almas®

Una ayuda para los que más ayudan

Informe Anual 2021

"Celebrando nuestros primeros **20 años** *ayudando a los que más ayudan"*

almas®

Una ayuda para los que más ayudan

Informe Anual 2021

"Celebrando nuestros primeros **20 años** *ayudando a los que más ayudan"*

Informe anual 2021 “Almas” Afectividad y Sexualidad, A. C.
Todos los derechos reservados.

DR. © Afectividad y Sexualidad, A. C.

Calzada General Mariano Escobedo 175, Col. Anáhuac,
Miguel Hidalgo, 11320, CDMX.
Teléfonos: 55 3618 0210 al 12
info@almas.com.mx

www.almas.com.mx

Prohibida la reproducción parcial o total de los contenidos de esta obra sin la autorización previa de Afectividad y Sexualidad, A. C.

Contenido

4 Mensaje de nuestra directora ejecutiva

6 ¿Quiénes somos? Misión Visión Valores

8 Introducción ¿Qué ha sucedido en 20 años?

10 Oferta educativa

12 Talleres y pláticas

14 Teoría del cambio

15 Retos y vínculaciones

16 Conducción de programa de radio

18 Nuestros números

20 Centro Almas

24 Testimonios

28 Agradecimientos

Mensaje de nuestra directora ejecutiva

En el año 2021 tuvimos la oportunidad de celebrar nuestro vigésimo aniversario de servicio hacia nuestros queridos Sacerdotes, Religiosas, Seminaristas y Laicos, a quienes nos debemos y por quienes existimos. Sin duda alguna, la época actual es distinta a la de una década atrás para la Iglesia en general, con retos nuevos debido al entorno social que se hace cada vez más complejo, y no me refiero solo a la crisis interna de la Iglesia, sino a los cambios sociales que vamos cursando y que requieren de una adaptación continua de parte de todas las organizaciones que nos dedicamos a la formación y acompañamiento de personas de Vida Consagrada y Sacerdotal, que han decidido dar una respuesta amorosa a Dios a través de su vocación.

La crisis por la pandemia que atravesamos estos últimos años como sociedad, ha puesto de manifiesto la profunda necesidad de hacer un alto, cuestionar nuestra vida espiritual, emocional, comunitaria y apostólica, lo cual nos ha llevado a explorar nuestro interior y emprender nuevos caminos de trabajo personal y comunitario. La pandemia también ha traído consigo muchas heridas que han puesto al descubierto muchas de nuestras vulnerabilidades, por lo que se requiere abrir espacios de escucha para construir la fraternidad, renovar las relaciones interpersonales cada vez más conectadas, apostolados más vivos y una Iglesia más cercana.

Por tal motivo, hemos abierto nuevas modalidades de formación y hecho vinculaciones para unir esfuerzos y encontrar medios que faciliten su formación y acompañamiento psicológico, lo que les permite el desarrollo de su salud mental y establecer relaciones interpersonales óptimas.

Apegados al magisterio de la Iglesia, nos unimos al llamado del Santo Padre de ser y construir una Iglesia viva y entregada. *"Los cristianos no podemos esconder que «si la música del Evangelio deja de vibrar en nuestras entrañas, habremos perdido la*

alegría que brota de la compasión, la ternura que nace de la confianza, la capacidad de reconciliación que encuentra su fuente en sabernos siempre perdonados enviados. Si la música del Evangelio deja de sonar en nuestras casas, en nuestras plazas, en los trabajos, en la política y en la economía, habremos apagado la melodía que nos desafiaba a luchar por la dignidad de todo hombre y mujer». (Fratelli Tutti, n. 277)

Es importante mencionar que todos jugamos un papel importante para construir la Iglesia, fortalecer a nuestras comunidades, los espacios formativos y proyectos congregacionales que contribuyan a una mejor sociedad y al conocimiento de Dios. En Almas buscamos que las personas consagradas adquieran habilidades que les ayuden a desarrollarse de manera óptima a nivel psicológico, emocional y social. Y para lograrlo diseñamos un modelo educativo que promueva el desarrollo de habilidades socioemocionales necesarias para resolver conflictos, establecer relaciones interpersonales equilibradas y convertirse en mejores líderes y con una vocación de servicio en la Iglesia y en el mundo.

