es sentirte identificado plenamente con lo que naciste, con lo que te tocó vivir, sentirte totalmente parte de las costumbres y tradiciones que tiene México, quererlas, apoyarlas y hablar bien de ellas, que la gente te escuche gritar con orgullo y con ese gran sentimiento de felicidad "Soy Mexicano". Uno de los problemas más grandes en México es que no destacamos lo mejor de nosotros, tenemos todo para mostrarle al mundo lo grande que es nuestro país. Sin embargo, sólo nos fijamos en lo malo: la inseguridad, la contaminación, delincuencia, el gobierno, etc. No se podría terminar la lista de contras que le encontramos a México.

Necesitamos apreciar todas las maravillas con las que cuenta nuestro país, teniendo grandes bellezas naturales, e impresionantes paisajes, playas que no tienen comparación con ninguna otra del mundo, selvas increíbles, y desiertos vastos. Vivimos en un país megadiverso, ya que formamos parte del selecto grupo de naciones que poseemos la mayor cantidad de animales y plantas del mundo. Además, contamos con las pirámides de Teotihuacán y muchos otros sitios arqueológicos, siendo patrimonios históricos, y culturales, únicos en el mundo. Pero siempre nos enfocamos en lo malo y no nos damos cuenta de lo que tenemos a nuestro alrededor, tampoco nos damos cuenta de cómo las personas de otros países perciben a México, cuando la gente viene del otro lado del mundo para conocer los paisajes de nuestro país, y nosotros que las tenemos en la esquina ni las conocemos, ni las despreciamos.

México sería un país mejor si destacáramos lo bueno, en lugar de enfocarnos en lo negativo, finalmente lo que creemos de México es lo que le percibimos al mundo, si nosotros los mexicanos no amamos a nuestro país, ¿Cómo le vamos a hacer para que el mundo lo ame?

Lo primero que tiene que hacer México para salir adelante es tener patriotismo, para estar orgulloso de nuestro país, y poder transmitir el respeto y el amor que le debemos a nuestra patria, manifestarlo en nuestro trabajo, nuestra casa y en la contribución del bien común. Somos muchos los mexicanos que existimos, necesitamos unirnos y trabajar en equipo para demostrarle al mundo lo que México significa en realidad, no es un país que se está cayendo, somos un país que tenemos mucho provecho que sacarle.

Un mexicano no nace siendo mexicano, un mexicano real y de corazón se hace día con día, siendo parte de lo que es México. El corazón que tiene México como equipo es mucho más grande que los problemas que se nos puedan presentar. Esta víspera del 16 de septiembre, salgamos como buenos mexicanos para gritar orgullosamente **"¡Viva México!"**

INICIAN UGB´S en Nonoalco

El pasado 7 de julio, nuestros amigos de la Unidad Nonoalco se vistieron de manteles largos, al comenzar el proyecto de las UGB´s.

¿Sabes qué son las UGB´s?

Las UGB´s son las Unidades Gerenciales Básicas de Trabajo que organizó el departamento de Mejora Continua de Autlán, con la intención de ser mejores colaboradores. En otras palabras, son Equipos de Alto Desempeño, equipos que se forman dentro de las unidades mineras para realizar proyectos que contribuyan a una mayor productividad, seguridad y organización.

Felicitamos a nuestros amigos de Nonoalco y les deseamos mucho éxito.

Sobre Salud...

Jornadas de Salud
Campaña visual IXAYA
(Tlatzintla - Cuxhuacán)

Para darle continuidad a nuestra campaña visual IXAYA, el pasado mes de junio se llevó a cabo la entrega de lentes en la comunidad de Tlatzintla.

Durante la visita, 64 personas recibieron una atención especial de las cuales a 35 se les hizo entrega de lentes.

La atención brindada es para jóvenes y adultos desde los 12 años de edad y principalmente se atienden a aquellas personas que ya mostraban tener problemas de vista, al tomar apuntes del pizarrón o en sus actividades diarias.

Con la adquisición de estos lentes su vista mejorarán completamente. De igual manera las personas adultas de la comunidad de Tlatzintla fueron atendidas.

