



Banco  
**Ademi**  
El Banco que da la mano

35  
ANIVERSARIO

*Celebramos 35 años dando la mano a los luchadores que cada día dan lo mejor de sí por sus familias y por su país.*

# AGENDA FINANCIERA 2019



*El Innovador*

*La Valiente*

*El Madrugador*

*El Fajador*

## Datos personales

Nombres	Celular
Apellidos	Seguro Médico
Ciudad	Clínica
Dirección	Grupo Sanguíneo
Teléfono	Alergias
Otros	
E-mail	

## Datos del negocio

Empresa	Teléfono
Dirección	

## En caso de accidente contactar

A	Parentesco
Dirección	Teléfono

Santo Domingo  
Diciembre 2018

Estimados clientes:

Con el objetivo de brindarles orientaciones y apoyo a nuestros relacionados, clientes y empleados del Banco Ademi de la mano con nuestro brazo social, Fundación Ademi les presentamos la:

### “AGENDA FINANCIERA 2019”

En ella encontrarán una guía para sus registros diarios, semanales y mensuales que le orientará en la planificación de sus metas del año.

Nos sentimos privilegiados de que sean parte de nuestra institución. Les aseguramos que al usar esta agenda, alcanzarán sus objetivos y reconocerán lo valioso de llevar el control de las finanzas.

Deseándoles un próspero año 2019, les saludan,

**Guillermo Rondón**

Presidente Ejecutivo  
Banco Ademi

**Bernardo Vega B.**

Presidente  
Fundación Ademi

# Nuestra historia



Hace 35 años que empezó la historia de nuestra entidad. Toda la dedicación y esfuerzos del joven emprendedor Camilo Llubes Henríquez, con una alta sensibilidad social, dieron origen a la fundación en 1983 de una organización sin fines de lucro, denominada: Asociación para el Desarrollo de Microempresas, Inc. (ADEMI).

Nuestra entidad fue creciendo de la mano con nuestros clientes, ya que desde 1983 al 1997 financiamos 44,046 micro y pequeñas empresas a través de un total de 131,900 operaciones de préstamos en los barrios marginados de la ciudad de Santo Domingo y todo el territorio nacional, con un gran impacto económico y social como resultado de las asistencias financieras y gerenciales implementadas para estos emprendimientos.

En el año 1997, nos convertimos en Banco de Desarrollo Ademi, S.A., por iniciativa del Consejo Directivo y la Alta Gerencia de (ADEMI). El exitoso programa de crédito a micro y pequeñas empresas, dió excelentes resultados en cuanto al número de empresas beneficiadas, empleos generados, autosuficiencia operativa y financiera.

Durante el año 2005, recibimos la autorización por parte de la autoridad monetaria para transformarnos en Banco de Ahorro y Crédito y desde Mayo 2013 estamos autorizados para ofrecer todos los productos y servicios propios de los bancos múltiples, siempre manteniendo nuestra misión y valores que nos dieron origen.

Continuamos siendo una entidad especializada en micro, pequeñas y medianas empresas, con un claro enfoque en contribuir al desarrollo sostenido de diversos sectores económicos. Actualmente contamos con un amplio portafolio de productos y servicios, dentro de los que destacamos: préstamos de consumo, comerciales e hipotecarios, créditos educativos, préstamos de vehículos, tarjetas de crédito, cuentas de ahorros en pesos y en dólares, cuentas corrientes, certificados financieros en pesos y en dólares, depósitos a plazo, compra y venta de divisas, remesas, seguros. Además del cobro de los servicios de agua, luz, basura, teléfono, cable, impuestos.

Nuestro éxito se ha sustentado en el modelo de negocios con atención personalizada a través de una amplia fuerza de ventas, conformada por Oficiales de Negocios y Captaciones, distribuidos en 73 oficinas a nivel nacional (hasta el 2017) que se encargan de ofrecer asesoría y una atención especial a sus necesidades.

Durante los últimos 5 años bancarizamos a más de 400 mil personas.

Además, contamos con una estrategia de sostenibilidad que busca crear valor económico, medioambiental y social a corto y largo plazo, contribuyendo de esa forma al aumento del bienestar y al auténtico progreso de las generaciones presentes y futuras, en su entorno general.

Nuestra entidad ha sido reconocida a nivel internacional por el impacto del amplio Programa de Educación Financiera que implementamos desde el 2011, con el apoyo de nuestro brazo social Fundación Ademi, que también atiende las expectativas de distintos grupos de interés mediante programas en favor del medioambiente, la educación, salud, equidad de género y cultura.

Enero						
L	M	M	J	V	S	D
1	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Febrero						
L	M	M	J	V	S	D
5				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

Marzo						
L	M	M	J	V	S	D
9				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Abril						
L	M	M	J	V	S	D
14	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

## Días Feriados

**Martes 1 de Enero:**

Año Nuevo

**Domingo 6 de Enero:**

Día de los Santos Reyes

**Lunes 21 de Enero:**

Día de la Altagracia

**Sábado 26 de Enero:**

Día de Duarte

**Miércoles 27 de Febrero:**

Día de la Independencia

**Viernes 19 de Abril:**

Viernes Santo

**Lunes 29 de Abril:**

Día del Trabajo

**Jueves 20 de Junio:**

Corpus Christi

**Lunes 19 de Agosto:**

Día de la Restauración

**Martes 24 de Septiembre:**

Día de las Mercedes

**Lunes 4 de Noviembre:**

Día de la Constitución

**Miércoles 25 de Diciembre:**

Navidad

Mayo						
L	M	M	J	V	S	D
18			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Julio						
L	M	M	J	V	S	D
27	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Septiembre						
L	M	M	J	V	S	D
35						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Junio						
L	M	M	J	V	S	D
22					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Agosto						
L	M	M	J	V	S	D
31			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Octubre						
L	M	M	J	V	S	D
40	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Noviembre						
L	M	M	J	V	S	D
44				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Diciembre						
L	M	M	J	V	S	D
48						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

# Banco Ademi te monta en el vehículo que quieras.

Hasta un 90% de financiamiento en vehículos nuevos y un 80% para vehículos usados.

Con cómodas cuotas ajustadas a ti.



**Vehículos nuevos:**  
Hasta 72 meses para pagar.

**Vehículos Usados:**  
Hasta 60 meses para pagar.

Ciertas restricciones aplican.

Más información al 809 683-0203  
[www.bancoademi.com.do](https://www.bancoademi.com.do)



No dejes que te falten las piezas más importantes para tu negocio

## Asegurar tus bienes puede ser esa pieza que falta para tu tranquilidad

Porque sabemos lo que te ha costado, y lo importante que es para ti, te damos la mano para que puedas proteger tus inversiones. Así nace Seguros Ademi, para ofrecer cobertura y protección al sector de la micro, pequeña y mediana empresa, y a aquellas personas independientes que luchan cada día por su quehacer o trabajo. Contamos en la actualidad con un portafolio de productos orientados a proteger su vida y sus bienes, con base a necesidades reales: una solución para la tranquilidad de cada cliente, especializándonos en las MIPYMES. Llámanos, queremos ser parte de tu tranquilidad.

## Ademi Empresa

Coberturas de Riesgos Generales, Incendio y Líneas Aliadas.

Calle Madame Curie 21, La Esperilla. Santo Domingo, R. D.  
Oficina: 809.363.0000 • Web: [www.segurosademi.com](http://www.segurosademi.com)

SEGUROS // Ademi

# Haciendo mejores historias, juntos.

*Desde hace 35 años  
somos el soporte  
de los que se fajan.*



 /bancoademi

 /@ademibanco

 banco ademi

 @bancoademi



# Productos de Ademi para sus soluciones financieras

## Cuenta Corriente

Es un medio de pago fácil y seguro que le permite llevar un mejor control de ingresos y gastos personales o empresariales. Esta cuenta puede ser utilizada para realizar transacciones digitales o a través de cheques como instrumento de pago autorizado.

## Cuentas de Ahorro en pesos

Es una cuenta que permite planificar sus ahorros de forma rentable, segura y con flexibilidad de uso y gana intereses por el dinero depositado. Puede manejar su dinero con la tradicional libreta de ahorros o a través de una Tarjeta Visa Débito.

