

En esta sección publicamos todas las fotos y mensajes que llegan a nuestro Buzón, gracias por escribirnos. Si todavía no hemos publicado tu foto es porque no la haz enviado, esta es tu revista La revista de San Pedro. editorial@queondasanpedro.com



Fotografías enviadas por Liliana Maribel Venegas Gómez.

Recuerdo del agradecimiento de los sampetrinos por su hospitalidad a la Cd. de Cuatrociénegas Coah. En los momentos tan críticos en sep. de 1968. En la otra foto aparece el equipo de beisbol de la Esc. Sec Ladislao Covantes representando 3°C en el estadio donde es ahora la sec técnica #7, de esto hace 40 años



**Calaveras enviadas por Elías Hernández Guerra**

PARA LOS SAMPETRINOS

Inundaos hasta el pescuezo  
Casi se los lleva el agua  
Pobrecitos sampetrinos  
Son víctimas de Conagua

La huesuda se entero  
San Pedro se había salvado  
Y de inmediato se vino  
Y a todos los ha cargado

Los agarro en un costal  
Los agarros descuidados  
Mientras todos celebraban  
Del agua estaban salvados

Hoy entre llamas están  
Se los llevo pal averno  
En la tierra sufren agua  
Y alla abajo en el infierno

JIMENA HERNÁNDEZ

la muerte la sorprendió  
editando la revista  
a Jimena la cargo  
sin dejar ninguna pista

Jimena le suplicaba  
pero nada le valió  
se la llevo en una caja  
y en el panteón la enterro

hoy se encuentra en el averno  
y ya volvió a las andadas  
pues ya tiene su revista  
que onda versión infierno"



Hola somos de Houston Tx, Melissa D., Janet R. y Iliana R., solo queremos mandar saludos a todas nuestras familias Márquez Adama y Márquez De Luna que los extrañamos mucho y los queremos. Saludos a todos nuestros amigos PELOS-Israel, MOTOR-daniel, el Gordo-Luis, Arroyo-Alejandro y al bebé chorizo de la quinta. Un gran último saludo a una persona de nombre Roosevelt Aguilera te mando un beso desde Houston Tx Bueno pronto nos veremos allá chaw!!! besos a todos en San Pedro!!



HOLA, ESPERO Y ESTÉN MUY BIEN TODOS EN GENERAL. DESEARÍA QUE ME PUSIERAN ESTA FOTO EN SU REVISTA QUE ESTA MUY LINDA Y ES LA MAS POPULAR Y QUE LLEGA HASTA MUY LEJOS YA QUE OTRAS NO LO HACEN, DICRIENDO ESTO:

Hola mi nombre es Brayan Humbreto Cabrera Balderas quiero mandarles un saludo a todos mis familiares de Estados Unidos y claro de aquí de México también. Les mando esta foto para que me conozcan y que sepan que ya estoy bautizado gracias a mis papis y mis padrinos que fueron Guadalupe de Houston Tx y Guillermo de San Pedro Coah. y a todos en general por que son bastantitos, les mando un enorme besito ok., que estén bien, adiosito. Correo de Sergio Arturo Balderas Aguilar.



QO! y ADM Producciones a través del periódico semanal El FACTOR, establecerán un enlace para ti que tienes familiares en la Región Carbonífera. Abriendo un espacio en ambos medios para que puedas enviar o recibir saludos de tus parientes que viven en Sabinas y las ciudades en las que se distribuye dicho periódico, envía tus mensajes y nosotros los haremos llegar para que sean publicados, los sampetrinos radicados allá también podrán enviar sus mensajes para que tu puedas verlos en tu Revista QO! También puedes visitar el sitio donde ADM Producciones mantiene las imágenes en video de San Pedro Coah. algunas producidas para Canal 10. <http://mx.youtube.com/user/admimagen> [www.elfactor.com](http://www.elfactor.com)



**La CAPACIDAD de AMAR**

Por pastora: Mary Carmen Rodríguez

Muchas veces el ser humano dice o cree amarse a sí mismo. Quizás hoy te despertaste y al mirarte al espejo exclamaste: ¡Cuanto me amo! ¡Que hermosa/guapo soy! Te esmeraste en tu arreglo personal porque tienes cuidado de ti mismo y saliste de casa a tus tareas cotidianas. Hoy, al igual que todos los días, te encontrarás con personas que te sonreirán y otras que no; algunas serán amables y otras no. Es ahí donde tendrás que demostrar cuánto verdaderamente te amas.

Amarse a sí mismo no es concretarse a mostrar una buena apariencia personal. Amarse es esforzarse en dar a los demás lo bueno que hay en el interior. ¡Cuánto necesita nuestra sociedad que nos amemos!

