qué y cómo®

Para que estés bien...
y tus niños también®

Informe Anual

2022

Institución para el Bienestar Qué y Cómo, A.C.

Cumplimos 3 años

de inspirar a las personas para construir

un bienestar emocional sostenible

para impactar positivamente a las infancias

Madres y padres del Jardín de Niños Montaña Grande, Costa Rica

Madres, padres y cuidadoras de la Escuela Primaria oficial "Héroes de la Naval" - UDEEI 194, CDMX

Informe Anual 2022

Quiénes somos

Nuestra misión

Impulsar el bienestar emocional de madres, padres y personas cuidadoras de niñas y niños -especialmente de aquellos que se encuentran dentro de la primera infancia-, para que mejoren sus condiciones y calidad de vida y la de sus familias.

Nuestra visión

Que todos los niños y niñas cuyas familias se encuentran en situación de vulnerabilidad reciban la atención y los cuidados necesarios para lograr el desarrollo de sus capacidades cognitivas y socioemocionales que les permitan mejorar su pronóstico de vida.

La Escuela Primaria Oficial "Héroes de la Naval"
en Papalote Museo del Niño.

Docentes de la Escuela Héroes de la Naval - UDEEI 194.

Madres y padres en la Escuela Primaria Oficial "Héroes de la Naval" - UDEEI 194.

Foro Salesiano, CDMX

Cuidadoras de la Estancia Infantil del ISSSTE No. 97

Alumnos y alumnas de la Escuela Primaria "Villa Educativa".

El problema social que buscamos revertir

Madres, padres y cuidadores tienen muy bajo nivel de conciencia sobre el **impacto negativo** que sus malestares emocionales tienen **en el desarrollo y bienestar infantil**

En nuestro país existe una limitada oferta de programas para el **fortalecimiento de las habilidades socio emocionales, parentales y de crianza**

Madres, padres y cuidadores no cuentan con información sobre la importancia de **cuidar y procurar su bienestar emocional para poder brindar los cuidados y atenciones adecuados para lograr el desarrollo y bienestar infantil**

Madres, padres y cuidadores tienen dificultades para conciliar la **vida laboral y familiar** y, en consecuencia, **para brindar los cuidados y atenciones indispensables para lograr un adecuado desarrollo y bienestar infantil**

Madres, padres y personas cuidadoras

En México no existe una cultura de **cuidado de la salud emocional**

Nuestra labor

Niñas, niños y personas adultas que se transforman en agentes de cambio

Bienestar emocional sostenible

Fortalecimiento
De habilidades socioemocionales, parentales y de crianzas

Cambios, soluciones y logros

Infancias más sanas y felices

Más y mejores condiciones de vida

Desarrollo y bienestar infantil

Concientización
Herramientas

Sensibilización
Información
Conocimientos

Madres y cuidadoras de Renovación, Unión de Fuerzas Unión de Esfuerzos, A.C.

Docentes de la Escuela Primaria oficial "Héroes de la Naval" - UDEEI 194

Madres y padres en Renovación Unión de Fuerzas Unión de Esfuerzos, A.C.

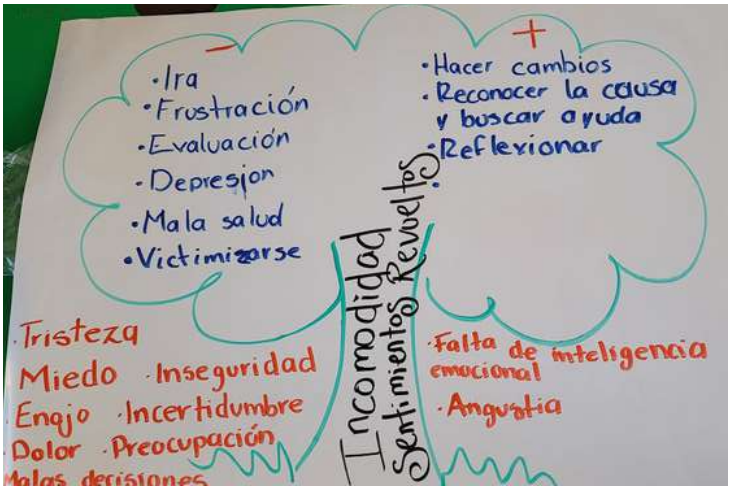
Madres y padres en Renovación Unión de Fuerzas Unión de Esfuerzos, A.C.