## Tarjeta Visa Débito

Un medio de pago práctico y confiable, que le permite tener acceso a los fondos de sus cuentas de ahorro o corriente en cualquier momento. Y puede además pagar en establecimientos, ordenar por delivery, comprar por internet y retirar en cajeros automáticos de todo el país y en el extranjero.

## Cuentas de Ahorro Infantil

Promueve y desarrolla el hábito del ahorro desde temprana edad mediante el uso de alcancías.

## Ahorro Programado – “Mi Inicial”

Es una cuenta de ahorro programado, en la que los clientes se comprometen a hacer depósitos mensuales, hasta completar el monto requerido para cubrir el inicial de algún bien que deseen comprar; o simplemente establecer un ahorro metódico.

Esta cuenta le permite fijar una meta a corto o mediano plazo con la finalidad de: pago de maestrías, y estudios universitarios, así como también para viajes, obtener artículos del hogar, inicial de vehículos, o simplemente para mantener un ahorro esquematizado y ajustado al presupuesto familiar.

## Cuentas de Ahorro en Dólares

La cuenta de Ahorro en Dólares de Banco Ademi, es una cuenta para uso personal o de negocios, diseñada para el manejo de sus dólares de forma segura y rentable, con esta cuenta puede realizar transferencias internacionales de forma ágil y recibir remesas internacionales.

## Certificados Financieros

Inversiones a corto y mediano plazo, que proporcionan una mayor rentabilidad a sus ahorros en pesos dominicanos, este instrumento de ahorros puede ser redimible ante cualquier imprevisto personal o de negocio.

## Certificados Financieros en Dólares

Instrumento financiero de ahorro a corto o mediano plazo, que le brinda la tranquilidad de poder manejar su inversión en moneda extranjera a favor de personas físicas y jurídicas,

## Depósito a plazo

Instrumento de ahorro no redimible previo al plazo acordado. Este instrumento le brinda una mayor rentabilidad a sus inversiones con plazos desde 1 hasta 3 años fijos.

## PRÉSTAMOS PERSONALES

### ADEMI AI Rescate

Es una solución financiera que les ofrece la opción de reinserción en el sistema financiero a personas que han presentado alguna inestabilidad en el manejo de su historial de crédito formal. Cada día es más alta la proporción de personas cuyo historial de crédito se ve afectado, sobre todo en el sector de la microempresa, en la mayoría de los casos debido a eventualidades que le han consumido el capital de trabajo y de esta manera afectaron su capacidad de pago, más no su voluntad.

### Préstamos de Consumo

Son facilidades que satisfacen sus necesidades de adquisición de bienes como: solares, vehículos, electrodomésticos, equipos tecnológicos, pago de estudios, gastos médicos, vacaciones, consolidación de deudas, entre otros.

### Préstamos a Empleados de Empresas

Programa de solución financiera para empleados de empresas previo acuerdo asumido entre la empresa y nuestra institución, como una alternativa para el desarrollo personal y/o profesional. Crédito de trámite ágil y cómodas facilidades de pago.

### Préstamos “Mejoramiento de Vivienda”

Esta facilidad le permite a las personas de perfil económico bajo remodelar o ampliar su vivienda. Para la obtención de este crédito califican los propietarios de inmuebles que no poseen documentos formales de la vivienda. Este préstamo les permite mejorar considerablemente la calidad de vida de quienes habitan bajo el mismo techo.

### Préstamos Hipotecarios

Crédito a largo plazo que le facilitan adquirir, remodelar o construir su vivienda. Esta facilidad le permite aplicar hasta por el 80% del valor del inmueble que se otorgará como garantía, siempre cuidando el adecuado nivel de endeudamiento de los solicitantes.

### Crédito Educativo Logros

Consiste en un préstamo con el cual el estudiante cubre total o parcialmente los costos de sus estudios técnicos y superiores. Este crédito busca facilitar el ingreso, permanencia y culminación de estudios de pregrado en el país (formación técnica o universitaria) y otros gastos afines a los estudios (debidamente justificados). Este programa es extensivo para cursos de educación continua en general, maestrías y doctorados.

## PRÉSTAMOS COMERCIALES

### Préstamos Agrícolas

Le permite financiar proyectos del sector agropecuario, especialmente cultivos de ciclo corto. Este financiamiento puede ser tanto en pesos como en dólares.

### Préstamos Microcréditos

Créditos para capital de trabajo, compra de activos, productivos y acondicionamiento, ampliación y/o adecuación de espacio físico para la operación del negocio.

### Pequeñas y Medianas Empresas

Préstamos para capital de trabajo y activos fijos, pueden ser con y sin garantía real, frecuencia de pago según el flujo de ingreso de los clientes. Pueden ser otorgados sin y con periodo de gracia, para la amortización del capital, según el periodo de maduración del proyecto de inversión.

### Préstamos Emprendedor

Prestamos dirigidos para materializar sus ideas y apoyar su negocio, con el acompañamiento de nuestros Oficiales de Negocios.

### Préstamos Producción de Energía Limpia

Crédito diseñando para apoyar los emprendimientos personales o empresariales que ayuden a mitigar y proteger el impacto medioambiental.

## LÍNEAS DE CRÉDITO

### Línea de Crédito Comercial

Facilidad comercial destinada para capital de trabajo de la empresa a corto plazo.

### Línea de crédito con Garantía de Facturas (Factoring)

Convierta sus facturas por cobrar en efectivo. Facilidad de obtener una línea de crédito con garantía de sus facturas y/o por letras de cambio por cobrar, pudiendo girar sobre ella hasta el límite designado.

### Línea de crédito Interina para la Construcción

Facilidad de crédito otorgada para la construcción de proyectos residenciales o comerciales, con desembolsos parciales en función a los avances de la obra para el cual fue aprobada.

## TARJETAS DE CRÉDITO

### Visa Clásica Local

Permite realizar compras de manera segura en miles de comercios afiliados en todo el país, avances de efectivo a través de la red de cajeros a nivel nacional y disfrutar de los beneficios que le ofrece nuestro plan de lealtad Manos Ademi por consumos realizados.

### Visa Clásica Internacional

Tarjeta de crédito con la que puede realizar compras locales e internacionales de manera segura en miles de comercios afiliados alrededor del mundo, avances de efectivos y acumula manos por consumos realizados tanto en pesos como en dólares.

#### Visa Gold Internacional

Tarjeta de reconocimiento a nivel mundial con la cual puede realizar sus compras locales e internacionales, por internet, avances de efectivo, acumula manos y disfrutar de los beneficios y seguros que le ofrece la marca Visa.

#### Visa Flexible

Es una línea de crédito revolvente que le permite financiar sus compras hasta en 36 cómodas cuotas mensuales, realizar avances de efectivo y acumular manos por sus consumos realizados a nivel nacional, con una tasa de interés preferencial.

#### Visa Empresarial Local

Dirigida a micro y pequeños empresarios interesados en realizar sus compras locales de insumos, materia prima, avances de efectivo a través de la red de cajeros a nivel nacional y disfrutar de los beneficios que le ofrece nuestro plan de lealtad Manos Ademi por sus consumos realizados.

#### Visa Empresarial Internacional

Dirigida a micro y pequeños empresarios interesados en realizar sus compras locales e internacionales de insumos, materia prima, puede realizar avances de efectivo y disfrutar de los beneficios que le ofrece nuestro plan de lealtad Manos Ademi por sus consumos realizados tanto en pesos como en dólares.

#### Visa Empresarial internacional Plus

Dirigida a los medianos y grandes empresarios interesados en optar por una línea de crédito que le permita unificar sus consumos y pagos para un mayor control, adicional disfruta de los beneficios de nuestro plan de lealtad Manos Ademi.

#### Visa Ademi- Hipermercados Olé

Tarjeta de crédito Ademi asociada con Hipermercados Olé, la cual le permite realizar consumos en miles de comercios afiliados a nivel nacional, le ofrece 5% de devolución en todas sus compras realizadas en supermercados Olé, facilidad para avances de efectivo y disfrutar de los beneficios de nuestro plan de lealtad Manos Ademi por sus consumos realizados.

#### Visa Ademi- Blue Country

Tarjeta de crédito Ademi asociada con Tiendas Blue Country, dirigida a clientes minoristas y/o mayoristas para las compras de mercancías por plazos de hasta 6 meses.

