

# CICLOS



[GACETA 74]

SÉPTIMO ENCUENTRO  
EMBAJADORES CICLOS  
Gabriel Beloso

CICLOS PRESENTE  
EN CUMBRE METAVERSA  
María Dolores Fernández

#YoSoyCiclos



# Editorial

[GACETA 74]

**Manuel Guarnero**  
PRESIDENTE

**Gabriel Belloso**  
GERENTE

**Ana Ortega**  
DIRECTORA

**Dulce Albarrán**  
**José Anguré**  
**Carlos Fonseca**  
EDICIÓN

**Laura Reyes**  
DISEÑO



## CONTENIDO

03  
**DIARIO DE UNA ASOCIADA**  
Margarita del Rincón

04  
**SÉPTIMO ENCUENTRO**  
**EMBAJADORES CICLOS**  
Gabriel Belloso

08  
**FINANZAS PERSONALES**  
Francisco Vizcaíno

10  
**GESTIÓN DEL TIEMPO**

11  
**CICLOS PRESENTE**  
**EN CUMBRE METAVERSA**  
María Dolores Fernández

12  
**CONSEJO NO PEDIDO**  
Raúl Estrada

## ¿Lo contrario a COMPROMISO? Respuesta: INDIFERENCIA

Te saludo con enorme gusto, hoy quiero que reflexionemos acerca del compromiso que tu vida requiere porque vivir sin compromiso es como una lancha a la deriva en medio del océano. El compromiso es ME HAGO LA PROMESA con mi vida, con mi acción, con mis metas, con mis sueños y hasta con mi paz interior; recuerda que la manera en la que vivimos es una elección y una decisión; por lo general inconsciente, tristemente inconsciente.

¿Dónde crees que tienes mas FUERZA? ¿En tu compromiso o en tu indiferencia?  
Piénsalo...

AL VIVIR EN UN ESTADO DE COMPROMISO TE VIVES EN VITALIDAD, y esto significa que te alineas con la vida, vives en Jovialidad, en creatividad, con actitud positiva ante la vida, estar creativo, tener objetivos, estar alegres, estar con fuerza, desarrollando tus proyectos de vida, en entusiasmo genuino y natural, vivir con propósito, feliz de ponerte al servicio de la vida.

Vivir en la indiferencia es estar en sentido contrario con la vida; y se te manifiesta en forma de cansancio, de miedo, de inseguridad, de desánimo, de apatía, de postergación y hasta de tristeza. Es como ir subiendo una montaña con un peso grande a la espalda y así día con día, día con día.

Tu compromiso y determinación con manifestar tus metas económicas, materiales, emocionales e internas te dará la fuerza para ponerte en acción; y la acción en nuestra actividad en la “Cooperativa Ciclos” tiene que ver definitivamente con COMPARTIR nuestra metodología con los demás; así de sencillo, así de satisfactorio y así de económicamente productivo.

Feliz Navidad, Feliz re Nacimiento a una vida comprometida con tus propios anhelos y con tu voluntad de manifestarlos; recuerda que con “Ciclos” LA MESA ESTÁ SERVIDA...

Te abrazo siempre,  
Manuel Guarnero Furlong.



# Diario de una Asociada

Por: Margarita del Rincón

**E**n 2016 una amiga me comentó de la oportunidad, de que con poco dinero podríamos estrenar auto; me dirigió con la persona que promocionaba Ciclos en redes sociales y le llamé por teléfono... Cuando escuché la primera vez me emocionó mucho el proyecto y saber que era posible que con un solo pago de menos de 3,000 pesos podría obtener un auto nuevo de agencia con un valor de 216,000 pesos. Inmediatamente le dije que sí y me registré y unos meses más adelante, en mayo del 2017 recibí en el festejo del segundo aniversario en Hermosillo, Sonora mi monedero electrónico con mis beneficios y con ese beneficio me regalé conocer Tepic, Nayarit donde nació la Cooperativa Ciclos y celebrar el tercer aniversario y con los beneficios se pagó avión y comida y ropa artesanal mexicana.

En ese tercer aniversario conocí personas maravillosas y solidarias, y descubrí que la cooperativa es mucho más que un auto y más que un simple modero con dinero,



conocí la hermandad y cariño de seres humanos extraordinarios, y en todos estos 7 años del funcionamiento de la cooperativa, la vida nos ha hecho coincidir con más personas que demuestran que en la unión está la fuerza para salir adelante ante muchos problemas de los mexicanos, el económico es uno, pero el apoyo y solidaridad y el encontrar una mano amiga que te sostenga es algo que nos brinda la comunidad Ciclos y que difícilmente se encuentra en el trabajo ordinario.

