

C I C L O S

#YoSoyCiclos

[GACETA 76]

**VAMOS POR LA
OCTAVA ESTRELLA**
Ciclos Operación

FINANZAS PERSONALES
Francisco Vizcaíno

CONSEJO NO PEDIDO
Raúl Estrada

MUJERES CICLOS
Marilú Herrera



Editorial

[GACETA 76]

Manuel Guarnero
PRESIDENTE

Gabriel Belloso
GERENTE

Ana Ortega
DIRECTORA

Dulce Albarrán
Carlos Fonseca
Jose Anguré
EDICIÓN Y DISEÑO

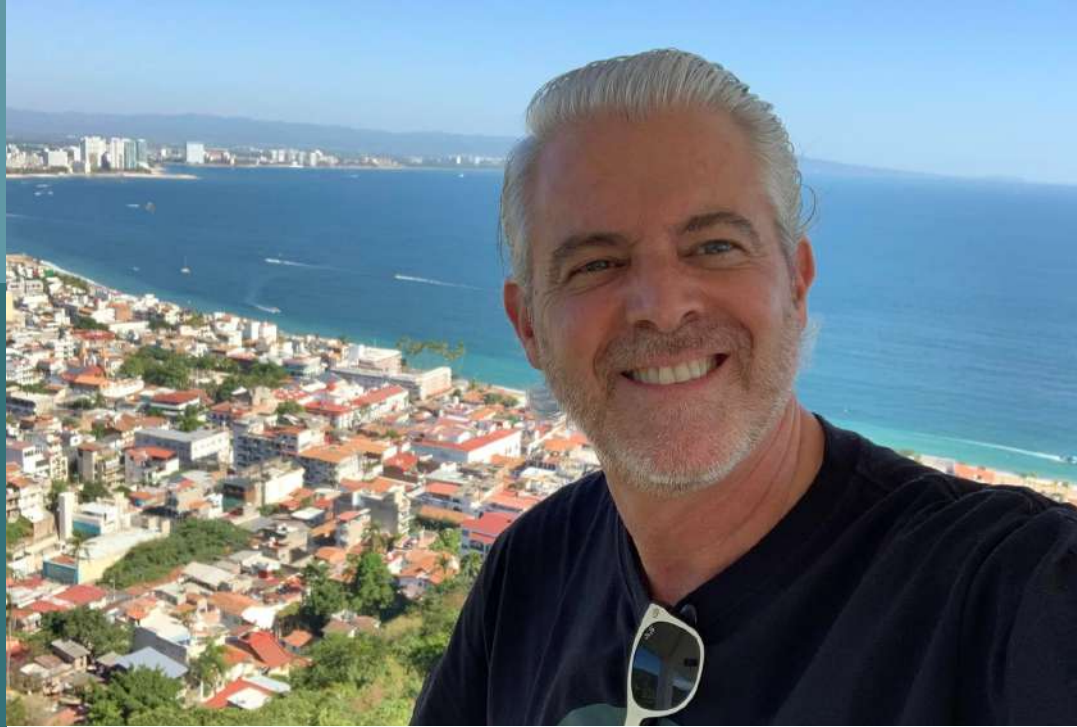
CONTENIDO

VAMOS POR LA OCTAVA ESTRELLA
Ciclos Operación

FINANZAS PERSONALES
Francisco Vizcaíno

CONSEJO NO PEDIDO
Raúl Estrada

MUJERES CICLOS
Marilú Herrera



Consumidores ya lo somos, hagámoslo entonces de manera colectiva; eso es, (para mí que he sido siempre empresario) AUTÉNTICA INTELIGENCIA FINANCIERA.

Este concepto es para mí la grandiosa genialidad y la perfecta lógica de lo que hacemos en la “Cooperativa Ciclos”.