#### CANALES ELECTRÓNICOS

##### AdemiOnline App

Agendar sus pagos, tener el control de sus cuentas, pagar sus impuestos, recargar el balance de su móvil y hacer cualquier tipo de transacción, son algunas de las facilidades que tiene usted con la nueva APP de Banco Ademi.

##### Internet Banking

Maneje su dinero de manera fácil, cómoda y segura a través de nuestro Internet Banking. Con un solo click podrá realizar pagos, transferencias o solicitudes dondequiera que esté.

##### tPago

Es una herramienta que vincula sus cuentas, préstamos y tarjetas de crédito a su móvil para que pueda realizar transacciones, de manera rápida y segura, sin importar la hora y lugar donde se encuentre.

##### Paga Todo

Ahora con más puntos donde pagar su préstamo y tarjeta de crédito de Banco Ademi. Visite uno de nuestros 400 puntos de pago y realice sus transacciones de forma fácil y segura.

##### Subagentes Bancarios

Son establecimientos afiliados y autorizados en los que puede realizar: retiros de efectivo, depósitos a sus cuentas, recarga de celulares y otros servicios, todo sin salir de su barrio.

##### MiRed

Está conformada por nuestros subagentes bancarios exclusivos. Actúan como un canal de atención donde se prestan los servicios financieros de Banco Ademi y se realizan las siguientes operaciones de manera exclusiva.

- Depósitos a cuentas
- Pagos de tarjetas de crédito
- Pagos de préstamos

##### MiPunto

Red de subagentes bancarios compartida con otras instituciones, en las que se realizan las siguientes operaciones: Depósitos a cuentas, pagos de tarjetas de crédito y préstamos.

##### TeleAdemi 809-683-0203

Este canal le permite realizar consultas de sus productos de forma automática.

**LOGROS**  
Crédito Educativo

**Banco Ademi**

**LOGRA TUS SUEÑOS**

Banco Ademi te facilita los recursos para que realices tu **Carrera Técnica, Universitaria, Postgrados, Maestrías y Educación Continua**

**Beneficios**

- ✓ Aprobación del crédito sin ningún costo.
- 🔒 Tasa fija durante la vida del préstamo.
- 🔄 Sólo pagas interés por lo desembolsado.
- 📊 Gasto legal sólo por lo desembolsado.

**Requisitos Generales**

1. Copia de cédula
2. Pensum y costo de la Carrera, o Estudios a realizar
3. Certificación de ingresos (Si Labora)
4. Último récord de notas (70 puntos - Técnico y Grado)
5. Garante

# Cómo usar su Agenda Financiera

Recuerde que el objetivo principal de la AGENDA FINANCIERA es ayudarlo a llevar un registro diario de gastos y que con esto pueda identificar y corregir escapes financieros en su negocio y en sus finanzas familiares. Esto sólo podemos lograrlo comparando su presupuesto con su flujo de caja, como veremos en el ejemplo que sigue:

En el colmado de Dany en un día normal se pueden vender hasta 20 mil pesos de diferentes mercancías. Al ojo por ciento Dany entiende que se gana alrededor del 30% de las ventas y sus costos y gastos andan por el 70 %. Para poder calcular esto correctamente en su agenda financiera Dany tiene que hacer lo siguiente todos los días:

PRESUPUESTO (Lo que Dany espera)	FLUJO DE CAJA (Lo que pasa en realidad)
Ventas: 20 mil diarios Costos: 12 mil diarios Gastos: 4 mil diarios	Ventas : 14 mil diarios Costos : 9 mil diarios Gastos : 2 mil diarios
Ganancia =Ventas-costo y gastos Ganancia =6 mil diarios	Ganancia =Ventas-costo y gastos Ganancia =3 mil diarios

Si repite este ejercicio por una semana tendrá el flujo de caja real semanal y al final del mes, el flujo de caja real y podrá saber realmente si ganó o perdió dinero y dónde están sus escapes para poder corregirlos.



# Guía para la utilización de su Agenda Financiera

- 1 La Agenda Financiera está compuesta por 12 meses que le ayudarán a planificar y a mantener control de sus finanzas y una sección de información general e instrucciones.
- 2 Complete el formato **Calendario de Metas 2019** que también es un plan de ahorros, definiendo financieramente los objetivos, metas y sueños. Determine cuánto debe ahorrar mensualmente para lograrlo en el plazo que le resulte más cómodo. Si no puede lograr un objetivo completo, puede trazarle como meta reunir el inicial del proyecto o una proporción de éste.
- 3 Organice todos sus pagos utilizando el **Calendario de Pagos Fijos** (en la página 19) para anotar todas sus obligaciones fijas. Anote el día de pago y el día que vence. Luego, podrá complementar y consultar todos los meses para que no se le quede nada sin pagar.
- 4 **Escriba en el Calendario Mensual** diariamente y utilice el espacio de arriba para anotar cualquier observación, recordatorio o cita.
- 5 Anote diariamente, le creará una buena y útil costumbre que le ayudará a mejorar el rendimiento del dinero y podrá identificar las medidas que debe tomar en la administración de sus finanzas.

Nota:

Si el resultado fue positivo, ¡Felicidades!  
¿Qué va a hacer con su DISPONIBLE?

Pero... si el resultado fue negativo ¡Revise,  
pues de alguna parte salió el dinero para pagar sus gastos!

¿Gastó el ahorro que había planeado en su calendario de metas?

¡Cuidado! Piense ¿Cuáles ajustes puede hacer para que sus gastos no sean mayor que sus entradas y así poder alcanzar sus metas para el mes próximo?

## Flujo de caja del mes

ENTRADAS Llamadas también INGRESOS	Presupuestado		Valor	SALIDAS Llamadas también EGRESOS	Presupuestado		Flujo de Caja
Dinero que sobró del mes pasado				Alimentación			
Dinero recibido por sueldos				Alquileres			
Dinero recibido por remesas				Servicios públicos			
Préstamos				Transporte			
				Educación			
				Celular			
				Crédito			
				Cuota Seguro del Carro			
				Cuota Seguro del Negocio			
Otras Entradas				Cuota Seguro de Salud			
<b>TOTAL ENTRADAS</b>							
MENOS Ahorro del mes				Otras Salidas			
<b>TOTAL ENTRADAS Menos ahorro</b>				<b>TOTAL SALIDAS</b>			
Ahora el resultado (TOTAL ENTRADAS MENOS AHORRO) – TOTAL SALIDAS							
Para saber realmente cómo le fue							



# ¿Qué es el Flujo de Caja?

## FLUJO DE CAJA

Es un historial de ENTRADAS y SALIDAS de dinero.

El FLUJO de CAJA se puede llevar DIARIAMENTE, SEMANALMENTE o por cualquier período determinado.

La palabra “flujo” implica fluir (entrar y salir). La palabra “caja” implica dinero, por lo que todos sus números se tratarán de dinero, no de cantidades. Si debe anotar una cantidad, encierre el número con un círculo, para evitar confusiones. Por ejemplo: **3 celulares \$975.00**

ATENCIÓN: SI GASTA TODO SU DISPONIBLE, es lo que llamamos “vivir al día”.

De este DISPONIBLE: PRIMERO debe apartar una suma para AHORRO. Deposite esta suma diariamente en su Cuenta de Ahorros. De ésta manera evitará la tentación de gastar todo lo que entra y su dinero estará más seguro. Podrá acumular intereses, utilizar Tarjeta de Débito para retirar, pero más importante: ¡verá el fruto de su trabajo!

## Cómo funciona el modelo de Flujo de Caja de la Agenda Financiera:

1. Lo primero que debe saber es que el flujo de caja no es sustituto de un sistema contable para su negocio, es más bien una herramienta de control para ayudarlo a saber si está ganando o perdiendo. En este caso el modelo de flujo de caja está diseñado para llevarse mensualmente.
2. En la columna de la izquierda de frente a usted anotará todas sus entradas de dinero incluyendo los ingresos por ventas, salarios y remesas, incluyendo lo que le haya sobrado del mes anterior, es decir lo que tenga ahorrado y que use como capital de trabajo para el negocio. Al final en la parte de abajo sumará todos los ingresos es decir entradas de dinero del mes.
3. En ese mismo orden hay un espacio debajo de la columna de ingresos para anotar la cantidad de dinero que decida ahorrar durante ese mes de acuerdo a su plan de metas o de ahorros. Este monto debe restarlo de la suma de sus ingresos pues de ahí es de donde saldrá. Esto le da un balance de ingresos menos ahorro del mes.
4. En la columna de la derecha anotará todas las salidas de dinero o egresos incluyendo: servicios como agua, luz, teléfono y materias primas o mercancías que compre para la venta en su negocio. Recuerde que el periodo que va a anotar es de un mes calendario. Luego sume todas las salidas de dinero lo que le dará el total de egresos.
5. Finalmente deberá restar la suma de los egresos (salidas de dinero) de la suma de los ingresos menos el ahorro del mes. Esta operación declara como resultado su flujo de caja mensual y tendrá una idea más clara de si está ganando o perdiendo dinero todos los meses.