Madres, padres y personal de salud de la Estancia 97 del ISSSTE

Madres y padres en Renovación Unión de Fuerzas Unión de Esfuerzos, A.C.

Madres y padres de Renovación Unión de Fuerzas Unión de Esfuerzos, A.C.

Lo que logramos este año

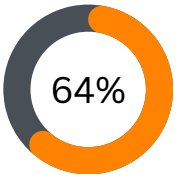


Madres de familia en la Escuela Primaria oficial "Juana de Asbaje", Cuautitlán Izcalli, Estado de México

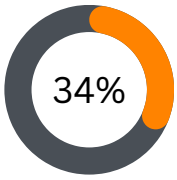
Madres y padres en Renovación Unión de Fuerzas Unión de Esfuerzos, A.C.

TRABAJAMOS EN	EN 2022 NO. DE SESIONES QUE IMPARTIMOS	BENEFICIAMOS A
7 escuelas públicas	28 en escuelas privadas	586 personas en escuelas públicas
4 escuelas privadas	98 en escuelas públicas	544 personas en escuelas privadas
2 comunidades	45 en comunidades	810 personas en comunidades
2 instituciones públicas	11 en instituciones píblicas	164 personas en instituciones públicas
5 OSC	33 en OSC	353 personas en OSC
1 medio de comunicación	369 público en general	5,085 personas del público en general
5 empresas	63 en empresas	

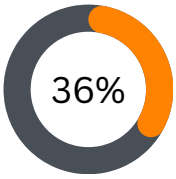
Las personas usuarias...



son mujeres



tiene hijos/as en primera infancia y/o cuidan a niñas/niños en primera infancia



son hombres

Las personas usuarias nos evaluaron

(promedio anual)

¿Qué tan útil te resultó la sesión para TU DESARROLLO PERSONAL? 9.5

¿Qué tan útil te resultó la sesión para TU VIDA FAMILIAR? 9.4

¿Qué tan útil te resultó la sesión para MEJORAR LA RELACIÓN CON TUS HIJOS/HIJAS o con los NIÑOS/NIÑAS BAJO TU CUIDADO? 9.0

¿Qué tan útil te resultó la sesión para TU VIDA LABORAL? 9.4

Madres de Mujer Nueva, A.C., Playa del Carmen, Quintana Roo,

Nivel de satisfacción de las personas usuarias (*Net Promoter Score*)

(promedio anual)

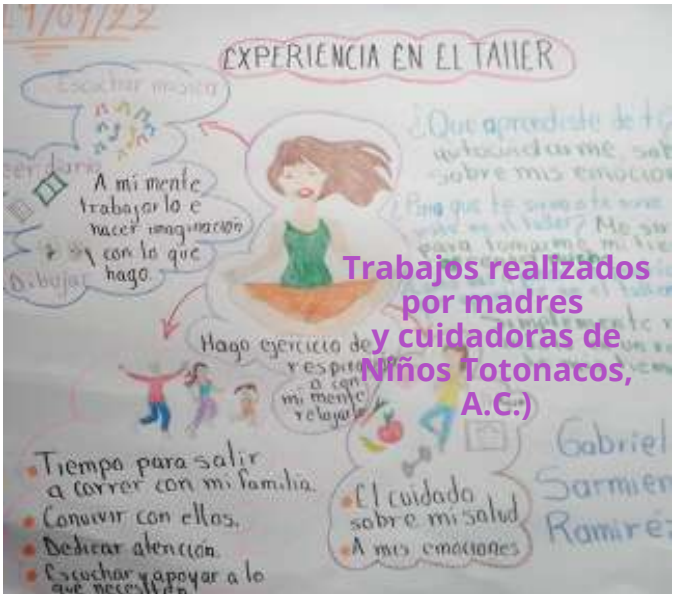
87%

Personas empleadas y trabajadoras de ATSA

Madres y padres de familia de la Escuela primaria

Trabajo realizados por niñas y niños de la comunidad Montaña Grande, Costa Rica

Niñas y niños en el marco del Programa *Un verano con bienestar*



Trabajos realizados por madres y cuidadoras de Niños Totonacos, A.C.)

Trabajo realizado por una madre de Mujer Nueva, A.C., Playa del Carmen, Quintana Roo,

Trabajos realizados por madres y padres de Renovación Unión de Fuerzas Unión de Esfuerzos, A.C.

Trabajos realizados por madres y cuidadoras de Niños Totonacos, A.C.

¿Qué fue lo que MÁS TE GUSTÓ de la sesión?