Agradezco a todos nuestros Obispos, Sacerdotes, Religiosos, Religiosas, Seminaristas, Laicos, a los donantes y colaboradores por confiar en nuestro modelo educativo y la oferta educativa que tenemos actualmente, sobre todo, a las Diócesis, Congregaciones y Seminarios que nos abrieron sus puertas y nos permitieron contribuir y a mi equipo de colaboración por toda su entrega y disposición para seguir siendo ***"Una ayuda para los que más ayudan".***

Reciban un cordial saludo.

ATTE.

Rosario Alfaro Martínez

Directora Ejecutiva

¿Quiénes somos?

Somos un grupo de laicos católicos que amamos a la Iglesia, creemos en el celibato y valoramos profundamente la vida sacerdotal y consagrada.

Hemos nacido para ser ***"una ayuda para los que mas ayudan"*** y estamos convencidos de que acompañar a un sacerdote, a una religiosa, así como también a un seminarista, novicia o cualquier persona en formación es ayudar a una comunidad entera, y por lo tanto es servir a la Iglesia.

Misión

Ofrecer modelos educativos que promuevan una cultura del buen trato a través de habilidades psico-emocionales, buscando el desarrollo afectivo y sexual de nuestros sacerdotes, religiosos y consagrados, que les permitan tener relaciones interpersonales plenas y mejorar su vocación de servicio en la Iglesia y en el mundo.

Visión

Ser un referente para que las personas mejoren su calidad de vida, creando un impacto social dentro de sus comunidades religiosas, siendo una asociación autosustentable y sólida a través del tiempo.

Introducción

¿Qué ha sucedido en 20 años?

Hace 20 años comenzó una iniciativa que surgió con el interés de un grupo de laicos católicos que amaban a la Iglesia y estaban comprometidos con el bienestar de las personas que habían sido llamadas para anunciar al Evangelio y es en 2001 con un grupo de especialistas diseñaron modelos de intervención para fortalecer la dimensión humana tanto de Sacerdotes, Religiosos, Religiosas y Seminaristas con temas de interés como la sexualidad y la afectividad, entre otros temas que se fueron desarrollando de acuerdo a la necesidad de cada comunidad que se contactaba con **Almas**.

A partir de entonces y hasta ahora, hemos solventado una serie de retos que nos han fortalecido y que nos acercan cada vez más al cumplimiento de nuestra misión y visión a favor de la Iglesia a través de la formación de Sacerdotes y Vida consagrada.

Nos sentimos orgullosos de haber sido una institución de laicos pionera en la formación humana de tantos hermanos y hermanas.

Se abrió el **CENTRO ALMAS** donde se presta el servicio de atención psicoterapéutica especializada dirigida especialmente a Vida Consagrada y Sacerdotal.

Realizamos en conjunto con la Universidad Pontificia de México tres Diplomados y dos Jornadas de formación para Vida Consagrada con especialistas internacionales.

A partir de las experiencias obtenidas en el acompañamiento y capacitación en temas de desarrollo humano, nos dimos a la tarea de hacer el diseño del Modelo Educativo *"Ser y Pertenecer"* el cual está orientado a la formación humana, con un enfoque centrado en la persona y con el interés de fortalecer su salud mental promoviendo la afectividad y la sexualidad como un espacio teológico que permita que Sacerdotes, Religioso, Religiosas y personas en formación tengan relaciones interpersonales armónicas y mejoren su vocación en la Iglesia y en el mundo.

Debido la pandemia y para dar respuesta a la necesidad de atender a nuestros beneficiarios, se creó una oferta educativa en línea que permite llegar a personas en cualquier parte del mundo.

Oferta educativa

Actualmente la oferta educativa está dividida en Pláticas, Talleres y Cursos del Modelo educativo, en total tenemos 18 servicios presenciales y en línea.

SER

1 **Conociéndome**

Aceptar nuestras heridas para transformar nuestro autoconcepto.

2 **Sanando mi memoria**

Descubrir que la memoria es una conciencia ordenada y que sólo el perdón puede restaurarla para ser memorable.

3 **Mi sexualidad: fluir, conectar y crear**

Reconocer la sexualidad como nuestro modo de fluir, conectar y crear en el mundo y que la castidad es un proyecto de vida.

Necesitamos SER para poder PERTENECER.

El Modelo Educativo de **Almas** está compuesto por dos Módulos: ***Ser y Pertenecer***, que hacen un total de 6 cursos de formación humana.

Y también necesitamos PERTENECER para poder SER.

PERTENECER

Mis relaciones: un llamado a vivir en el amor

4

Tomar conciencia de nuestro yo relacional y de que el amor no se encuentra en el yo, ni en el tú, el amor habita en nosotros.