## ¿Y para ti... qué es lo más importante?

Sabemos que es tu familia, y por eso te damos la mano para que puedas proteger el techo que los cobija. Así nace Seguros Ademi, para ofrecer cobertura y protección a la familia dominicana. Contamos en la actualidad con un portafolio de productos orientados a proteger tu vida y tus bienes, con base a tus necesidades reales. Llámanos, queremos ser parte de tu tranquilidad.

### Ademi Casa

Coberturas de Incendio y Líneas Aliadas  
para Equipos, Mobiliario e Inmuebles.

Calle Madame Curie 21, La Esperilla. Santo Domingo, R. D.  
Oficina: 809.363.0000 • Web: [www.segurosademi.com](http://www.segurosademi.com)

SEGUROS // Ademi

# Flujo de caja del mes

ENTRADAS Llamadas también INGRESOS	Presupuestado	Valor	SALIDAS Llamadas también EGRESOS	Presupuestado	Flujo de Caja
Dinero que sobró del mes pasado			Alimentación		
Dinero recibido por sueldos			Alquileres		
Dinero recibido por remesas			Servicios públicos		
Préstamos			Transporte		
			Educación		
			Celular		
			Crédito		
			Cuota Seguro del Carro		
			Cuota Seguro del Negocio		
Otras Entradas			Cuota Seguro de Salud		
<b>TOTAL ENTRADAS</b>					
MENOS Ahorro del mes			Otras Salidas		
<b>TOTAL ENTRADAS Menos ahorro</b>			<b>TOTAL SALIDAS</b>		
Ahora el resultado (TOTAL ENTRADAS MENOS AHORRO) – TOTAL SALIDAS Para saber realmente cómo le fue					



Para iniciar tu negocio,  
te la ponemos fácil.

Apoyamos tu emprendimiento  
con el dinero que necesitas.

Acércate a nosotros o contáctanos

809-683-0203  
www.bancoademi.com.do  
fbancoademi /@ademibanco  
banco ademi @bancoademi





# Enero

Lunes                      Martes                      Miércoles                      Jueves                      Viernes                      Sábado                      Domingo

	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			



# Febrero

Lunes                      Martes                      Miércoles                      Jueves                      Viernes                      Sábado                      Domingo

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			



# Marzo

Lunes                      Martes                      Miércoles                      Jueves                      Viernes                      Sábado                      Domingo

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31





# Abril

Lunes                      Martes                      Miércoles                      Jueves                      Viernes                      Sábado                      Domingo

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					



# Mayo

Lunes                      Martes                      Miércoles                      Jueves                      Viernes                      Sábado                      Domingo

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		



# Junio

Lunes                      Martes                      Miércoles                      Jueves                      Viernes                      Sábado                      Domingo

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



Lunes                      Martes                      Miércoles                      Jueves                      Viernes                      Sábado                      Domingo

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				





# Agosto

Lunes                      Martes                      Miércoles                      Jueves                      Viernes                      Sábado                      Domingo

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	



# Septiembre

Lunes                      Martes                      Miércoles                      Jueves                      Viernes                      Sábado                      Domingo

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24	25	26	27	28	29



# Octubre

Lunes                      Martes                      Miércoles                      Jueves                      Viernes                      Sábado                      Domingo

	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	20 DE OCTUBRE, DIA INTERNACIONAL DE LA BANCA CON VALORES Somos miembros de la Alianza Global de Banca Con Valores (GABV) movimiento que está creando un cambio en el sistema bancario mundial y que impulsa un impacto positivo a nivel económico, social y medioambiental, al influir y difundir en cómo los bancos y las cooperativas sirvan a las necesidades humanas y a la economía real.		



# Noviembre

Lunes                      Martes                      Miércoles                      Jueves                      Viernes                      Sábado                      Domingo

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	





# Diciembre

Lunes                      Martes                      Miércoles                      Jueves                      Viernes                      Sábado                      Domingo

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24/31	25	26	27	28	29



# Red de Sucursales

## ZONA METRO ESTE

Ave. México	Avenida México casi Esq. Enriquillo, Edificio 33 Local 103, 1er. Piso	809-221-3926
Carretera Mella	Carretera Mella km. 7 1/2, Plaza Wilmar 1er Nivel	809-595-2246
Ensanche Ozama	Supermercado Olé Ozama en la Av. Las Américas esq. Calle Juan Luis Duquela #158	809-947-8085
Los Mina	Avenida Presidente Estrella Ureña No. 114, Los Mina	809-597-7757
Monte Plata	Calle Restauración No. 58, Esq. 27 de Abril, Sector 30 de Mayo	809-551-6256
Olé Avenida Duarte	Avenida Duarte No. 194, Villa Consuelo	809-738-6035
Olé Los Frailes	Hipermercados Olé, km 9, Autopista las Américas, sector Los Frailes II	809-947-6074
Olé Sabana Perdida	Av., Charles de Gaulle esq. Francisco Fernández, Sabana Perdida	809-947-6069
Olé San Isidro	Autopista de San Isidro esq. Avenida Progreso, Santo Domingo Este	809-738-6036
Pedro Livio Cedeño	Avenida Pedro Livio Cedeño, No. 49 Ensanche Luperón	809-681-6694
Sambil	Avenida Jhon F. Kennedy Esq. Máximo Gómez, Plaza Sambil Local AC 25	809-947-6084
Villa Mella	Avenida Charles de Gaulle, Esq. Hermanas Mirabal, Plaza El Dorado	809-569-7850
Yamasá	Calle María Matilde Esteven No.78 Municipio de Yamasá	809-525-9910
Ciudad Juan Bosch	Ciudad Juan Bosch Híper Olé	809-243-0219

## ZONA METRO SUR

Haina	Calle Máximo Gómez No. 36, Esq. Duarte, Haina	809-957-3572
Herrera	Avenida 27 de Febrero, Esq. Isabel Aguiar, Plaza Centro Popular de Herrera	809-537-7445
Km. Independencia	Plaza Terranova Shopping Center, Km 9 1/2, Carretera Sánchez	809-947-6082
Los Alcarrizos	Avenida Duarte, No. 292	809-473-1621
Los Próceres	Avenida Los Próceres, Plaza Comercial Bernabé	809-947-6070
Olé Autopista Duarte	Autopista Duarte km 17 Cerros Palmarejo, Hipermercado Olé	809-947-6065
Olé Cristo Rey	Calle Juan Alejandro Ibarra, Esq. Nicolás de Ovando - 2do Nivel - Cristo Rey	809-947-6064
Olé Haina	Hipermercado Olé, Ave. Río Haina esq. Carretera Sánchez	809-738-6033
Olé Manoguayabo	Hipermercado Olé, Av. Los Beisbolistas, Municipio Santo Domingo Oeste	809-738-6037
Villa Altgracia	Avenida Duarte No.83	809-559-2585

## OFICINA PEDRO HENRÍQUEZ UREÑA

Oficina Principal	Ave. Pedro Henríquez Ureña, No.78. La Esperill	809- 683-0203
-------------------	--	---------------