La ley general de sociedades cooperativas nos habla de que somos una organización social con el propósito de satisfacer necesidades a través del consumo de bienes y servicios. En esta editorial quiero recordarte que lo anteriormente dicho lo logramos de una manera sencilla y lógica gracias a los siguientes componentes, los cuales te invito a leer y reflexionar con plena atención:

- + Somos una herramienta innovadora de apalancamiento económico sano, equitativo y sin deuda.
- + Contamos con una plataforma digital funcionando 24/7
- + Nos avala absolutamente todo el marco legal mexicano.
- + Promovemos valores individuales a través de la colectividad.
- + Potencializamos nuestra economía y así nuestra calidad de vida, a través de formar una red de compradores colectivos en perfecto orden y organización.
- + Somos agentes de transformación personal, familiar, grupal, social y comunitaria a través de la Economía Social.

+ Somos una organización empresarial sin fines de lucro.

+ Somos un modelo de negocio que gestiona el capital de los asociados para crear fondos mutuos que serán repartidos en equidad y proporción a nuestro anhelo de ayudar a los demás, compartiéndoles la misma oportunidad de ser empresarios y empresarias cooperativistas.

+ Favorecemos el desarrollo y el progreso de nuestro país.

Por ahora te dejo estos conceptos para que los reflexiones uno por uno a detalle; deseando desde lo profundo de mi corazón, que te des cuenta y tomes conciencia de lo que tienes en las manos al ser asociada y asociado “Ciclos”.

Recibe un abrazo y siempre mi amistad.

Manuel S.C.J. Guarnero Furlong
Presidente de la “Cooperativa Ciclos”



VAMOS POR LA OCTAVA ESTRELLA

Nos estamos preparando para que esta experiencia sea INOLVIDABLE.



EXPERIENCIA

Trabajar en la logística de este magno evento que se llevará a cabo en la Ciudad de los palacios CDMX, nos llena de mucha ilusión, porque nos preocupamos por el más mínimo detalle para que nuestros asociados y amigos se lleven a casa esta experiencia en su corazón, como lo fue en la celebración número 7 en Puerto Vallarta, esperamos vernos en el mes de mayo cargados de energía para celebrar los 8 años de nuestra Cooperativa.



FINANZAS PERSONALES

Por: Francisco Vizcaíno

ESTRÉS FINANCIERO

No hay estrés que no puedas calmar, no hay problema que no puedas resolver.

Te haz preguntado ¿qué es el estrés financiero?

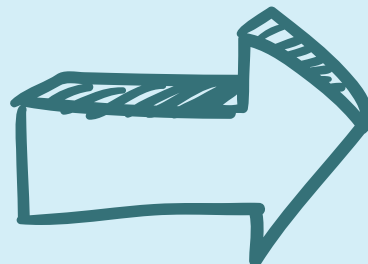
El estrés financiero es definido como la angustia, ansiedad y presión ante una situación económica llena de incertidumbre y de dificultad económica, que esto roba energía y tiempo. Tendemos a vivirla al límite.

Cinco de cada diez personas trabajadoras se encuentran agobiadas por sus deudas financieras, de acuerdo con datos de la consultora Mercer, el 72% de las personas encuestadas mencionan que estan al límite de sus gastos en cada quincena, a lo que el 20% admite que al menos de cuatro a seis días laborales se encuentran pensando en soluciones a sus problemas financieros.

Esta y más información estadística la puedes encontrar en el portal de la CONDUSEF.

¿Sabías que puedes ser víctima del estrés financiero?

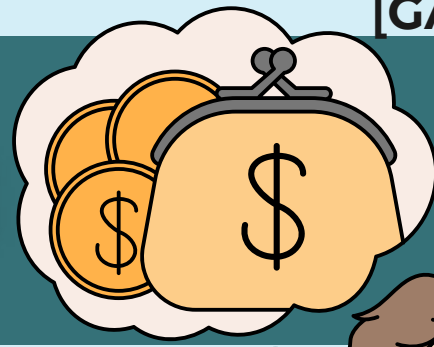
Te voy a compartir unos puntos importantes para que identifiques si vives o no con estrés financiero.