Yo soy empleada de gobierno y la

competencia y desigualdad laboral es el pan de cada día y el pertenecer a esta maravillosa cooperativa me dio la posibilidad de conocer que hay esperanza de que la equidad, el cooperativismo, la solidaridad y el amor al prójimo es posible de lograr si se cultiva.

Ciclos para mí es una escuela de vida donde no sólo se democratiza la riqueza económica, sino que crece la riqueza espiritual y social. El objetivo implícito es dejar un mundo mejor y vivir en un espacio con amor y luz benevolente.

Doy gracias a Dios y a los creadores Raúl Estrada, Gabriel Belloso y quienes tuvieron la visión de invitarme a conocer CICLOS.

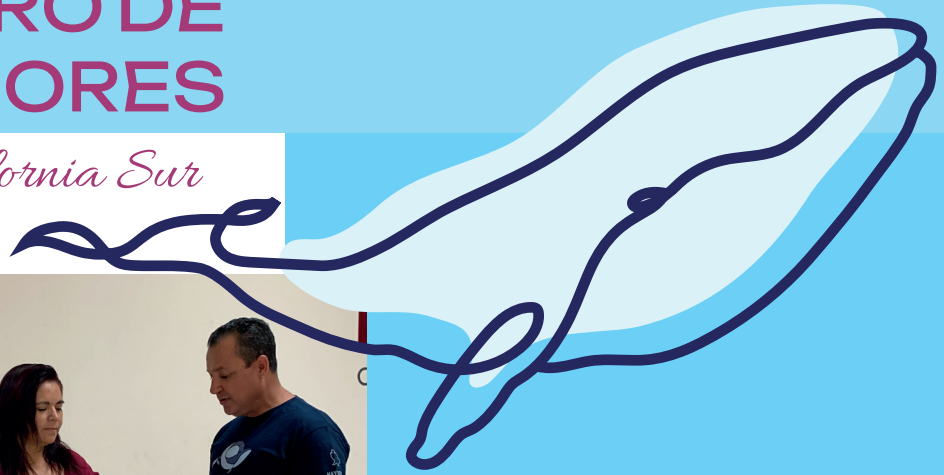
Por ello te invito a conocer y que tomes la decisión de pertenecer a este selecto y único grupo de personas extraordinarias, porque tu vida cambiará como ha cambiado la mía, y tu visión de mundo y de ti mismo se expandirá por el universo. Yo soy CICLOS

Psicóloga Clínica,  
Alma Margarita Del Rincón Muro.

# Séptimo

## ENCUENTRO DE EMBAJADORES

*La Paz, Baja California Sur*



El día jueves 10 de noviembre los embajadores de nuestra cooperativa Ciclos se dieron cita en La Paz Baja California Sur para llevar a cabo su séptimo encuentro.



Nuestra embajadora Ángela Zapién fue quien fungió como anfitriona de esta reunión; en el marco de esta convivencia los embajadores en compañía de nuestros socios fundadores Raúl Estrada y Gabriel Belloso asistieron a una reunión en esta ciudad donde se presentaron y platicaron brevemente la razón de su compromiso con Ciclos y como ha cambiado sus vidas, siguiendo con el programa e itinerario el viernes 11 se dieron cita en la embarcación "Ohana" que durante 6 horas los llevo por el Golfo de California a conocer lugares paradisíacos.



Luego de esta maravillosa convivencia en yate, los embajadores tuvieron la reunión de trabajo el sábado 12, dónde reafirmaron su compromiso con Ciclos, y comentaron nuevas propuestas en beneficio de nuestra cooperativa. Sin duda en el 2023 viene cargado de muchas sorpresas.



Siempre conservando la esencia del encuentro de embajadores, que en esta ocasión fue la número 7 en ese bonito puerto de ilusión en La Paz, BCS donde nos recibió con los brazos abiertos Angela Zapien embajadora de la colectividad de aquella zona, además de los asociados que forman parte de su equipo, a quienes les estoy infinitamente agradecido y sin dejar de perder de vista el fin para el cual nos reunimos cada semestre, que es enriquecernos mutuamente, transmitiendo la visión, convivir, conocernos y reconocernos como personas de cambio para llevar el mensaje correcto de los principios básicos del cooperativismo, esta ha sido una inmejorable reunión dado que surgieron ideas, planteamientos, enfoques, propuestas y lo mejor de todos, siempre con el deseo genuino de ayudar a toda la comunidad de la familia Ciclos en todo el país.