Mis conflictos: una oportunidad de crecimiento

5

Restaurar nuestras relaciones a través del conflicto y descubrir en él, una oportunidad de desarrollo y crecimiento.

Mi historia: un lugar de encuentro con Dios

6

Integrar nuestro yo personal – histórico y relacional y descubrir que somos un espacio habitado por Dios.

Talleres y pláticas

Los talleres abordan diversos temas de interés de nuestros beneficiarios como son autoconocimiento, autocuidado como formadores, el manejo emocional, relaciones interpersonales, fraternidad comunitaria, problemáticas psicosomáticas, duelo y pérdidas, vocación.

Talleres presenciales

- Cuidarte para cuidar
- Emociónate
- Liderazgo en la comunidad religiosa: Mujer espiritual perfume de Dios
- Resolución de conflictos

Talleres en línea

- Cuidarte para cuidar
- Donación y Autocuidado
- Liderazgo espiritual en la comunidad religiosa: Mujer perfume de Dios
- Odres Nuevos
- El Tabernáculo
- Vocación: La Tierra Prometida
- El sacerdote y su función de padre
- Reconexión en la Contingencia
- Resolución de conflictos

Pláticas presenciales

- Activismo y Aislamiento
- Crisis de la mediana edad
- El sacerdote y su función de padre
- Reconexión en la contingencia
- Vivir en la providencia

Pláticas en línea

- Afectividad y sexualidad: Espacio Teológico
- Causas psicoafectivas que afectan la vida y ministerio de los sacerdotes
- Conquistando la Tierra Prometida
- Con Dios en la luz y en la oscuridad
- Vivir en la Providencia: De la escasez a la riqueza de la confianza

Retiro presencial y en línea

- El Tabernáculo

Nuestros alcances en este 2021 y buenas noticias

Teoría del cambio

En este año tuvimos la oportunidad de iniciar un proceso de estructura institucional que posibilitará tener mayor alcance y prestar un mejor servicio. Iniciamos con la teoría de cambio que permitirá ayudar a más Sacerdotes, Religiosos, Religiosas y personas en formación.

Es un modelo de intervención psicoeducativo y psicoterapéutico basado en la promoción de las habilidades para la vida, una cultura del buen trato, la resiliencia, la salud mental, las neurociencias y los aportes de la psicología positiva.

Consideramos que el modelo de intervención permitirá obtener cambios en la práctica del buen trato, colocando en el centro la protección y el cuidado de todos los miembros de la Iglesia, la capacidad para reconocer los propios procesos mentales de cada beneficiario que le facilite un conocimiento personal y como consecuencia desarrollar habilidades para comunicarse de manera equitativa, justa y equilibrada, con respeto y amor a su prójimo.

Uno de los cambios esperados es que cada persona responda a su vocación con compromiso, más creatividad, proyectos claros de servicio, y la vivencia de un celibato evangélico como una opción libre y amorosa.

Estamos comprometidos en este proyecto, deseando que pronto podamos hacer llegar nuestra propuesta formativa a más beneficiarios que requieran esta oferta educativa.

Retos y vinculaciones nuevas

En el 2021 llegamos a diversas Congregaciones, Seminarios, Presbiterios y espacios formativos en distintas partes de México y en el extranjero. Ha sido un gran reto dar respuesta a la necesidad de acompañar a personas que han tenido pérdidas, cambios importantes, situaciones emocionales inesperadas, crisis vocacionales, y estados de crisis ante la pandemia.
Sin embargo, logramos desarrollar propuestas de formación y acompañamiento que se ajustaran y dieran respuesta a la realidad por la que se estaba atravesando.

Parte de los logros importantes fueron las vinculaciones que hicimos durante al año, por ejemplo, nuestra participación como ponentes en la formación del Clero convocada por la CEM, nuestra colaboración en la formación permanente de varios presbiterios con el Modelo Educativo "***Ser y Pertenecer***" y nuestra intervención en la Jornada de Formación para la Vida Consagrada Contemplativa en la Arquidiócesis de México.

Nuestra directora ejecutiva Rosario Alfaro Martínez participa activamente dentro del Consejo Nacional de Protección de Menores de la Conferencia del Episcopado Mexicano (CEM), que es un órgano multidisciplinario creado por los Obispos de México para responder integralmente al problema de la violencia sexual en la infancia por parte de clérigos y agentes de pastoral en el ámbito eclesial.

Desarrollamos tres servicios nuevos:

- Causas psicoafectivas que afectan la vida y ministerio de los sacerdotes.
- Conquistando la Tierra Prometida.
- Con Dios en la luz y en al oscuridad.