- 1 Pides prestado cuando sales con tus amistades.
- 2 Apenas te alcanza el dinero a finales de mes o de plano llegas en ceros.
- 3 Piensas todo el tiempo temas relacionados con el dinero.
- 4 Haces cuentas constantemente de tu salario.
- 5 Revisas constantemente tus aplicaciones bancarias.
- 6 Esperas con ansias a que llegue el día de pago.
- 7 Por miedo a gastar, evitas salir con tus amistades y hasta familia.
- 8 Acostumbas a reducir los gastos necesarios.
- 9 Frecuentemente te atrasas en el pago de servicios o créditos.
- 10 Utilizas la tarjetas de crédito para el gasto diario, que el súper, la tiendita de la esquina y gastos hormiga.
- 11 Gastas más de lo que ganas.
- 12 Buscas actividades o trabajo adicional.
- 13 Pagas un crédito con otro.



¿TE IDENTIFICAS CON LA MAYORÍA DE ESTAS SEÑALES?



Si es así, seguramente seas una persona que se encuentra sufriendo por el llamado estrés financiero.

Aprender a lidiar con este estrés para manejar tu situación financiera ayudará a que te sientas más en control de tu vida, reducir tu carga de estrés y sobre todo construir un futuro seguro.

Acá te van unas ideas para que aprendas a lidiar con tu estrés financiero:

- #1. Mantén la calma y no pierdas el enfoque ni la concentración, pues te será más fácil resolver la situación.
- #2. Identifica que factores financieros acontecen en tu vida y crea un plan para abordarlos.
- #3. Comprende tu deuda, cuando son los cortes y cuando las fechas de pagos.
- #4. Crea fuentes adicionales de ingresos.
- #5. Elabora tu presupuesto.
- #6. Te recomiendo lidiar con el estrés financiero con algún pasatiempo o actividad física.
- #7 Convierte los tiempos difíciles en oportunidades de crecimiento y cambio.
- #8 Busca y pide apoyo profesional financiero y especialistas en salud mental.

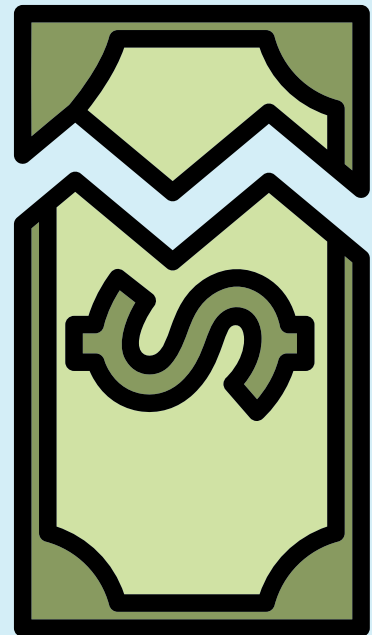
¿Como estás lidiando con tu estrés financiero?

El dinero muchas veces resulta ser una prioridad en la mente de las personas, según los datos de la encuesta “Estrés en América 2007” que realizó la Asociación Americana De Psicología; es un hecho que el dinero y el trabajo son 2 de las mayores fuentes de estrés para el 75% de la población económicamente activa.

El estrés financiero puede ser manejado de la misma manera que algún otro tipo de estrés cotidiano, trata de tomar una pausa y no entres en pánico cuando sientas que estás llegando al límite, ya sea por tus pocos o bajos ingresos, por lo excesivo de tus gastos tampoco el manejo inadecuado de la deuda; toma una pausa y no entres en pánico busca la asesoría adecuada para que puedas afrontar tu situación financiera actual. Mantén la calma y concentración.

Comienza a elaborar tu presupuesto personal y familiar, esta es la clave, ya que te ayudará a evitar que gastes más de lo que tienes, además comenzarás a generar ahorro para tu futuro.

Yo soy tu Asociado Amigo Francisco Gabriel Vizcaino y yo, yo Soy Ciclos.