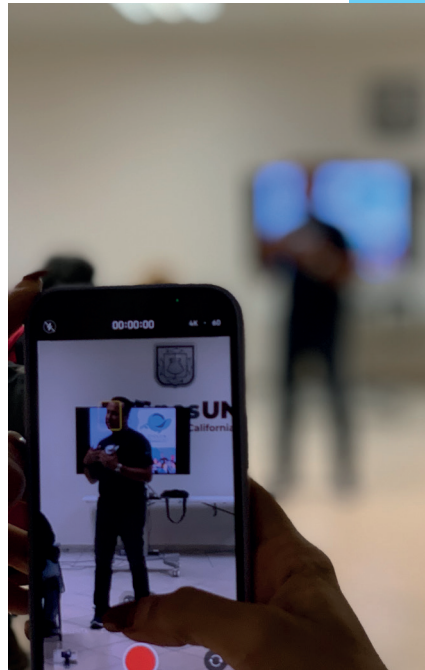
Además de todo este trabajo si se le puede llamar así, porque en realidad lo que te apasiona no es un trabajo, es inevitable visitar y disfrutar de sus hermosas playas de ese lugar y esta vez, Raúl tuvo a bien organizarnos en activida-



des acuáticas, vista la isla Espíritu Santo, Playa Balandra y más en un yate con todas las comodidades y con tobogán incluido donde personalmente me divertí como niño, que por cierto hace mucho tiempo no la hacía.

Gracias a todos los asistentes a este encuentro que cada 6 meses se lleva a cabo en diferentes ciudades del país y que estoy seguro, tú también puedes estar aquí.

Gabriel Beloso, Socio Fundador.



¡ASÍ SE VIVIÓ!



# Finanzas PERSONALES

Por: Francisco Vizcaino

## ¿HACIA DONDE SE VAN TUS INGRESOS?



*“Tener unas finanzas personales sanas implica que debes saber en qué se van tus ingresos”*

Los mexicanos gastamos más nuestros ingresos en alimentos, bebidas, transporte, comunicación, tabaco, educación y esparcimiento; así lo reveló la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares (ENIGH).

La encuesta nacional nos da a conocer que en lo que más gastamos los mexicanos es en necesidades básicas, más allá de actividades de esparcimiento como ir al cine, conciertos, parque de diversiones o al teatro, para estas actividades destinamos un 14% de nuestro ingreso.

La Procuraduría Federal del Consumidor (PROFECO), determina que los gastos hormiga afectan las finanzas personales ya que no son administrados de manera adecuada lo que está ocasionando desembolsos económicos en productos que no necesitamos o compras por impulso.

La encuesta nacional detecta que los gastos hormiga ascienden hasta casi \$800.00 semanales del salario de los mexicanos. Además de que 8 de cada 10 personas destinamos parte de nuestros ingresos en comprar artículos de los cuales podríamos prescindir.

Muchas personas que no tienen un adecuado manejo de sus finanzas cada fin de mes se encuentran en la misma situación: “no le salen las cuentas”, esto provocado por los gastos imprevistos que están dejando en el vacío a las cuentas bancarias, por tal motivo no han conseguido generar ahorro ni inversiones.

¿Acostumbra a gastar dinero en cosas innecesarias?, ¿Consideras que podrías ahorrar ese dinero e invertirlo en cosas realmente necesarias?

Para que puedas analizar tu nivel

de control sobre tus gastos del día a día y así poder tomar decisiones que te lleven al ahorro y generar formas de inversión inteligente, es importante que conozcas las nociones básicas de educación financiera, deberás hacer un trabajo de introspección positivo a través de un buen método y ser constante para beneficiarte de las ventajas de un correcto plan financiero.

Como plan financiero me estoy refiriendo a que elabores tu presupuesto mensual, ya que en el vas a poder identificar tus gastos y tus deudas y así podrás controlarlos y hacer estrategias para disminuirlos o erradicarlos.

El tener unas finanzas personales sanas implica qué debes saber hacia dónde se va tu dinero, para muchas personas nos resulta difícil llevar un orden, sin embargo, en mi opinión, es necesario llevar



un listado de nuestros gastos del día a día para conocer cómo se está yendo nuestro dinero. Para comenzar es importante que los identifiques y los clasifiques por partidas, esto te será más fácil para el llenado de tu presupuesto.