Conducción del programa de radio "Más humano, más cristiano" de la Diócesis de Nezahualcóyotl

Se inició el programa de radio ***"Más humano, más cristiano"*** que se trasmite a través de las redes sociales y de la App de la Diócesis.

Desde septiembre se trasmitió el programa cada semana con un total de 15 programas al mes de diciembre con temas de desarrollo humano dirigido a laicos y al público en general. Logramos un alcance de hasta 100 visitas al día por programa que permite llegar a familias y enfermos que son parte de la pastoral de la salud, así como a otros usuarios dentro y fuera de la Diocésis.

Nuestros números

Logramos llegar a:

En línea
1,538
personas

Presenciales
226
personas

836
Mujeres

888
Hombres

Impartimos en:

Estados de la Rep. Mexicana:

- Aguascalientes
- Baja California
- Baja California Sur
- Campeche
- Chiapas
- Chihuahua
- Ciudad de México
- Coahuila
- Colima
- Durango
- Estado de México
- Guanajuato
- Guerrero
- Hidalgo
- Jalisco
- Michoacán
- Morelos
- Nayarit
- Nuevo León
- Oaxaca
- Puebla
- Querétaro
- Quintana Roo
- Sonora
- Tabasco
- Tamaulipas
- Tlaxcala
- Veracruz
- Yucatán
- Zacatecas

En el extranjero:

- Alaska
- Argentina
- Belice
- Bolivia
- Brasil
- Chile
- Costa Rica
- Colombia
- Ecuador
- El Salvador
- Estados Unidos
- Guatemala
- Honduras
- Panamá
- Paraguay
- Perú
- República Dominicana
- Italia
- España

En línea en:

México
31
Estados

Extranjero
19
Países

En presencial en:

3
Estados de la República

- *Ciudad de México*
- *La paz, B.C.*
- *Estado de México*

1
País

- *San José de Costa Rica*

Público atendido de 2001 a diciembre de 2021

Beneficiarios [1/]	2001 - 2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	TOTAL
Sacerdotes Diocesanos [2/]	1,623	305	68	245	572	309	421	3,543
Sacerdotes Religiosos	696	102	65	31	190	197	140	1,421
Seminaristas Diocesanos	2,337	230	55	138	156	151	222	3,289
Seminaristas Religiosos	377	35	67	82	64	46	72	743
Religiosas	4,057	535	1,180	886	580	1019	836	9,093
Laicos	7,398	30	432	43	7	92	33	8,035
TOTAL	16,488	1,237	1,867	1,425	1,569	1,814	1724	26,124

[1/] Para nosotros, beneficiario es una persona que tomó un curso, si esa persona toma más cursos, se cuenta las mismas veces.
[2/] Incluye Obispos y Diáconos

Desde el año 2001 hasta la fecha se ha impactado a:

26,124
Personas beneficiadas

Participantes por estilo de vida atendido

6	Obispos
396	Sacerdotes Diocesanos
110	Sacerdotes Religiosos
222	Seminaristas Diocesanos
72	Seminaristas Religiosos
28	Religiosos Vida Activa
768	Religiosas Vida Activa
68	Religiosas Vida Contemplativa
2	Religiosos Vida Contemplativa
1	Laicos Consagrados mujeres
29	Laicos Consagrados hombres
2	Laicos hombres
1	Laicas mujeres
19	Diáconos

Página web

En la página de Almas se creó la sección #Yomequedoencasa donde se crearon contenidos de interés para los beneficiarios como artículos y material de apoyo de los servicios en línea.

15,729

Visitas Acumuladas

Visitas a las secciones de la página web

419
#Yomequedoencasa
(sección)

5,285
#Yomequedoencasa
(sección)

Redes sociales

Hasta el 2021 nos han seguido en nuestras redes sociales:

Total seguidores: **24,732**
Total "Me gusta": **24,740**

Total seguidores: **20,153**
Total "Me gusta": **3,820**

Centro Almas

A lo largo de estos 20 años, **CENTRO ALMAS** ha sido un espacio de escucha terapéutica que, a través de las sesiones de terapia presenciales y en línea, consejerías, asesorías o evaluaciones psicológicas, ha abierto nuevos horizontes y beneficiado a muchos Sacerdotes, Seminaristas, Consagrados y Consagradas logrando impactar también a sus comunidades y apostolados.