Actividades en grupo
Temas que se abordaron
Dinámica, diálogo e interacción
Participación activa
Reflexión
Intercambio de opiniones
Ejercicios realizados
Herramientas compartidas
Claridad, fluidez y precisión de la información
Ambiente de respeto y confianza
Atención y desempeño de las facilitadoras
TODO

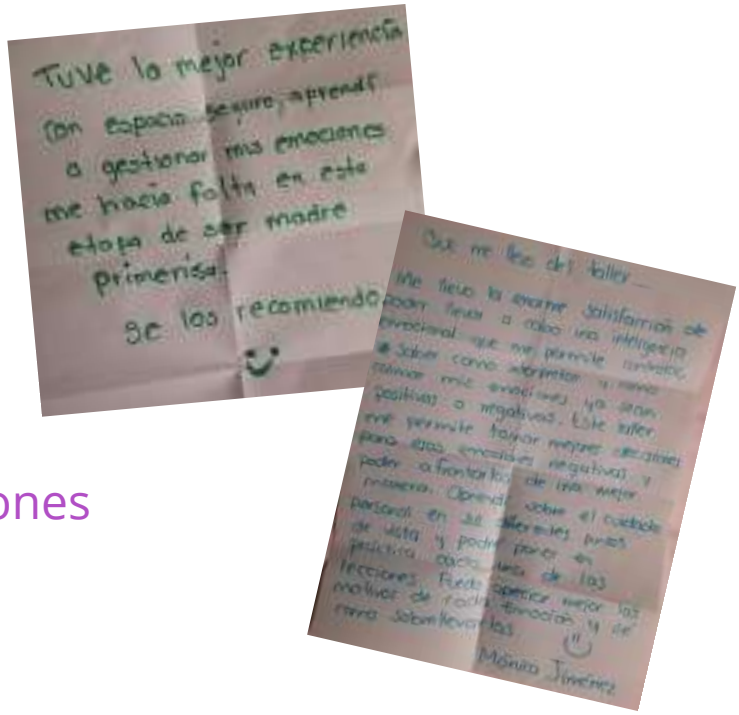
¿Qué fue lo que MENOS TE GUSTÓ de la sesión?

Taller/sesión es muy corto
El horario
TODO ME GUSTÓ

Mi experiencia fue que cada uno
de los temas de la semana siempre
lo aplique y me siento mucho mejor.
Gracias al taller pude conocer
lo que desconocía de mi persona
y ya puedo comunicarme más
con las personas y más con mi familia.

María

Escuela Primaria oficial "Héroes
de la Naval" - UDEEI 194



Me ayudo
a conocer más mis emociones
y cómo cuidarme
y poder escuchar más
a mi hijo.

Laura

Madres y padres del Jardín de Niños,
Montaña Grande, Costa Rica

A veces tenemos muchos cambios de EMOCIONES y es increíble que nosotros ni nos damos cuenta; pues en este taller aprendí a identificarlos y algunos poder controlarlos, también quiero agregar que cada una de nosotras tiene diferentes maneras de expresarlos.

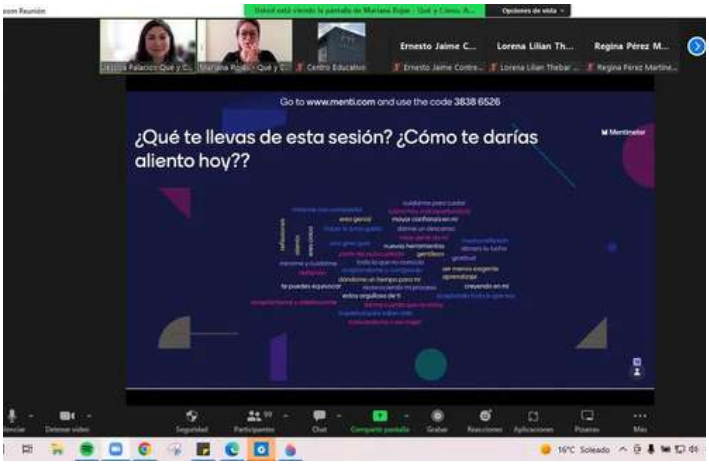
Estrella

Estudiantes de preescolar de la Escuela Primaria "Educación y Patria", Mérida, Yucatán

Mi experiencia fue especial porque aprendí a manejar mis emociones y establecer una buena relación con la demás gente y también aprendí mucho sobre autoestima, sobre mí. Me ayudó mucho para poder manejar un problema como familiar y a mis hijos y vecinos.

