



Newsletter

JULIO 2025

24 de julio: La salud comienza contigo

El autocuidado es la práctica diaria de proteger y fortalecer nuestra salud física, mental y emocional a través de decisiones conscientes. Acciones como una alimentación balanceada, el descanso adecuado, la higiene personal, la actividad física regular y la prevención médica son ejemplos esenciales de autocuidado. Esta fecha, elegida por representar el compromiso 24/7 con nuestra vitalidad, nos recuerda que la salud empieza con cada uno de nosotros, todos los días del año.

En Un Buen Grupo de Amigos, reconocemos que fomentar el autocuidado es clave para lograr un impacto real y duradero en las comunidades que atendemos. A través de nuestras jornadas de atención médica gratuita y actividades de promoción de la salud, buscamos no solo brindar atención, sino también fortalecer la capacidad de las personas para cuidarse, prevenir enfermedades y tomar decisiones informadas. Impulsar el autocuidado significa sembrar salud, dignidad y autonomía en cada persona, y ese compromiso es parte esencial de nuestra misión.



Gracias a tu apoyo y el de OXXO hicieron posible este gran resultado

Hoy celebramos el cierre de una campaña muy espacial que vivimos junto a OXXO. Durante estos meses, cada moneda, cada gesto y cada palabra de aliento se unieron para llevar esperanza a miles de personas. Gracias a la generosidad de clientes y colaboradores, convertimos este apoyo en consultas médicas, estudios y acompañamiento para quienes enfrentan barreras para acceder a la salud.

Tu ayuda dejó huella.

No se trata solo de números, sino de historias reales: son sonrisas que regresan, diagnósticos a tiempo y vidas que cambian. Gracias por creer en nuestra misión y caminar a nuestro lado. Con aliados como tú y como OXXO, seguimos recorriendo caminos para llevar salud, esperanza y amor a cada rincón de México.



Durante Julio

Seguimos firmes en nuestro compromiso de brindar ayuda humanitaria a las comunidades más necesitadas a través de nuestras Jornadas de Atención Médica Gratuita. Este mes, gracias a nuestra dedicación y esfuerzo en conjunto, logramos atender:

- 7 localidades en 1 municipio del estado de Campeche
- 13 localidades en 3 municipios del estado de Guerrero
- 8 localidades en 1 municipios del estado de Chiapas
- 23 localidades en 1 municipios del estado de Veracruz
- 19 localidades en 6 municipios del estado de Puebla
- 40 localidades en 10 municipios del estado de Tabasco

Gracias al trabajo en equipo brindamos asistencia en medicina familiar, odontología, nutrición, detecciones de cáncer con mastografía y talleres de promoción a la salud para que las comunidades se mantengan saludables.



Nuestro impacto

Las Jornadas de Atención Médica Gratuita a través de las Unidades Médicas Móviles en el mes de julio atendieron a 10,712 personas en 6 estados de la República.

Campeche

1,118	Consultas familiares
2,024	Intervenciones dentales
74	Ultrasonidos y electrocardiogramas

Guerrero

4,277	Intervenciones dentales
--------------	-------------------------

Chiapas

901	Consultas familiares
1,784	Intervenciones dentales
80	Ultrasonidos y electrocardiogramas

Puebla

924	Consultas familiares
5,689	Intervenciones dentales
58	Ultrasonidos y electrocardiogramas

Tabasco

3,551	Consultas familiares
5,097	Intervenciones dentales
552	Ultrasonidos y electrocardiogramas
905	Detecciones de cáncer de mama

Veracruz

1,579	Consultas familiares
2,302	Intervenciones dentales
158	Ultrasonidos y electrocardiogramas

Reflejos de nuestro

#AmorporMéxico



"Me brindaron una atención excelente, los médicos son muy profesionales y nos trataron bien, Estoy muy agradecida por la labor que realizan."

Carolina F.

(Nombre asignado para proteger la privacidad del paciente)

"Gracias de corazón por su ayuda y por estar siempre dispuestos. Nos dará gusto volver a recibirlos."

Ramiro C.

(Nombre asignado para proteger la privacidad del paciente)



"Agradezco mucho la atención que dieron. para nosotros fue algo muy bueno."

Marlene A.

(Nombre asignado para proteger la privacidad del paciente)

"Gracias por venir justo cuando más lo necesitaba. Espero que regresen pronto."

Pedro R.

(Nombre asignado para proteger la privacidad del paciente)



Sé parte de nuestra misión



Si están buscando una forma de hacer una diferencia real en la vida de las comunidades vulnerables de México, los invitamos a considerar hacer una donación a nuestras jornadas de asistencia médica gratuita. Su contribución, sin importar su tamaño, puede hacer una gran diferencia en la salud de cada persona.

Realiza tu donativo a través de nuestro sitio web: www.ubga.org.mx/donaciones o bien realiza un donativo **DIRECTO** con la siguiente referencia:

Razón social:

Un Buen grupo de Amigos, A.C.

Clabe:

012650001990359826

No. Cuenta:

0199035982

Banco:

BBVA Bancomer

SWIFT/BIC::

BCMRMXMMPYM

(para depósitos internacionales)

Si resides en el extranjero puedes realizar un donativo directo con la referencia **SWIFT/BIC** que aparece en los datos de arriba o bien, a través de la plataforma de **GlobalGiving** y obtener tu recibo deducible de impuestos de Estados Unidos.

Este mes trabajamos en **alianza** con:



GlobalGiving

**¡Muchas gracias por
tu generosidad!**

Tu donación ha hecho posible que continuemos proporcionando asistencia médica a nuestras comunidades. Su apoyo ha sido fundamental para mejorar la salud y el bienestar de quienes más lo necesitan.

¡Gracias de nuevo por hacer una diferencia en México!



Certificaciones y autorizaciones

Nacionales

- Miembro del Centro Mexicano para la Filantropía
- Acreditación en Institucionalidad y Transparencia
- Constancia de Capacidad, Calidad y Seguridad para la Atención Médica, emitida por la Coordinación de Calidad y Educación en Salud, de la Secretaría de Salud del Estado de Puebla
- Donataria autorizada para donativos deducibles nacionales. Última publicación DOF 03 de enero 2025
- Donataria autorizada para donativos deducibles extranjeros. Última publicación DOF 03 de enero 2025



Internacionales

- Trace Anti-Bribery Compliance Solution Trace Certification ID: tc7162-5416
- Miembro de Global Giving
- Certificado de credibilidad por la D&B No. de registro 812799196



¡Participa!

“Este material ha sido desarrollado por **Un Buen Grupo de Amigos, A.C.**; sólo podrá reproducirse citando el nombre del autor y con el consentimiento escrito de la Asociación”

Contacto Ubga

-  contacto@ubga.org.mx
-  Un Buen Grupo de Amigos, A.C.
-  @fundacionubga
-  @fundacionubga
-  Fundación UBGA
-  Fundación Un Buen Grupo de Amigos A.C.
-  www.ubga.org.mx