[La Comisión nacional para la protección y defensa de los usuarios de servicios financieros, la CONDUSEF; expone que el estrés financiero es una epidemia silenciosa que ataca a la mitad de la población y que va dejando a su paso, angustia, desesperación y violencia intrafamiliar]

EL CONSEJO NO PEDIDO

Por: Raúl Estrada

CICLOS NO ES UN NEGOCIO DE TENER, ES UN NEGOCIO DE DAR, DE ENTREGAR DE COOPERAR.

Se trata de que des de forma consciente, e invites desde la consciencia a más personas a DAR...

DAR es la más alta de las virtudes, DAR es dejar lo tuyo para entregarlo a alguien más, sin expectativas, sin sufrimiento, sin angustia, sin ansiedad.

Lo que te hace fuerte es el GOZO de saberte parte de un movimiento que es más grande que tú.

A menudo digo que no se trata de METER sino de ELEGIR personas, a menudo les invito a NO INVOLUCRAR a su FAMILIA, pensando en que los estás ayudando salvo que ellos quieran hacerlo contigo. Sin embargo sonará contradictorio, pero ellos son los primeros que deben saber que es lo que haces y cómo funciona eso que haces, ¿por qué? Porque es la única forma en que comprendan que eres diferente y que respeten la decisión que has tomado.

Los primeros que deben escuchar tu mensaje son las personas que más cerca están contigo, no para convencerlos sino para sepan que tu visión es diferente y que por ninguna razón estás exponiendo tu patrimonio ni el de ellos.

Recuerda ser congruente en todo momento.