## ZONA ESTE

Ave. Padre Abreu - La Romana	Avenida Padre Abreu No. 48, Ensanche La Hoz	809-349-1000
Bávaro	Carretera Verón - Punta Cana, Plaza Verón Center Local B - 14, Bávaro - La Altgracia	809-455-1687
Boca Chica	Calle Marginal No. 13, Las Américas, Andrés Boca Chica	809-523-5809
Centro De La Ciudad - La Romana	Dr. Gonzalvo No. 39	809-550-3190
San Pedro De Macoris	Calle 27 de Febrero No. 03 centro de la ciudad	809-529-9288
El Seybo	Calle Eugenio Miches No. 1, Centro de la Ciudad	809-552-3003
Hato Mayor	Calle Mercedes No. 14, Las Guamas	809-553-2548
Hermanos Trejo - Higüey	Calle Hermanos Trejo No. 97, Centro de la Ciudad	809-554-5747
Miches	Calle General Santana esq. Gastón F. Deligne No. 8	809-553-5806
Plaza Taveras Center - Higüey	Plaza Taveras Center, Local Comercial No.1, Bloque C, Municipio Higüey	809-554-5090
Sabana La Mar	Calle Diego de Lira No. 18, Centro de la Ciudad	809-556-7770
Villa Olímpica - San Pedro	Calle José Eugenio Kunhart no. 15, Sector Loma del Cochero	809-339-1035

## ZONA NORTE I

Cotuí	Calle Mella esq. Juan Sánchez Ramírez, Centro de la Ciudad	809-240-2606
Las Terrenas	Calle Duarte esq. El Carmen, Municipio Las Terrenas Provincia Samaná	809-240-5445
Nagua	Avenida Julio Lample No. 50, esquina calle Luis María King, María Trinidad Sánchez	809-584-4477
Río San Juan	Calle Duarte No. 55	809-589-3232
Samaná	Calle Francisco del Rosario Sanchez, No. 46 Barrio EL Millón	809-538-2000
San Francisco de Macoris	Avenida Presidente Antonio Fernández No. 10	809-588-1088
Villa Rivas	Calle Duarte No.32 Edificio Don Regalado Local I	809-587-0855

## ZONA NORTE II

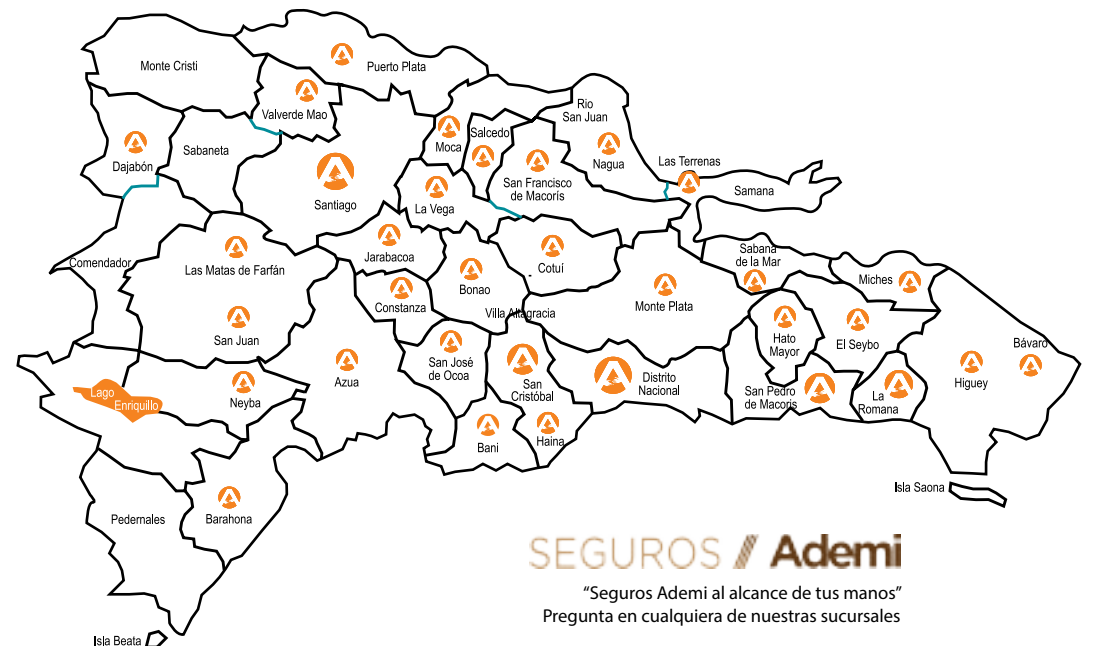
Avenida Rivas, La Vega	Avenida Rivas No. 29, Jeremías. Cerca de Caribe Tours	809-573-5400
Bonao	Calle Independencia No. 77, Centro de la Ciudad	809-525-5092
Centro Ciudad - La Vega	Avenida José Horacio Rodríguez, Esq. Comandante Jiménez Moya, Los Framboyanes	809-573-1626
Constanza	Calle General Luperón No. 56, esq. Calle Grateraux, Centro de la Ciudad	809-539-2542
Jarabacoa	C/Mella esquina Mario Nelson Galán, Centro Comercial Don Jorge, Local No. 105	809-574- 2993
Moca	Autopista Ramón Cáceres, casi esq. Calle Antonio de la Maza, Provincia Espaillat	809-577-7373
Salcedo	Calle Colón No. 3, municipio de Salcedo	809-810-5022

## ZONA SANTIAGO Y NOROESTE

Av. Valerio - Santiago	Avenida Valerio No. 58, Plaza Valerio, 1er Nivel, sector Hospedaje Yaque, Santiago	809-612-2626
Cienfuegos - Santiago	Avenida Tamboril, Plaza Monte Rico (Módulo 13A), Sector Monte Rico	809-576-1107
Dajabón	Calle Beller No. 65, Esq. Víctor Manuel Abreu, Centro de la Ciudad	809-579-8925
Esperanza	Avenida María Trinidad Sánchez esquina Calle/6 No. 35	809-585-4300
Estrella Sadhalá - Santiago	Avenida Estrella Sadhalá No. 2024, Miraflores	809-724-6222
La Fuente - Santiago	Avenida Circunvalación No.415 Edificio Mino Sánchez	809-581-6250
Licey Al Medio	Carretera Duarte No. 60, Municipio Licey al Medio, Provincia Santiago	809-970-5568
Navarrete	Avenida Duarte No. 299, Plaza Idali, Navarrete	809-276-1177
Plaza Lama - Santiago	Avenida 27 de Febrero esq. Calle Sánchez	809-276-1773
Puerto Plata	Calle Villanueva Esq. José E. Kundhart No. 56, Centro de la Ciudad	809-291-0999
Santiago Rodríguez	Calle Darío Gómez esquina José Marte, Barrio Carmelen	809-580-4519
Tamboril, Santiago	Calle Real No. 145	809-587-9900
Valverde Mao	Calle Sanchez No. 29	809-572-6888

## ZONA SUR

Av. Constitución - San Cristóbal	Calle Modesto Díaz No. 15, Centro de la Ciudad	809-528-5348
Azua	Calle Emilio Prud Homme No.18, Centro de la Ciudad	809-521-2223
Baní	Calle Sánchez No.12, Centro de la Ciudad	809-522-6516
Baní II	Carretera Baní Sombrero, Kilometro 2 Centro Ferretero Cefeico	809-369-4440
Barahona	Calle José Francisco Peña Gómez No. 71, esq. Luperón, Centro de la Ciudad	809-524-2204
Barrio San Isidro - San Cristóbal	Calle María Trinidad Sánchez No.42 Barrio San Isidro	809-279-1001
Las Matas de Farfán	Calle 19 de Marzo No.14, Plaza Dr. Vargas, Local 7, Centro de la Ciudad	809-527-5921
Neyba	Calle Apolinar Perdomo, esquina Luis Felipe González No.65	809-527-3501
Ocoa	Calle Altgracia esquina Sánchez No. 22, San José de Ocoa	809-558-2755
San Juan de la Maguana	Calle Mella No. 50, Centro de la Ciudad	809-557-3473



# Banco Multiple Ademi y su Programa de Responsabilidad Social y Sostenibilidad

Banco Múltiple Ademi S.A., a través de su brazo social la Asociación para el Desarrollo de Microempresas Inc. (Ademi) realiza importantes aportes en donaciones, cada año, a proyectos e instituciones que tienen como finalidad desarrollar actividades y/o programas que tengan un gran impacto social en las comunidades donde el Banco tiene presencia.

El monto total de los fondos aportados durante el año 2018 fue de RD\$8.6 millones, los cuales sirvieron de apoyo para la ejecución de unos 38 proyectos a nivel nacional. Los proyectos se ejecutan a través de alianzas con instituciones religiosas, organizaciones de la Sociedad Civil y otras Organizaciones sin fines de lucro (ONG).

Nuestros aportes en esta gestión han sido dirigidos a las áreas de: Educación/Cultura, Salud, Medio Ambiente, y Equidad de Género.