Nuestros servicios:

Atención psicológica en modalidad presencial y en línea
- Psicoterapia
- Intervención breve focalizada
- Asesorías
- Evaluaciones
- Asesorías especializadas para formadores
- Atención psicológica únicamente modalidad

Presencial

- Intervención breve grupal
- Terapia de grupo breve

Durante este año se llevaron acabo consejerías psicológicas para los participantes de los talleres y pláticas que se impartieron en línea, brindando un espacio de escucha y acompañamiento emocional donde se trataron situaciones relativas a los temas abordados.

231
Beneficiarios atendidos

35
Pacientes que iniciaron en 2020 y continúan en 2021

196
Pacientes nuevos de enero a diciembre

Sesiones
1,919
Total

Número de pacientes de consejerías:

40

Testimonios

Hermana Emily

Qué tal, yo soy la hermana Emily, quiero compartir contigo mi experiencia en el proceso de acompañamiento en Centro Almas.

Realmente considero que ha sido de gran ayuda en mi proceso vocacional, ya que actualmente me encuentro en la formación inicial. Para mí ha sido una herramienta de mucha ayuda para fortalecer mi autoconocimiento, tomar decisiones con más conciencia y madurez; en mi opinión, el acompañamiento psicológico puede ser de gran ayuda cuando hay una disponibilidad de quien lo recibe utilizándolo como un medio para crecer, avanzar y sanar el área humana, unido claramente a un buen acompañamiento espiritual, ya que al complementarlos se van obteniendo más medios por los cuales la persona encuentra su plena realización.

Personalmente considero que Centro Almas es una asociación capacitada para tratar con personas consagradas, y me da gusto que existan profesionales preocupados por el bienestar de las personas que dedicamos nuestra vida dentro de la Iglesia al servicio de los demás. Ciertamente hoy en día hay muchas ideas equivocadas que apuntan a decir que la terapia solo la debe recibir quien no está bien, quien está "loco (a)" y yo creo que no es así, ya que considero que es un medio para crecer y madurar como persona, para estar bien con uno mismo y con los demás, prender a crear relaciones sanas en nuestras comunidades, y realizar una mejor entrega en el estilo de vida que Dios nos invita a vivir.

Padre Marco

Lo primero es que sí lo necesitaba, y ha sido una experiencia muy enriquecedora, en cuanto a que me ha ayudado a detonar procesos que no me imaginaba que tenía que trabajar en mi persona, después el acompañamiento ha sido clave para lograr con éxito esos procesos que inicié. Pero sí lo recomiendo a pesar de que ha sido en línea.

Hermana Eva

Soy mexicana, monja Agustina Recoleta, llevo en el monasterio 17 años. Estoy feliz de mi vocación.

En el año 2006 participé en un curso que impartió ALMAS sobre la afectividad y sexualidad, el cual me ayudó bastante en mi vida a reconocerme como persona humana, valorar mi ser mujer dentro de la vida religiosa. Después asistí a otros cursos más que me fueron ayudando, aunque en ese tiempo no sentí la necesidad de un acompañamiento psicológico, pero todo cambió debido a que en el 2018 sentí el llamado de Dios para venir a fundar en tierras colombianas, el cambiar de país, aunque me abrió mi forma de pensar, también movió en mí muchas cosas, ya que todas mis seguridades que creía tener ya no estaban. Esto me ayudó a darme cuenta de que necesitaba un acompañamiento psicológico para trabajar mi historia de vida.

Acudí al CENTRO ALMAS, aunque me dio mucha vergüenza reconocerme necesitada y pedir ayuda, me arriesgué aún con mis inseguridades: recuerdo que lo primero que le exprese a Charo fue que esta ayuda la debería haber pedido desde más joven, ella comprensivamente me respondió, "nunca es tarde para empezar. Mientras tú quieras y te dispongas. Adelante," sus palabras me animaron bastante a dar el paso. Yo no creía del todo en los procesos psicológicos y menos hablar de mi persona con personas desconocidas, me resistía bastante a que fuera a través de los medios de comunicación (Skype) pero la misma necesidad de estar en otro país me empujó a hacerlo y agradezco a Dios por ello. La persona que me ayudó en este proceso fue el psicólogo Daniel. Fue una experiencia fructífera en mi vida, ya que, el que me escuchara sin juzgarme, su comprensión, disponibilidad y sobre todo su confianza, me ayudó a abrirme y a darme cuenta de que tenía que sanar heridas de mi pasado que se hacían presentes en mi vida. Las cuales no me dejaban ser yo misma libremente y relacionarme con libertad con los demás.