Por otro lado, también visitamos la comunidad de Cuxhuacán, donde se realizaron 42 exámenes de vista y se entregaron 30 lentes a quienes lo requerían.

Con estos programas Autlán contribuye a mejorar la salud y la vida diaria de quien tenía alguna necesidad visual.

La Pizarra Escolar

"Fomentando la Lectura"

En marzo del 2016, INEGI publica que en México sólo se lee 3.8 libros por año, ocupando el lugar 107 de 108 países encuestados, según el estudio de hábitos de lectura que realizó la OCDE y la UNESCO. En base a este estudio nos dice que el 40% de los mexicanos jamás ha pisado una librería, el 13% nunca ha leído un libro y el 70% de los mexicanos lee lo mismo que antes o menos. Con base a estas estadísticas es importante inculcar a nuestros hijos el amor por la lectura quizá, sea uno de los mejores regalos que podemos darles.

La lectura favorece un mejor desarrollo afectivo y psicológico en los niños, les da la oportunidad de experimentar sensaciones y sentimientos con los que disfrutan, maduran y aprenden; con los libros ríen, sueñan y viajan a otros mundos; comparten momentos gratos en familia reforzando así el vínculo con los padres, con la lectura los niños crecen en todos los sentidos.

Está demostrado que la lectura mejora la capacidad y el progreso lingüístico de los niños. De hecho, cuanto antes se expone a un niño a la lectura, mejor es su capacidad lingüística y sus habilidades. Aprenden las palabras con mayor rapidez, mejoran su comprensión y ejercitan su cerebro.

La Dra. Esther Serrano de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap) aconseja:

- Organizarse: Los pediatras recomiendan ayudar a los niños a organizar su tiempo.
- Ser constantes: Todos los días hay que reservar un tiempo para leer, en momentos relajados y con buena disposición para ello.
- Pedir consejo: Es importante pedir consejo en el colegio, en las bibliotecas y en las librerías sobre los libros más adecuados para cada niño y cada edad.
- Escuchar: En las preguntas de los niños y los adolescentes está la clave para aprender sobre sus gustos y motivaciones.
- Estimular y alentar: Cualquier situación puede proporcionar motivos para llegar a los libros. Por ello recomiendan dejar siempre libros al alcance de los niños.
- Dar ejemplo: Los adultos son un modelo de lectura para niños y jóvenes, que muchas veces los imitan; es importante tratar de leer delante de ellos.
- Respetar: Los niños tienen derecho a elegir. Hay que estar pendientes de sus gustos y de cómo evolucionan.
- Proponer, no imponer: Es mejor sugerir que imponer. Hay que evitar tratar la lectura como una obligación.
- Acompañar: El apoyo de la familia es necesario en todas las edades. No conviene dejar a los niños solos cuando aparentemente saben leer.
- Compartir: El hábito de la lectura se contagia leyendo junto a los niños.

Un Día en la vida de...

José Alfredo Nolasco Islas

Te invitamos a conocer a José Alfredo, trabajador de la Unidad Nonoalco

Trabaja desde hace 8 años en la empresa. Ingresó en el área de ecología y hoy en día labora en el área de muestreo. Alfredo es un trabajador entusiasta y está muy agradecido con la empresa por brindarle la oportunidad de tener un empleo.

Es padre de familia de 3 niños, Elvin de 11 años, Yulissa de 8 y el más pequeño Ernesto de 4 añitos. Al igual que su esposa son originarios de Nonoalco.

AUTLAN®

Su deporte favorito es el básquetbol, siempre se ha destacado con su equipo en los primeros lugares en los encuentros deportivos de la región. También aprovecha para practicar y enseñarle este deporte a su hijo Elvin.

Dentro de su tiempo libre ayuda en las actividades del hogar, como ir por leña; así como reparar lo que sea necesario en casa, también cuida su pequeño huerto donde siembra hortalizas.