Hemos apoyado talleres de educación financiera; programas de emprendimiento y finanzas básicas para jóvenes; campamentos de verano; proyectos de Derechos de La Niñez; colegiatura de niños con discapacidad auditiva; talleres en ventas profesionales. También hemos apoyado actividades pro recaudación de fondos de instituciones sin fines de lucro; patrocinios a torneos educativos; insumos a hogares de niñas huérfanas para su educación y vivienda; compra de uniformes deportivos; y donaciones de útiles escolares.

En el área de salud, hemos hecho aportes en donaciones para la compra de insumos necesarios para niños con cáncer; compras de sábanas para hospitales y compras de medicamentos para dispensarios médicos; jornadas oftalmológicas; medicamentos y terapias especiales para suplir las necesidades de centros de salud básica e insumos para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores acogidos en dos asilos de ancianos.

Siempre preocupados por las acciones hacia el medio ambiente hemos continuado nuestros proyectos de creación de huertos escolares en la provincia Duarte; fomento de programas de reforestación mediante la de siembras de café y cacao; construcción de servicios básicos de salud, educación ambiental, y la formación de Grupos de Ahorros y Préstamos en comunidades del Parque Nacional Montaña La Humeadora y la zona de la Reserva Científica Loma Quita Espuela. También contribuimos a la celebración de una conferencia sobre el medio ambiente auspiciada por Euro cámara.

Los aportes de equidad de género han sido dirigidos a las capacitaciones a grupos de mujeres en distintas áreas. En repostería, construcción de muebles en madera, capacitaciones en oficios técnicos y acompañamiento a jóvenes embarazadas.

Estos proyectos han sido monitoreados por personal de Ademi de manera recurrente visitando cada uno de ellos de manera sostenida y conociendo de cerca las acciones que se llevan a cabo para su desarrollo.

Hemos terminado el año 2018 beneficiando a 7,843 personas de forma directa y 31,372 indirectamente.



Torre Empresarial Reyna II  
Ave. Pedro Henríquez Ureña 138  
La Esperilla, Suite 501  
Teléfono 809-732-4411  
www.ademi.org.do

## SEGUROS // Ademi

### ¿Cómo puede usted prevenir un incendio en su empresa?

Seguros Ademi lanza al mercado un seguro para MIPYMES contra incendios, terremotos y huracanes.

Prevenir no es más que tomar precauciones o medidas por adelantado para evitar un daño, un riesgo o un peligro. La prevención seguirá siendo la mejor herramienta para evitar posibles daños a nuestro negocio o vivienda tanto del edificio como de las propiedades que tenemos en su interior. Algunos de los puntos de prevención que podemos realizar para proteger nuestros bienes contra el riesgo de incendio son:

- Informar y formar a los trabajadores en materia de prevención de riesgos laborales y en medidas de protección contra incendios.
- Mantener limpia el área de trabajo. Recoger de forma periódica los residuos y depositarlos en los lugares destinados para ello.
- Dar a conocer a todos los trabajadores el plan de incendios de la empresa e identificar las señales básicas de evacuación presentes en los lugares de trabajo.
- Disponer de recipientes adecuados para recoger los líquidos en caso de derrame.
- En el puesto de trabajo, sólo almacenar el material combustible necesario para la jornada de trabajo.
- Disponer de sistemas de aspiración de vapores en zonas como talleres y laboratorios.
- No dejar materiales inflamables en cualquier sitio. Echarlos al contenedor adecuado.
- Verificar periódicamente el estado de las instalaciones eléctricas.
- Instalar dispositivos para evitar la electricidad estática.
- No fumar en el recinto del lugar de trabajo.



Tenga siempre un extintor a mano.



Apague los equipos cuando no los esté usando.



No sobrecargue los tomacorrientes o conexiones

**Causas de los incendios.** Es importante conocer cuáles causas pueden ocasionar un incendio; entre ellas están:

- Cortocircuitos debido a cables gastados, enchufes rotos, etc.
- Otros líquidos como insecticidas, diluyentes, etc., representan el mismo riesgo de no tener cuidado en su uso y almacenamiento.
- Líneas recargadas que se recalientan por excesivos aparatos eléctricos conectados y/o por gran cantidad de derivaciones en las líneas, sin tomar en cuenta la capacidad eléctrica instalada.
- Dejar trapos con aceites, hidrocarburos o grasas en cualquier lugar, y no en un recipiente metálico cerrado y con tapa.
- Mal mantenimiento de los equipos eléctricos.
- Permitir que los desperdicios industriales, malezas, etc., se acumulen en el área de trabajo.
- Los productos inflamables, bajo ciertas condiciones, tiene un alto poder explosivo. Muchas veces son almacenados en cualquier recipiente y en cualquier lugar.
- Permitir el desorden y la falta de aseo en el área de trabajo.
- Las gasolinas y los solventes ligeros se vaporizan a cualquier temperatura ambiente y sus vapores se inflaman fácilmente. Los vapores livianos viajan a cualquier lugar; si llegan a tener contacto con alguna fuente de ignición, puede inflamarse o explosionar.
- Las chispas que se producen cuando se golpean materiales ferrosos con otros materiales, son partículas muy pequeñas de metal que se calientan hasta la incandescencia debido al impacto y la fricción.

# Construcción de servicios sanitarios básicos con ADESJO



La Asociación para el Desarrollo de Microempresas Inc. Ademi ha contribuido a través de más de 10 años y en alianza con la Asociación para el Desarrollo de San José de Ocoa Inc., ADESJO, en la construcción de servicios sanitarios básicos para fomentar el cuidado al medio ambiente y a la salud de comunidades aisladas.

# Cuidado al medioambiente y los recursos naturales



Entrega de fondos para desarrollo de proyectos comunitarios enfocados al cuidado al medioambiente y los recursos naturales.

## La protección del ambiente empieza por casa

A través de nuestras acciones en el hogar, el barrio y el trabajo, podemos impulsar el cuidado del medio ambiente.

 <p><b>ARTIFACTOS ELÉCTRICOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantén refrigeradora todo cuando sea necesario y comprétala que su puerta se selle perfectamente.</li> <li>• Asegúrate de que las cuchillas de la licuadora siempre tengan filo. Así gastan menos electricidad.</li> <li>• Usa la plancha de día para matar piojos o piojos.</li> <li>• Prende tu televisor solo cuando necesites un programa, no lo dejes encendido.</li> </ul>	 <p><b>MANEJO DE RESIDUOS SÓLIDOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• No tires en el suelo con el fin de reducir los residuos sólidos que se acumulan en las calles y otros espacios públicos.</li> <li>• Emplea o pide separar los materiales como plástico, papel, cartón, latas y vidrio.</li> <li>• Puedes separar los residuos orgánicos y convertirlos en compost para usarlos en las áreas verdes y jardines.</li> </ul>	 <p><b>ACCIONES COTIDIANAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Planifica y compra solo lo necesario.</li> <li>• Selecciona productos por amboscados de la vida.</li> <li>• Elige productos con empaques retornables o reciclables.</li> <li>• Devuélvete en el punto de venta de las botellas plásticas.</li> <li>• Usa las reciclables.</li> <li>• Participa en campañas de sensibilización medioambiental.</li> </ul>	 <p><b>ILUMINACIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usa focos ahorradores, fluorescentes o led, durante el día y apágales cuando no los necesites.</li> <li>• Aprovecha al máximo la luz natural. Evita prender focos durante el día y apágales que no los necesites.</li> <li>• Prende al instante de tu casa con luces claras.</li> </ul>	 <p><b>TRANSPORTE SOSTENIBLE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Considera usar bicicleta para algunos recorridos cercanos.</li> <li>• Usa tu vehículo a su mantenimiento periódico y cumple con las revisiones técnicas.</li> <li>• Al comprar un auto, elige un que use combustible limpio, como el gas licuado (GLP) o el gas natural (GNP) y el que sea más eficiente (GNP).</li> <li>• Solicita tu licencia de conducir y hazlo más eficiente en la conducción.</li> </ul>	 <p><b>AHORRO DE AGUA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verifica que los caños y tuberías de tu hogar no estén goteando.</li> <li>• Controla el nivel de agua en la bañera cuando la ocupes para evitar desperdicio.</li> <li>• Utiliza dispositivos ahorradores en los caños y el lavatorio de platos.</li> <li>• No arrojes aceites u otros residuos contaminantes a la cafetera de tu casa.</li> </ul>
---	---	---	--	---	---

# Campamento Verano Educativo 2018



*Campamento Verano 2018. Plaza de la Cultura. A favor de los hijos de los colaboradores de Banco Multiple Ademi oficina principal.*



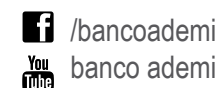
## Ahorra tu inicial

“Cuenta Mi Inicial” es una forma de ahorro en la que los clientes realizan depósitos mensuales, hasta completar el monto que necesitan para cubrir el inicial de algún bien que deseen comprar.