## CLASIFICACIÓN DE LOS GASTOS

**Gastos fijos:** son aquellos cuya cantidad cada mes es la misma. Hipoteca, la renta mensual, impuestos relacionados con la propiedad, seguros de vida, salud, vivienda, vehículo; facturas de suministro de servicios: electricidad agua potable etc.

**Gastos variables:** estos cambian con regularidad ya que no son fijos, en la mayoría de los casos puedes evitar tenerlos. Aquí podrás identificar partidas como la alimentación, el transporte, la telefonía, el internet, artículos de limpieza y agua, entre otros.

**Gastos hormiga:** son aquellos pequeños gastos que hacemos prácticamente en el día a día, de los cuales no llevamos un control exacto derivado de las compras por impulso o consumo habitual. Gasto discrecional: son aquellos que hacemos en ocio y en cosas que nos gustan.

La salud financiera empieza por lo más cotidiano, cómo distinguir y clasificar tus gastos, para esto en una gaceta anterior ya te expuse sobre la importancia de elaborar un presupuesto mensual, ya que es fundamental para poder administrar la economía personal y familiar, hacer frente a imprevistos y lograr metas vitales y a futuro.

Para que logres administrar mejor tus gastos del día a día dentro del mes, considera que debes tomar conciencia de cada gasto, tanto fijos como variables; identificar los tipos de gastos para que veas tu realidad financiera, destina una parte de tu presupuesto para el ahorro, es importante que establezcas objetivos financieros alcanzables, en caso de que seas comerciante mantén separados tus gastos personales a los de tu negocio.

## HACER UN CUADRO INFORMATIVO

Actualmente existen bastantes aplicaciones para tu teléfono móvil con la que puedes registrar cada día tus gastos y tus ingresos, lo que quiere decir que controlar los gastos diarios cada vez es más fácil con las nuevas tecnologías; aquí te comparto algunas que te pueden ayudar:

- MONEYWIZ
- FINANZAS PERSONALES
- CHECKBOOK
- CUENTAS CLARAS
- FINTONIC
- TUS GASTOS
- SPENDEE
- POCKET MONEY
- 1MONEY

Saber el dinero que te está llegando y sobre todo el que sale; es decir, el que gastas, es esencial si se quiere mejorar la salud financiera. Para que puedas analizar a fondo hacia dónde van tus ingresos y controlar tu nivel de consumo es importante y a la vez necesario distinguir claramente entre tus gastos fijos y gastos variables, una vez que los tengas identificados te será más fácil clasificarlos correctamente cuando elaboras tu presupuesto para así poder tomar las decisiones correctas que te llevarán hacia tus metas financieras.

Y recuerda, define metas financieras alcanzables, identifica el total de tus ingresos (activos y pasivos), haz una lista de todos tus gastos, sin miedo a hacerla, divide tus gastos en fijos y variables, analízalos y plantéate cómo eliminar la gran mayoría de los gastos variables que puedas, prioriza la totalidad de tus gastos y que tu presupuesto mensual esté alineado a tus metas financieras.

Yo soy tu asociado amigo Francisco Gabriel Vizcaíno, y yo soy Ciclos.





# Gestión del Tiempo

**E**l tiempo es el recurso más limitado con el que contamos, es imposible incrementarlo, por ello es necesario aprovecharlo al máximo.



## Planifica

No dejes tus actividades a merced de tu memoria haz un plan con tus actividades.

Establece metas y objetivos. El cumplimiento de pequeñas tareas te acerca a las metas mayores.

## Sé organizado

Utiliza herramientas que te permitan administrar tu tiempo, anotaciones, agendas, listas de verificación.

## Prioriza

Identifica que actividades son más importantes, y cuales puedes descartar.

## No te satures

Aprende a decir que no, no satures tu agenda, ni te agobies con mas tareas de las que puedes realizar.

## Identifica a los ladrones del tiempo

Redes sociales, Televisión e incluso personas tóxicas.



# CICLOS PRESENTE EN CUMBRE METAVERSA

Por: María Dolores Fernández

¿Te gustaría comprarte la casa o el automóvil de tus sueños, además de tener la oportunidad de fortalecer tu economía y poder resolver diversas situaciones que se te puedan presentar en la vida?