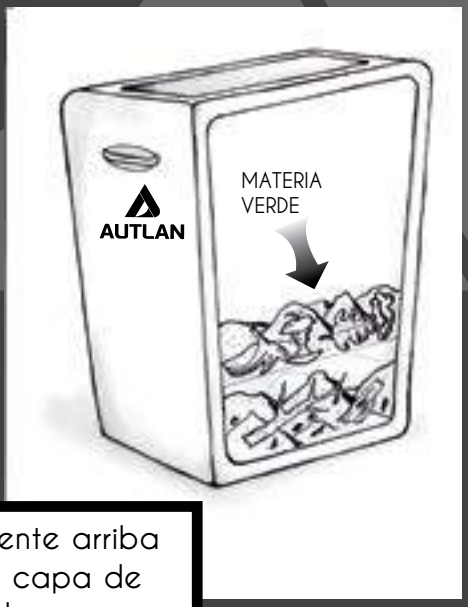
CÓMIC **COLORÉALO**

1. Autlán comprometido con el medio ambiente y junto con el equipo de Desarrollo Comunitario, te decimos cómo hacer una composta.

2. Busca un bote mediano o contenedor para poder depositar los materiales que se van a usar.

3. Recolecta cáscaras de fruta, manzana, hierbas, legumbres, hojas secas, ramas, trozos de corteza o madera, acerrín y tierra seca.

4. Después en el recipiente coloca una capa de materia marrón que son las ramas, corteza y madera.



5. Posteriormente arriba coloca una capa de material verde que son las cáscaras de fruta, manzana, hierbas, legumbres y hojas.

6. Repite el proceso hasta que llegues casi a llenarlo, al final coloca una capa de tierra y acerrín para cubrir la composta.

7. Para ayudar al proceso de la composta puedes añadir unos gusanos de tierra para que oxigenen la materia y la dejas reposar de 3 a 6 meses.

8. Pasados los meses, la composta está lista y lo sabrás cuando la saques y esté oscura sin ningún tipo de cáscaras y sólo encuentres las ramas, lista para dar nutrientes a las plantas.

9. Gracias a Autlán y al equipo de Desarrollo Comunitario por llevar estos programas para el mejoramiento de la comunidad.

Pozole Rojo

El Buen Sazón

Durante las fiestas patrias no hay mejor sabor que el de un buen pozole rojo y esta vez nuestra amiga Adriana Jhanet Morales Trejo de la comunidad de Malila nos comparte una deliciosa receta para no quedarnos sin probar este delicioso platillo.

INGREDIENTES:

2 bolsas de maíz pozolero
1 kg. de carne de puerco picada en trozos
1 pechuga de pollo en trozos
100 g. de chile guajillo asado e hidratado
5 hojas de laurel
2 piscas de orégano
2 dientes de ajo
½ cebolla
Sal al gusto

MODO DE PREPARACIÓN:

1. Coloca el maíz en una olla grande con agua, agrega una cabeza de ajo y sal al gusto, cocina a fuego medio durante 1 hora aproximadamente.

2. Después agrega la carne a la olla y cocina durante 1 hora o hasta que la carne esté suave. Desecha la cabeza de ajo.

3. Mientras, hierve el jitomate hasta que se ablande. Remoja los chiles en agua caliente hasta que estén suaves, quítale las semillas, el rabo y muélelos junto con el jitomate, agrega sal, orégano, cominos y 1 diente de ajo y posteriormente colar.

4. Vierte la salsa roja dentro de la olla con el maíz y deja que suelte el hervor. Rectifica la sazón y deja que hierva unos minutos más antes de servir.

5. Se sirve con lechuga picada, rábano picado y unas gotas de jugo de limón, así como con tostadas.

FELIZ Cumpleaños !!!

LES DESEAMOS MUCHAS FELICIDADES Y QUE TENGAN UN GRAN FESTEJO...