¡Solicítala hoy en **Banco Ademi!**

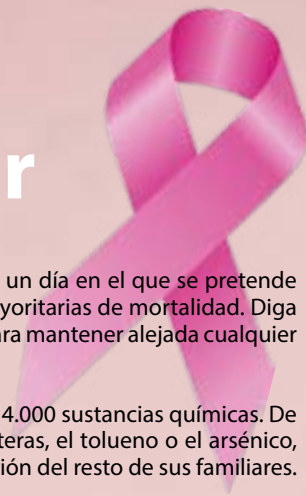
Más información al 809-683-0203  
[www.bancoademi.com.do](http://www.bancoademi.com.do)  
APPADEMI



/bancoademi  
banco ademi

@ademibanco  
@bancoademi

# 10 hábitos saludables para prevenir el cáncer



El Día Mundial contra el Cáncer es celebrado el 4 de febrero de cada año. Se trata de un día en el que se pretende conseguir la concienciación social a nivel mundial sobre una de las enfermedades mayoritarias de mortalidad. Diga adiós al tabaco, lleve una vida físicamente activa y coma sano. Son tres reglas básicas para mantener alejada cualquier enfermedad, incluido el cáncer.

1. No fume ni consuma cualquier tipo de tabaco: El humo del tabaco contiene más de 4.000 sustancias químicas. De ellas, más de 50 son carcinógenas, como los alquitranes utilizados para asfaltar carreteras, el tolueno o el arsénico, un veneno conocido. Mantenga su casa libre de humo de tabaco para evitar la exposición del resto de sus familiares.

2. Reduzca el consumo de alcohol: O elimínelo por completo. La Organización Mundial de la Salud (OMS) no considera seguro ningún tipo de consumo y en la misma línea se acaba de pronunciar el Reino Unido. La bebida está ligada con hasta siete tipos de tumores: boca, laringe, faringe, esófago, hígado, mama y colon.

3. Controle su peso: La grasa es mucho más que una reserva de combustible para el organismo. El tejido desempeña un papel clave en la producción de determinadas hormonas que puede favorecer el desarrollo de células cancerígenas. Los ciclos de pérdida-recuperación de peso (perder y recuperar el peso rápidamente) también pueden ser un factor de riesgo. Los tumores más directamente relacionados con el sobrepeso son: el cáncer de mama, colon, riñón y páncreas.

4. Muévase: Limite el tiempo que permanezca sentado. El ejercicio físico puede ser el mejor aliado, tanto para sortear la enfermedad como para luchar contra ella cuando ya se ha instalado. Los efectos positivos de la actividad física se conocen bien en las pacientes de cáncer de mama, porque mejora tanto la supervivencia como su calidad de vida.

5. Abuse de alimentos anticancerígenos: El brócoli, el aceite de oliva virgen extra, el té verde, el ajo, el curry... son alimentos que en mayor o menor medida contienen efectos antitumorales. "Sin embargo, la cantidad necesaria de estas sustancias, la forma de cocinar el alimento para que no pierdan sus propiedades, los efectos "in vivo"... son aspectos aún por conocer", asegura Camilo Silva, especialista en Endocrinología de la Clínica de la Universidad de Navarra. Silva prefiere hablar de estilos de vida más o menos saludables, más que de "superalimentos".

6. Carne roja, solo en pequeñas dosis: La Organización Mundial de la Salud puso el año pasado la carne roja en la lista negra de productos cancerígenos. Asegura que 34.000 muertes por cáncer al año pueden estar relacionadas con el consumo de carne roja, pero sobre todo de carne procesada (salchichas, embutidos...). Un consumo seguro sería 50 gramos diarios y en la que el protagonismo se lo debería llevar el pescado, las legumbres, los cereales sin refinar y las verduras.

7. Menos azúcar y carbohidratos: La dieta cetogénica (sin apenas carbohidratos) podría ayudar en la evolución y tratamiento de algunos tumores, sobre todo algunos cerebrales. "Pero debe tenerse en cuenta que es un tipo de dieta que puede conllevar efectos secundarios graves. Un descenso moderado de la cantidad de carbohidratos mejora la insulinosensibilidad, aspecto que podría ser beneficioso en el tratamiento de algunos tumores", asevera el nutricionista Camilo Silva.

8. Protéjase del sol: Sin renegar de él. Evite la exposición solar en las horas de radiación máxima para protegerse frente al cáncer de piel, pero no deje de darse baños de sol. El sol es esencial para que el organismo pueda producir la vitamina D, también llamada la "vitamina del sol". Esta es clave en la prevención de diversas patologías, desde la hipertensión a la esclerosis múltiple o el cáncer. El 90 por ciento de la vitamina D proviene de la radiación solar y solo un 10 por ciento de la dieta. Diez minutos diarios de exposición solar serían suficientes para obtener la cantidad necesaria.

9. Vacune a sus hijos: contra la hepatitis B (para evitar el cáncer hepático) y el papilomavirus (cáncer de cérvix). Esta última solo está incluida para niñas en los calendarios oficiales de vacunación, aunque existe evidencia que podría proteger también a los niños frente al cáncer rectal y oral.

10. Diga sí a la lactancia materna: Le ofrecerá un seguro de vida a su hijo y usted mejorará su protección frente al cáncer de mama si la mantiene durante tiempo prolongado. Ser madre antes de los 35 años también reduce el riesgo.

## Para ese cambio positivo, cuenta con nosotros

Te damos la mano en la instalación y compra de tu sistema de energía ecoeficiente con nuestros préstamos.



Acércate a nosotros o contáctanos:

809-683-0203  
www.bancoademi.com.do

f /bancoademi    t /@ademibanco  
b banco ademi    i @bancoademi





# 10 Datos sobre la violencia contra niños y niñas

**1** Todos los días, más de 3 mil jóvenes pierden la vida en el mundo. El número de niños y adolescentes menores de 20 años que fueron víctimas de homicidio llegó en 2017 a

**1,2 Millones**

1 de cada 5 son víctimas de homicidio al año.



**2** Alrededor de 5 de cada 10 niños del mundo de 2 a 14 años sufrieron de manera periódica castigos corporales a manos de sus cuidadores.

**3** 1 de cada 10 estudiantes entre los 13 y los 15 años en el mundo informó haber participado en una o más peleas en el último año.

**4** 1 de cada 3 estudiantes entre los 13 y los 15 años en el mundo sufrió actos de acoso o intimidación de forma sistemática.



**5** Una tercera parte de los adolescentes de 11 a 15 años de Europa y América del Norte reconoció haber acosado o intimidado a otros en la escuela por lo menos una vez en los últimos dos meses.

**6** Una cuarta parte de las niñas de 15 a 19 años del mundo (unos 70 millones de niñas) dijo haber sido objeto de alguna forma de violencia física desde los 15 años.

**7** Unos 120 millones de niñas del mundo (1 de cada 10) han sido víctimas de relaciones sexuales forzadas y otras agresiones sexuales en algún momento de sus vidas.

**8** En el mundo 1 de cada 3 adolescentes de 15 a 19 años (84 millones) que integran uniones formalizadas, ha sido víctima de violencia emocional, física y/o sexual por parte de su marido o pareja en algún momento de su vida.

**9** 3 de cada 10 adultos del mundo creen que para criar o educar de manera adecuada a un niño, es necesario apelar al castigo físico.

**10** La mitad de las niñas de 15 y 19 años del mundo (unos 126 millones) cree que en algunas ocasiones se justifica que los maridos o las parejas íntimas, golpeen o agredan a sus cónyuges.