Ahora me veo en el presente, miro hacia atrás me doy cuenta de que en mi vida me faltaba sanar muchas situaciones, pero sobre todo amarme a mí misma. La gracia de Dios fue la que me ayudó a salir adelante pese a los momentos difíciles y a darme cuenta de que nunca es tarde para conocerme y aceptarme a mí misma. Me ayudó a hacerme más compasiva con los demás, ya que todos tenemos una historia de nuestro pasado que repercuten en el presente, pero no nos determina sino que nos ayuda a crecer. Con esta experiencia aprendí a valorar la psicología y doy gracias a Dios por la bella labor que realiza el CENTRO ALMAS de ayudar y acompañar a tantos hombres y mujeres en la vida religiosa y sacerdotal a hacerse dueños de sí mismos y sobre todo plenos. En la vida Dios nos da muchos medios, pero muchas veces por vergüenza, miedo o ignorancia dejamos pasar estas oportunidades.

Hermana Cristy Sisimit

¡Hola! Queridos hermanos de ALMAS, soy Cristy Sisimit, originaria de Guatemala me dirijo a ustedes con mucho amor, cariño y agradecimiento por todo el bien que hacen a tantas almas por medio de los talleres que imparten en los diferentes lugares o comunidades.

Quisiera contarles mi experiencia y vivencia que tuve en el taller "Conociéndome" desde el primer momento que me dieron la noticia de participar con el grupo de ALMAS, en ese momento tuve dos impresiones emoción y miedo hasta que llegó el momento en el 2020.

Durante esta semana fue maravilloso y emocionante porque removió todo desde el fondo del corazón, justamente antes de iniciar mi nueva misión como Directora de Radio Apóstol Anunciando su Palabra. Doy gracias a Dios porque este taller salvó mi vida, mi vocación, mi ser y mi personalidad, llevaba Diez años quejándome de todo y por todo, haciendo me víctimas de las enfermedades, echando la culpa a los demás de la cosas negativas que me pasaba, anda como la Magdalena lloraba por todo y por nada, eran insoportable para mi misma y para los demás, y no tenía ni ganas de orar, me enojaba con todos y era intolerante, no aceptaba mis errores, estaban siempre a la defensiva y creí tener siempre la razón, andaba media muerta y lo que más me atormentaba es que ni yo misma entendía y sufría mucho porque no quería ser así, lo más curioso es que en mi comunidad me admiraba mucho y me decían mis describían como: alegre, optimista, trabajadora, arriesgada, obediente, paciente, capacidad de convivir en equipo, eres líder etc. Y yo decía no es verdad porque yo sufría.

Durante la semana del curso sentí que su presencia me daba paz, serenidad, por las diferentes dinámicas y la forma de explicar cada exposición, los ejemplos, la música instrumental, el material que utilizábamos, la meditación y la paciencia que nos tenían.

Al pasar los días me estaba encontrando conmigo misma y había encontrado la raíz de todos mis problemas emocionales y la verdad esos días para mi fueron llenos de luz, paz, amor, agradecimiento había recuperada mi verdadero Yo. Y al finalizar el curso dije y ahora ¿Qué viene? entonces nos dieron el cuaderno de seguimiento y lo trabajé durante un año y ocho meses porque había ejercicios que me llevaba más de una semana. Fue un camino difícil de altas y bajas, descubriendo cosas nuevas de mi y de mi historia, trate de vivir al máximo cada experiencia delante del Santísimo y mi experiencia de este viaje interior has sido un proceso que ha fortalecido mucho mi vida y vocación.

Mi agradecimiento a Dios y a ustedes porque gracias al curso he vuelto a nacer y a vivir una vida plena.

Agradecimientos

A Dios por su generosidad e inspiración para que sigamos sirviendo a la Iglesia.

Al consejo directivo por su entrega e interés para hacer de **Almas** un medio para que tengamos una Iglesia y un mundo cada vez mejor.

A los colaboradores por su disposición y vocación para acompañar con su profesionalismo a cada beneficiario que contactan.

A todos los beneficiarios que con su disposición, compromiso y entrega hacen de sus vidas una nueva oportunidad para que Dios se manifieste y ser testimonio en sus comunidades y apostolados.

AlmasA.C. ALMAS.AC

www.almas.com.mx

Informe anual 2021
“Almas”

Calzada General Mariano Escobedo 175,
Col. Anáhuac, Miguel Hidalgo, 11320, CDMX.
Teléfonos: 55 3618 0210 al 12