NONOALCO
03 Septiembre - Lesli Guadalupe Morales Cuellar
16 Septiembre - Daniel Ángel González Valencia
19 Octubre - Carlos Leonel Jiménez Sánchez
29 Octubre - Alex Escudero Nájera

CUXHUACÁN
01 Agosto - Michel Alejandra Tomás Solis
17 Agosto - María Del Cármen Vázquez Santiago
04 Septiembre - Juan Pedro Vite Alonso
10 Septiembre - Hermilo Vázquez Bautista
21 Septiembre - Efigenia Vázquez Santiago
29 Septiembre - Yanin Zuilem Morales Vite
17 Octubre - Juvenal Tomás Cordero
18 Octubre - Juana Morales Martínez

ACOXCATLÁN
02 Septiembre - Gabriel Hernández Vargas
29 Septiembre - Nadia Ailin Gómez Crescencio
03 Octubre - Yoali Fabiola Hernández Sánchez
12 Octubre - Juan José Bustos Mendoza
26 Octubre - Nicandro Bustos Martínez

ACAYUCA
04 Octubre - Marycarmen Aguilar Hernández

MALILA
08 Septiembre - Azly Rubí Ramos Sánchez
13 Septiembre - Kendy Sánchez Bautista
19 Septiembre - Manuel Ramos Acosta
23 Septiembre - Daniela Espinoza Cruz

CHICONCOAC
07 Octubre - Eleno Mendoza Bautista
12 Octubre - Gonzalo Cortes Bautista
26 Octubre - Flora Hernández Mendoza

NAOPA
01 Septiembre - Martina González Cebada
03 Septiembre - Dayron Tadeo Montiel Mendoza
09 Septiembre - Doricela Silva Solís
25 Septiembre - Moisés Nava Rubio
27 Septiembre - Liova Acosta
28 Octubre - Ramiro Castillo Céspedes
01 Octubre - Teresa Acosta Garibaldi
01 Octubre - María Castillo Ramírez
31 Octubre - Quintin Vite Reyes

ACUIMANTLA
10 Octubre - José Luis Hernández Torres

TOLAGO
08 Septiembre - Pedro Romero Hernández

IXCOTLA
24 Septiembre - Antonio Díaz Hernández

CHIPOCO
10 Septiembre - Nicolás Hernández Onofre

¡Muchas felicidades a todos!

Un Granito de Ciencia...

Los Eclipses

¿Qué es un eclipse?

Un eclipse solar es un evento natural que sucede en la Tierra cuando la Luna se coloca entre la Tierra y el Sol. Durante un eclipse, la sombra de la Luna se divide en dos partes, la sombra obscura, que es la parte de la Tierra que se oscurece en totalidad y la penumbra clara, que es dónde sucede el eclipse parcial. La sombra sobre la Tierra se mueve a una velocidad de 8,046 km/h.

¿Cada cuándo hay eclipses?

La órbita de la Luna es elíptica y un poco inclinada respecto a la órbita de la Tierra, así que sólo suceden 5 eclipses por año. Si la Luna estuviera un poco más cerca de la Tierra, veríamos eclipses de diferentes tipos cada mes.