Si tan solo comenzáramos por amarnos a nosotros mismos, todo cambiaría. No habría espacio para el egoísmo, porque quien se ama no puede actuar con egoísmo; si somos egoístas, entonces no hay amor. ¡Todos tenemos una capacidad de amar enorme!

Si logramos despertar este sentimiento, no haremos nada indebido. Formaremos parte de los que pueden mejorar el ambiente que nos rodea, seremos de los que trabajan en beneficio de nuestra sociedad. Cuidarás de ti, pero también cuidarás y te interesarás por los demás. Con tan solo una pizca de amor, seremos capaces de lograr grandes hazañas.

Jesús logro transformar el mundo con ese amor, un mundo que estaba y que seguiría sin esperanza alguna. 1 Juan 3:16 dice: "En esto hemos conocido el amor, en que Él puso su vida por nosotros" también nosotros debemos poner nuestras vidas por los hermanos"

Y tú, ¿aun crees que te amas y que amas a los demás? ¿Estas dispuesto a comprobarlo? Recuerda que en cualquier momento se te presentará la oportunidad de hacerlo.



**Primero tu Salud>QO! PREVENCIÓN**

Uno de los puntos más importantes para el ser humano es la salud. Cuidar nuestro cuerpo es una necesidad que se ha vuelto cada día más importante y es por eso que la alimentación cobra un factor determinante para mantenernos sanos. "somos lo que comemos"

Ahora es cuando debemos de reflexionar sobre nuestra alimentación, si será suficiente para ayudarnos a mantener una vida sana en el futuro, en este mundo cada vez más industrializado, donde la comida chatarra forma parte de la dieta del ser humano, PREVENIR es la clave en cualquier aspecto de la vida, No esperes a que mañana padezcas de cáncer, gastritis, problemas en las vías urinarias, acné y muchos padecimientos más.

Médicos especialistas en la investigación de la fruta del Mangostán (AMMIM) recomiendan el consumo del jugo de Mangostán para la prevención de enfermedades y como suplemento alimenticio.

El Mangostán, como muchos lo saben, es una fruta, un alimento, no es un medicamento. Lo usamos como suplemento alimenticio. Lo básico es tener una alimentación equilibrada en el contenido de: grasas, proteínas y carbohidratos, moderando el consumo de estos último. Es necesario tomar también vitaminas y minerales. Es importantísimo evitar el sedentarismo y ejercitarnos un mínimo de tres veces por semana durante 1 hora. Si a este estilo de vida saludable le agregamos diariamente el poder del Mangostán, con la debida disciplina podemos asegurar que se incrementará en un altísimo porcentaje la posibilidad de tener longevidad con calidad.

Toma Xango, El Jugo XanGo capta el poder nutricional del mangostán mediante una fórmula de propiedad exclusiva que utiliza el puré del mangostán entero: la cáscara y la pulpa. XanGo es:

- La bebida original de mangostán
- Seguro para todas las edades
- Sólo 30-90 ml por día
- Dulce, vivificante y tiene un sabor delicioso
- La única fórmula con la fruta entera
- Un amplio control de calidad durante la formulación

"Permite que tu alimento sea tu medicina y que tu medicina sea tu alimento" Hipócrates 460-377 A.C.



**Bienestar en tu salud y Bienestar financiero en un solo producto:**

Jugo **XANGO™**

Descubre y disfrute de los beneficios que el Mangostán y las Xantonas brindan a su organismo

Estudios demuestran que las Xantonas con sus propiedades antioxidantes, anti-inflamatorias, analgésicas y antitumorales, nutren nuestras células a nivel Sistémico, aportando importantes beneficios en personas con afecciones en sus condiciones de salud como:

- |                            |                         |
|----------------------------|-------------------------|
| Cáncer y Tumores           | Diabetes I y II         |
| Problemas Cardiovasculares | Migraña                 |
| Depresión o Ansiedad       | Estreñimiento           |
| Osteoporosis               | Alzheimer               |
| Problemas Hormonales       | Artritis                |
| Colitis, Gastritis, etc.   | Problemas Respiratorios |
| Sistema Inmunológico       | Insomnio                |
| Alergias e Infecciones     | Afecciones de la piel   |
| Fatiga y Falta de energía  | Inflamación y dolor     |

Solicítelo al:  
Cel. 871 274 50 80  
Tel. 7720434



Contáctanos si además te gustaría beneficiar a muchas personas compartiendo las propiedades del Mangostán y a la vez generar un ingreso financiero adicional que puede llegar a ser realmente importante

PRESENTACIÓN DE LA OPORTUNIDAD:  
Sábados a las 6 de la tarde en Av. Guerrero # 27  
Col. Centro. San Pedro, Coah.



VISITA: <http://www.mymangosteen.com/pacotolentino>