El pasado 9 y 10 de noviembre de 2022, en Hermosillo, Sonora, tuvimos la oportunidad de presentar “Ciclos” en el magno evento empresarial “Metaversa Universo ilimitado, una nueva forma de hacer negocios”, el cual fue posible gracias a AMMJE (Asociación de Mujeres Empresarias Jefas de Empresa), y en donde participaron más de 450 empresarias de varios Estados de la República, dando a conocer sus productos y servicios. “Ciclos”, hoy por hoy, es el mejor modelo de economía social; es una empresa 100% mexicana y sustentable, la cual,

en mayo del 2023, celebrará el 8º Aniversario de su fundación.

Esta gran cooperativa de consumo, busca a través de construir una red, que sus asociados puedan adquirir todo tipo de bienes y servicios, a través de la creación del fondo de aportaciones de cada uno de los socios, mejorando el nivel de vida de sus miembros, a través de la economía colectiva.

En el evento “Metaversa Universo ilimitado”, buscamos dar a conocer lo importante que es voltear

a ver otras alternativas de emprendimiento; opciones que sean sólidas, reales, en empresas que estén legalmente constituidas, como lo es, “Ciclos” Sociedad Cooperativa de Consumo.

Seamos aspiracionales, aprendamos a trabajar en equipo y atrevete a buscar un futuro más próspero para ti y tu familia.

Recuerda:  
¡NINGUNO ES MEJOR QUE TODOS JUNTOS!

Con “Ciclos”, ¡sí se puede!





# EL CONSEJO no PEDIDO

Por: Raúl Estrada

Hola, primeramente, te deseo que tengas un excelente mes de diciembre que te reúnas con todos los seres que amas y que le dediques un espacio de tu vida, a la reflexión.

Es muy importante que cada cierre de un ciclo, analicemos qué hicimos, de dónde venimos, dónde estamos y hacia dónde vamos, ese el primer consejo, pero primordialmente es que tengas una muy Feliz Navidad y un próspero e inolvidable 2023, y el Consejo no pedido de esta edición de la gaceta, es un consejo que ya lo he publicado desde el año 2012 y que ahora lo volveré a repetir.

Hoy estamos manejados por un empuje comercializador que va orientado a vendernos productos que claramente están fuera de nuestro alcance bajo el auspicio del crédito, pague a 12, 18, 24 y hasta 36 meses sin intereses y creamos una idea errónea de que debemos endeudarnos para satisfacer las necesidades y los gustos de nuestra familia.

Ten mucho cuidado porque si sigues gastando y pagando a crédito ¿Qué crees? Puede haber alguna calamidad y puede cambiar

incluso el curso de nuestras vidas, por eso aléjate de los banqueros y tiendas departamentales, créeme a ellos tu estrés no les importa. Te preguntarán que hago... pues ahí vienen 5 consejos no pedidos:

1. Las compras no son antídoto a la depresión ojo lo más probables es que después de estos gastos, te sobrevenga una real depresión.
2. No regales todo en diciembre, en vez de comprar regalos caros esta navidad a tu familia, mejor llénalos de detalles todas las semanas del año que viene, ahora, si realmente quieres regalarles algo esta navidad, un detalle puede marcar una gran diferencia.

3. Aunque es un tema difícil, habla con tu familia de las finanzas personales, habla con tus hijos de la situación que estamos pasando tu creerás que no te entienden, te entienden más de lo que te imaginas, porque te ven sufrir con los gastos, así que díles que sean coherentes a la hora de escribirle a Santa y a los Reyes Magos porque créeme no eres Carlos Slim.

4. No pagues tus deudas de afecto con regalos materiales, reflexiona, a veces queremos cubrir nuestra ausencia con regalos y eso no genera mejores relaciones, al contrario, crea más distancia y aunque no lo creas esas acciones se guardan en el subconsciente y más adelante aparecen.

5. Incrementa tu educación financiera, y te garantizo que la navidad del 2023 será mucho más placentera y si no sabes cómo hacerlo, pregúntame cómo, yo tengo un par de opciones.

Soy Raúl Estrada, este fue el consejo no pedido y que tengas una muy pero muy Feliz Navidad.





¡Faltan 5 meses  
para revivir la fiesta  
de la colectividad!

13 DE MAYO 2023  
SALÓN VILLA FLAMINGOS  
CDMX

#VAMOSPORLAOCTAVAESTRELLA



/CiclosColectividad



@Ciclos\_colectividad



/CiclosOficial



@CiclosOficial