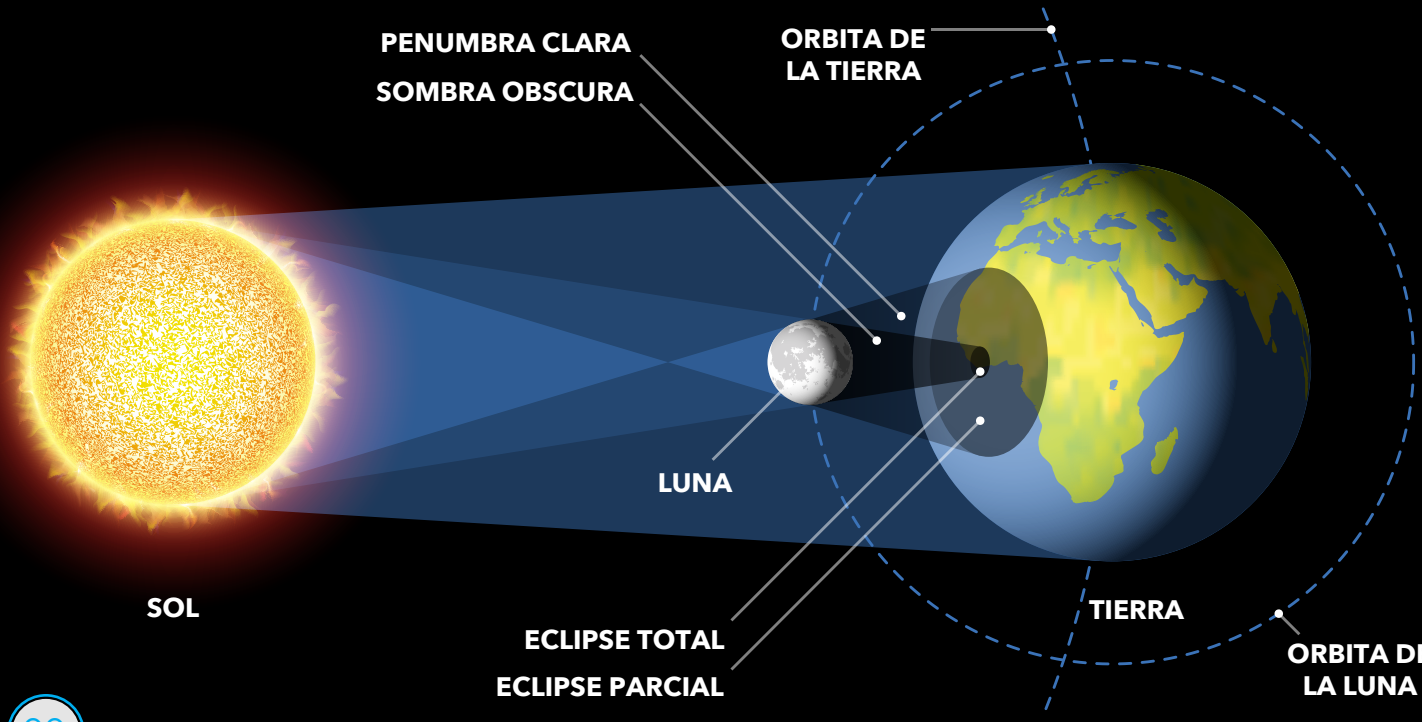
Hay tres tipos de eclipses, totales, anulares y parciales. Dependiendo de las posiciones del Sol, la Luna y la Tierra, el Sol puede bloquearse de forma parcial o total. En cada punto de la Tierra un eclipse total de Sol sucede en promedio una vez cada 360 años.

¿Seguridad en los eclipses?

Para ver cualquier eclipse de forma segura, se deben de utilizar filtros aprobados o métodos indirectos para verlo, como proyectar sólo la luz solar que refleja a través de un telescopio y sobre un trozo de papel blanco o cartón. Nunca observar el Sol de forma directa, ni a través de un telescopio, cámara, binoculares o cualquier dispositivo óptico a menos que tenga el filtro apropiado. Puede ocacionar ceguera y daño ocular severo si se observa de manera directa y sin una correcta técnica.

Y algo más ... El pasado lunes 21 de agosto hubo un eclipse total de Sol, que cubrió casi todo Estados Unidos por espacio de 2 minutos y 41 segundos. En México, pudo apreciarse en diferentes estados, como Baja California, Sonora, Coahuila, Chihuahua y Nuevo León, se observó casi un 70% del eclipse en diferentes horarios. El próximo eclipse total de Sol en México será el 8 de abril del año 2024.

Fuente: Museo del Acero, Horno 3



Tienes 5 min

Encuentra las 10 respuestas
dentro de tu Revista Contigo

1. ¿Cuándo la luna tapa al sol se le llama?
2. ¿En qué mes se celebra el Grito de Independencia?
3. ¿Cómo se llama el platillo del Buen Sazón?
4. ¿Cómo se llama la campaña de lentes de Autlán?
5. ¿Qué acontecimiento se hizo en cada comunidad este verano?
6. ¿Cómo se dice 15 en Náhuatl?
7. ¿Qué hortaliza cultivamos en este número?
8. ¿Cómo se llama el proyecto de los equipos de trabajo?
9. ¿Cómo se dice Cerro de la Aguja en Náhuatl?
10. ¿En qué comunidad se vio la película "Pequeño Niño"?