CICLOS MÓVIL

TE DA MÁS

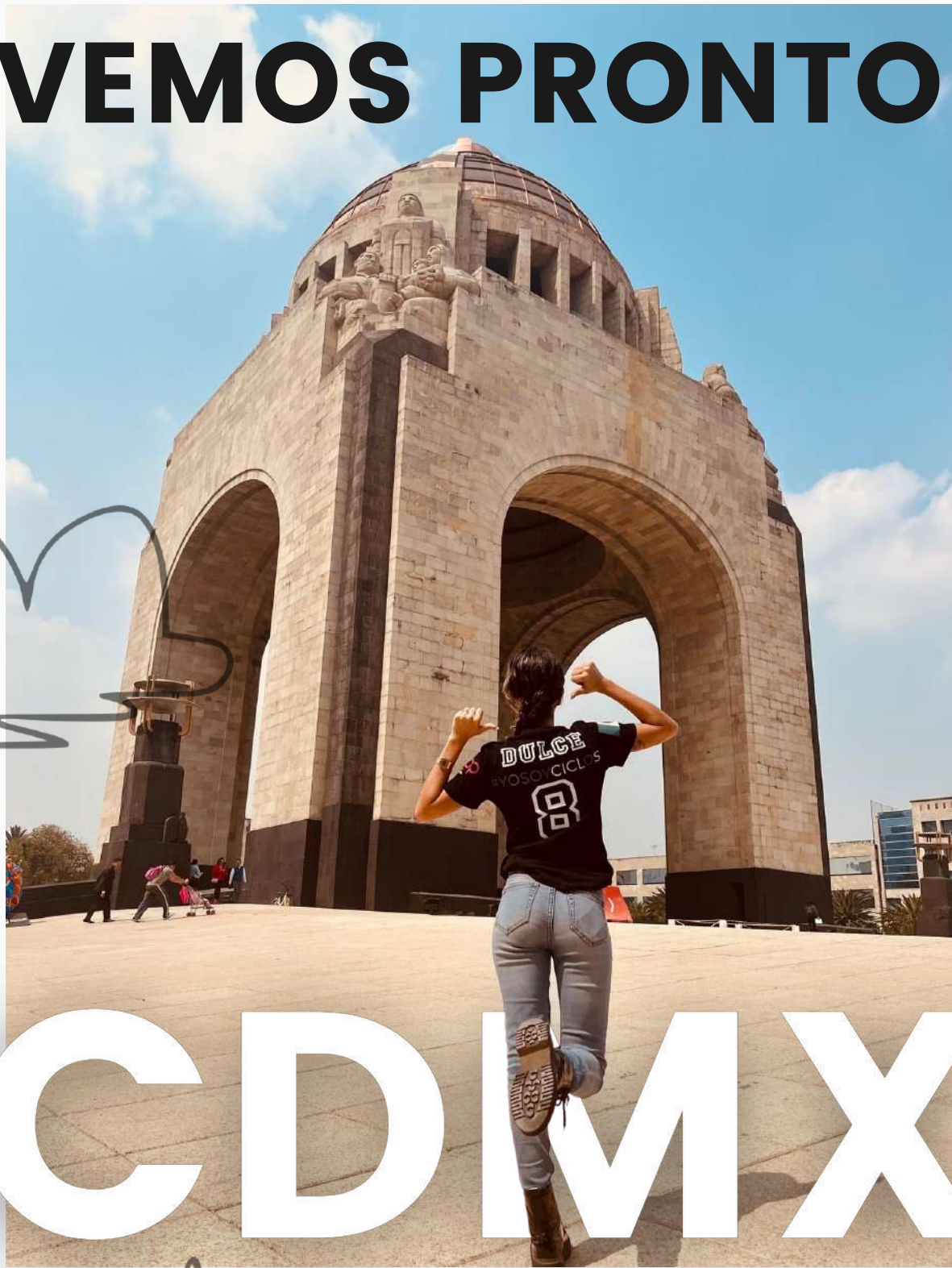
+ DATOS

+ LLAMADAS

+ SMS



NOS VEMOS PRONTO



CDMX

CDMX



MUJERES CICLOS

MARILÚ HERRERA

Los gansos vuelan en forma de ángulo ¿por qué? porque los que van adelante ayudan rompiendo la fuerza del aire, volando en ángulo incrementan su poder de vuelo en un 71 % en comparación de uno solo.

Cada vez que un ganso sale de la formación siente de inmediato la resistencia del aire, se da cuenta de lo difícil que es hacerlo solo, rápidamente vuelve a la formación para beneficiarse del comportamiento del que va adelante.

Cuando el líder de los gansos se cansa se pasa a uno de los lugares de atrás; inmediatamente otro toma la delantera.

Quiero compartir con ustedes la enseñanza que recibí de estas pequeñas aves, cuando está por llegar el invierno se trasladan miles de kilómetros para estar en un lugar cálido, esta enseñanza la ubico en nosotros los cooperativistas y que quiero contarles porque:

En el cooperativismo las personas que comparten una decisión común y tienen sentido de comunidad, pueden llegar a cumplir sus objetivos más fácil y rápidamente porque entre todos, los logros son mayores.

Si nos unimos y nos mantenemos junto a aquellos que van en nuestra misma dirección, el esfuerzo será menor y más sencillo y placentero alcanzar la meta.

Compartir el liderazgo, respetándose mutuamente en todo momento compartir los problemas y trabajos.

ORGANIZA TUS IDEAS y empieza a concretar

5 PASOS

1. Establece un lapso de tiempo

Cuando no pones una fecha límite para tomar una decisión, desperdicias tiempo pensando en lo que podrías hacer en vez de hacerlo.

2. Anota tus opciones

Tener algo visual y tangible ayuda a obtener claridad.

3. Haz una pausa y despéjate

Al distanciarte de un problema, adquieres una perspectiva más amplia.

4. Selecciona lo + importante

Ya más tranquilo, regresa a tus notas y selecciona lo más importante.

5. Actúa


Es mejor intentar y fallar a quedarse pensando en el hubiera.

Actúa sobre tu elección y que nada te detenga.

Vamos por la Octava Estrella

MAYO
2023

 /CiclosColectividad

 @Ciclos_Colectividad

 /CiclosOficial

 @CiclosOficial