Fuente: Informe "Ocultos a Nueva Luz" UNICEF

# Educación Vial

SEGUROS // Ademi

El uso del cinturón de seguridad reduce hasta un

**50%**

el riesgo de lesiones mortales de los ocupantes de los asientos delanteros



**75%**

el de los ocupantes de los asientos traseros

Todos los ocupantes de los asientos tanto delanteros como traseros deben utilizar el cinturón de seguridad.



Para aumentar efectivamente la frecuencia de uso del cinturón de seguridad las leyes deben estar respaldadas por una vigilancia policial fuerte y continua.

**111**

países tienen leyes integrales sobre el uso del cinturón de seguridad por todos los ocupantes del vehículo.



Estas leyes afectan a

**4800 millones**

de personas, es decir, el



**69%**

de la población mundial.

Sólo el 25% de los países consideran buena la observancia de sus leyes sobre el uso del cinturón de seguridad.



■ Países que disponen de leyes nacionales sobre el uso del cinturón de seguridad por todos los ocupantes del vehículo.



Fuente: Informe sobre la situación mundial de la seguridad vial 2013  
[www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/road\\_safety\\_status](http://www.who.int/violence_injury_prevention/road_safety_status)

# Cómo evitar INUNDACIONES en su hogar

SEGUROS // Ademi



# En caso de huracán

## ¿Qué hacer antes, durante y después?

**A ANTES**

- Informarse en los medios
- Quedarse en casa si es segura o ir al albergue
- Reparar techos, ventanas y paredes
- Tener a la mano documentos personales
- Tener artículos de emergencia, ropa abrigadora e impermeable
- Cerrar puertas y ventanas, y proteger cristales con cinta adhesiva
- Limpieza de desagües, canales y coladeras
- Cubrir con plástico objetos que se dañen con el agua

**B DURANTE**

- Conservar la calma
- Escuchar la radio portátil
- Desconectar aparatos y la energía eléctrica
- Cerrar llaves de gas y agua
- Alejarse de puertas y ventanas
- Usar lámparas de pilas
- Vigilar el nivel del agua cercana a su casa
- No salir hasta las indicaciones de las autoridades

**C DESPUÉS**

- Seguir las instrucciones de las autoridades y reportar los heridos
- Permanecer en casa si no sufrió daños, si hay, vaya a un albergue
- Beber agua embotellada o hervida
- Colaborar en labores de limpieza (desaloje agua estancada)
- Mantener desconectados gas, luz y agua, hasta que no haya peligro
- No hacer caso de rumores
- Usar teléfono sólo para emergencias
- Solicitar ayuda a las autoridades (en caso necesario)

# En caso de un temblor de tierra

## ¿Qué hacer antes, durante y después?

Podrá parecer trivial el hablar sobre las medidas de seguridad a tomar en cuenta ante un sismo, pero la realidad es que aún hay mucho que hacer en la adopción de una cultura de prevención y de protección civil. Por lo anterior, ya sea que esté usted en su hogar, en el trabajo o en algún espacio ajeno, le recomendamos tomar las siguientes medidas antes, durante y después de un sismo.

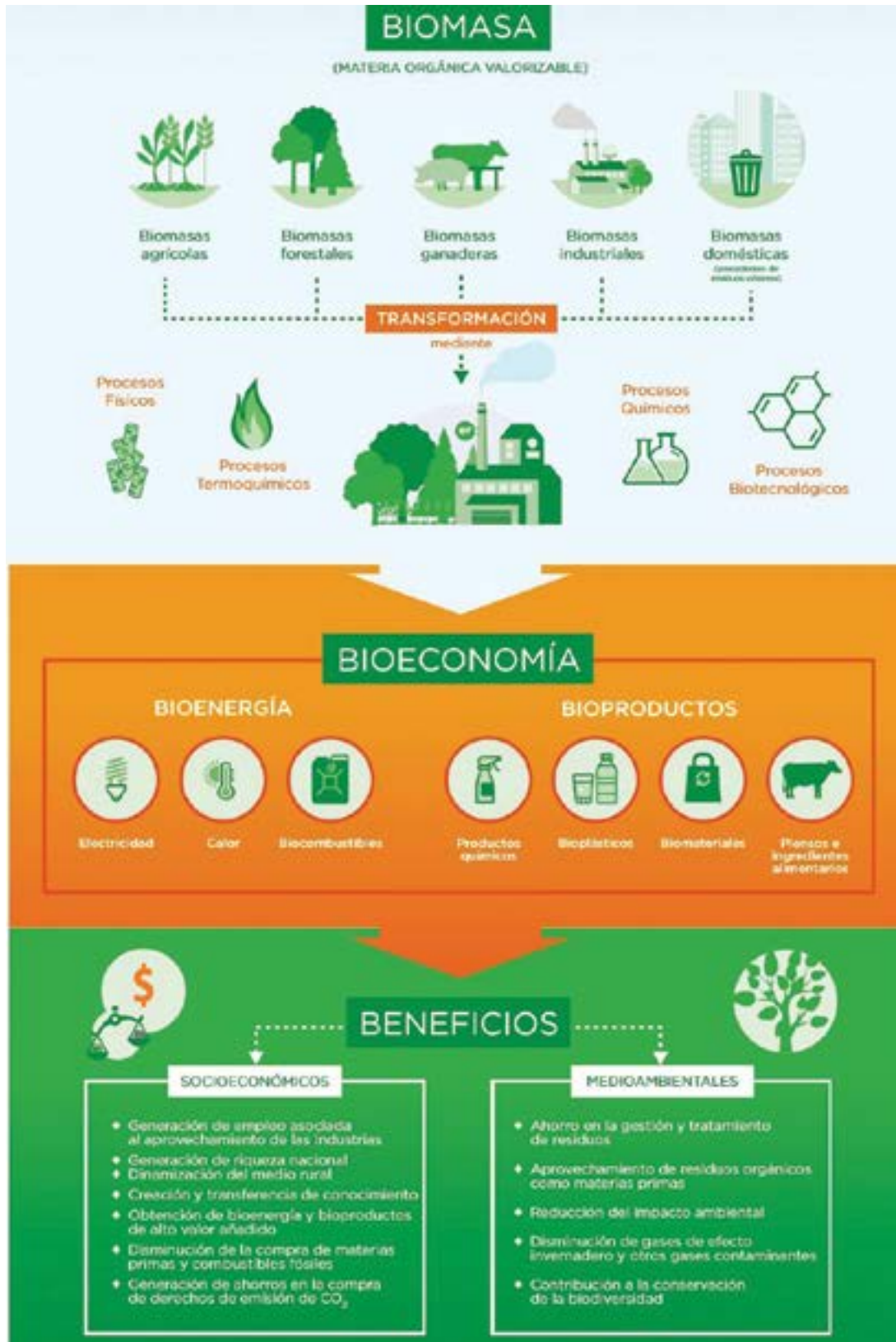
- Antes**
- Capacítase en técnicas de primeros auxilios
  - Cuente con botellas de agua, botiquín, lámparas con baterías
  - Revise periódicamente las instalaciones eléctricas y de gas
  - Localice junto con su familia rutas de evacuación y realice simulacros periódicamente
  - Utilice zonas seguras en su casa según la estructura
  - Mantenga despejada la ruta de evacuación, libre de muebles o cosas que estorben el libre paso.

- Durante**
- Si sale a la calle, alejese de cables de alta tensión
  - Trate de mantener la calma y ayude a otros no empujando, no gritando y no corra
  - Resguardese bajo muebles como escritorios o mesas fuertes
  - Alejese de ventanas
  - De ser posible cierre el gas y apague los interruptores generales de su casa u oficina

**Después**

- Salga del edificio en que se encuentre
- No utilice elevadores y baje por escaleras con precaución, estas podrían estar en riesgo de caer
- Encienda un radio de baterías para estar informado y acate las indicaciones que las autoridades responsables emitan
- Revise el edificio para identificar posibles daños internos o externos antes que todos entren, si descubre fisuras en paredes o estructuras no entre, recuerde que hay réplicas que podrían empeorar las cosas
- Solicite ayuda en caso de ser necesario
- Evite saturar las líneas telefónicas de emergencias
- Evite utilizar aparatos eléctricos o gas







# AGENDA FINANCIERA 2019




Banco  
**Ademi**  
El Banco que da la mano



 [YouTube /bancoademi](#)

 [/ademibanco](#)

 [@bancoademi](#)