SOPA DE LETRAS

E	E	R	Ñ	R	Y	X	Z	C	Q	X	D	U	B	S
N	M	H	G	F	O	C	S	A	K	P	B	P	T	E
W	T	H	K	K	W	A	Q	C	T	G	Z	W	T	S
J	H	E	F	K	F	M	N	O	U	W	O	J	W	P
B	M	R	B	D	A	P	E	X	M	T	W	P	E	I
M	W	B	N	D	Y	A	N	C	R	F	Ñ	L	L	L
S	Ñ	M	B	L	A	M	N	A	D	B	D	Z	O	C
W	Ñ	E	Y	B	X	E	B	T	M	X	L	X	Z	E
U	Ñ	I	I	V	I	N	R	L	B	N	W	J	O	Q
C	B	T	M	S	O	T	M	A	A	V	Z	C	P	I
E	O	P	F	Y	A	O	U	N	B	L	T	H	R	K
L	T	E	P	E	T	O	L	A	M	Z	T	I	U	H
D	L	S	K	A	X	T	O	L	I	X	D	S	Q	Y
Ñ	Z	I	M	Ñ	H	D	O	C	E	B	O	L	L	A
D	O	M	J	B	A	B	R	G	X	R	B	R	S	C

Anúnciate con nosotros

Pastelería Ruby

Tel. 771 270 4847
Cel. 771 161 9618

Acoxcatlán, Hidalgo, s/n
Col. Centro, esquina de la Iglesia

Cocina Económica "Linda"

Atención personalizada por su propietaria: Belinda Grijalva Salcedo

Acoxcatlán, Tepehuacan, Hgo.
(frente a la iglesia del centro de la comunidad)

Horario de Atención:
7:00 A.M A 9:00 P.M

Grupo Renacimiento

Ofrece Música Versátil para todo tipo de eventos sociales, bodas, XV años, Bautizos, Presentaciones y Fiestas patronales

Contrataciones
Sr. Rafael Juárez cel. 7712357153
Sr. Alejandro Pérez cel. 7717229599
Sr. Jaime Sánchez al Cel. 7712396232
Nonoalco, Xochicoatlán, Hgo.

GRITO DE INDEPENDENCIA

Es considerado el acto con que dió inicio la guerra de Independencia de México. Según la tradición, consistió en el llamado que el cura Miguel Hidalgo y Costilla, en compañía de Ignacio Allende, Juan Aldama, hizo a sus feligreses con el fin de que desconocieran y se sublevaran en contra de la autoridad Virreinal de la Nueva España en la mañana del 16 de septiembre de 1810, tocando una de las campanas de la parroquia de Dolores, hoy Municipio de Dolores Hidalgo, Estado de Guanajuato.

La primera vez que se conmemoró el 16 de septiembre fue en Huichapan, Hidalgo; el 16 de septiembre de 1812, por el General Ignacio López Rayón. Más tarde José María Morelos, propuso al Congreso de Chilpancingo que en la Constitución se solemnice el día 16 de septiembre de todos los años. Finalmente, se declaró el 16 de septiembre como día de fiesta nacional en la Constitución de Apatzingán de 1824, recordando siempre el mérito del grande héroe Don Miguel Hidalgo y su compañero Don Ignacio Allende.

En 1825 fue la primera ocasión en que el 16 de septiembre tomó forma de fiesta nacional. Las autoridades de la Ciudad de México publicaron un bando en el que se pidió a los ciudadanos iluminar sus casas, ventanas y balcones con cortinas y gallardetes. Después se efectuó un desfile y por la noche hubo fuegos artificiales.

Amigo Lector

Si deseas publicar tu negocio, algún servicio, festejos, enviar felicitaciones, historias, qué tema te gustaría ver en la próxima edición, sugerencias, comentarios y/o saludos. ¡Contáctanos! Todo es bienvenido, y sin ningún costo nosotros lo publicaremos. Nuestro correo electrónico es: revistacontigo@autlan.com.mx y nuestro teléfono es 7712474023, ext. 3822. Si ves en la comunidad a Salvador Mendoza o a Francisco Castillo: acércate a ellos y con mucho gusto te atenderán. Puedes entregarles lo que necesitas publicar en una hoja, a ellos o a quienes veas repartiendo la revista y ellos nos lo harán llegar a nosotros. Nuestra próxima entrega será en las primeras semanas de Noviembre, y si no tienes acceso al teléfono o al correo electrónico, ve preparando tu hoja. No olvides ponernos tus datos: Comunidad, tu nombre y edad.