Valeria

Estudiantes de primaria de la Escuela Primaria "Educación y Patria", Mérida, Yucatán



Nuestros vínculos

Nuestros aliados

Nuestras redes

Servicios Corporativos Coraza, S.A. de C.V.

Informe Anual 2022

Nuestros donantes

Javier Agraz Ferreira
María del Rocío Álvarez
Miguel Barrios
Erik Bocardo
Mariana Cabrera
Carolina Cabuto
Angélica Cansdales
Hugo Cebrowski
Adriana Coleman
Jonatan Cruz Cervantes
Yoana Cruz
Alejandra Díaz
Janeth García
Monserrat García
Rocío García
Aydeé García de la Cadena
Carlos Gómez
Rosa María Gómez
Yolanda Guerrero
Zaira C. Hernández Jiménez
Alfredo Jaimes
Shantal Jasso
Dirce Jiménez
Gabriela Jiménez
Zaira Juárez Venegas
Araceli López
Liliana López Lara
Janeth Macedo Balbuena
Edith Marceliano Gamboa
Oralia Méndez
Carlos Alberto Mendoza
Ana Lilia Miranda
Patricia Monter
Mariela Núñez
Julio Armando Ortega
Janna Quintanilla
Cristina Ramírez
Ma. de Lourdes Ramírez
Andrés Romero
Adriana Santos
Marina Serna
Ximena Servín
Edith Shiro
Aldo Ugalde
Kathy Valdéz

Nuestros voluntarios

David Arauz
Rebeca Arauz Palacios
Mirna García
Claudia Orellana
Esmeralda Téllez

Transparencia

INSTITUTO PARA EL BIENESTAR QUE Y COMO A.C.
ESTADO DE SITUACIÓN FINANCIERA AL 31 DE DICIEMBRE DE 2022

	IMPORTE	%
ACTIVO		
Circulante		
Caja y Bancos	$ 226,756	80.7%
Inversiones	23,084	8.2%
Deudores diversos	15,011	5.3%
Impuestos a Favor	257	0.1%
Asociados	2,650	0.9%
Suma el Circulante	267,759	95.2%
Fijo		
Equipo de computo (neto)	13,374	4.8%
Suma el Fijo	13,374	4.8%
Total del activo	**$ 281,133**	**100.0%**

	IMPORTE	%
PASIVO Y PATRIMONIO		
Pasivo a corto plazo:		
Acreedores Diversos	$ 15,821	5.6%
Impuestos por pagar	53,041	18.9%
Total del pasivo a corto plazo	68,862	24.5%
Patrimonio:		
Movimientos al patrimonio	640,402	227.8%
Resultado del período	(428,131)	-152.3%
Total del patrimonio	212,272	75.5%
Total del pasivo y patrimonio	**$ 281,133**	**100.0%**

Alumnos de la Escuela Primaria oficial "Héroes de la Naval" n Papalote Museo del Niño

Estudiantes de Servicio Social del TEC de Monterrey Estado de México

Programa *Un verano con bienestar*, en *Casa* CEMEFI

Nuestro Consejo Directivo

Fernando Hevia Pérez
Presidente

José Ignacio Barroso
Secretario

Alberto Ruíz y Luna
Tesorero

Javier García Teruel
Vocal

Juan José Díaz Rivera
Vocal

Monserrat Mora C.
Vocal

Nuestro Consejo Consultivo

Luis Gallardo

José Luis Guevara

Karla García Teruel

Ernesto Jiménez

Nuestro equipo

Liliana Núñez
Directora General

Yoalli Navarro
Desarrollo Institucional y Vinculación

Brandon Cruz
Community Manager

Esaú Ponce
Comunicación

Yolanda Guerrero
Estrategia

Natalia Hevia
Mariana Rojas
Jessica Palacios
Facilitadoras

Martín Terrazas
Verónica Ríos
Promoción

Con permiso
Quieres jugar conmigo
Perdón
Por favor
¿Te puedo ayudar?
Gracias
Hola

Gracias

www.queycomo.org
@orgqueycomo
/qué-y-cómo-a-c
contacto@queycomo.org
talleres@queycomo.org
info@queycomo.org
555245 0115

©2020 Institución para el Bienestar Qué y Cómo, A.C.
Bosque de Duraznos No. 127 Piso 4, Bosques de las Lomas
Miguel Hidalgo, 11700, CDMX