

AXKAN

FUNDACIÓN

CULTURA

EDUCACIÓN

ECOLOGÍA

INFRAESTRUCTURA



Quienes Somos

AXKAN es una Fundación SIN FINES DE LUCRO cuya finalidad es crear oportunidades de desarrollo para las comunidades, especialmente para niños y jóvenes. AXKAN, como Fundación Privada, no tiene vínculos con Instituciones de Gobierno ni con partidos políticos y depende de las donaciones de Fundadores, Voluntarios, Empresas y Sociedad Civil.

*“La Educación
es la única
verdadera riqueza”*

Carta del Director

En FUNDACIÓN Axkan queremos mejorar las comunidades. Por ello no hay proyecto que sea pequeño, desde levantar la basura, poner botes para la misma, hacer un club de lectura, talleres deportivos; todo ayuda a crear un mejor ambiente, mejores oportunidades y una mejor comunidad.

Queremos promover el trabajo comunitario y la participación de todos por ello es muy importante entender que AXKAN no tiene fines de lucro, que no cobramos nada por ninguna actividad y no tiene ni tendrá ningún vínculo con partidos políticos.

Una comunidad unida es una comunidad fuerte. Por ello fomentamos la cooperación con Fundaciones y Asociaciones Civiles, Organizaciones Sociales, autoridades civiles, religiosas y ciudadanos en general.

Te esperamos, puedes contribuir como voluntario, con donaciones o como uno más de nuestros participantes en talleres.

Bienvenidos a Fundación Axkan.

talleres deportes iglesias
huertos familiares festivales
caminos campañas de limpieza
inglés bardas culturales

Las actividades de FUNDACIÓN AXKAN
se mueven en 4 ejes principales:

EDUCACIÓN

Talleres de: Pintura,
Teatro, Alebrijes,
Origami, Inglés,
Francés, Matemáticas,
Regularización,
Básquetbol, Fútbol y
muchos otros.

CULTURA

Concursos
de Nacimientos,
Ofrendas, Apoyo
en Festivales de la
Comunidad.

ECOLOGÍA

Campañas
de Limpieza
de Ríos y Barrancas,
Barrido de Calles,
Bardas Culturales,
Huertos Familiares,
Paredes Verdes.

INFRAESTRUCTURA

Reparación
de Áreas Deportivas,
Caminos, Iglesias,
Instituciones
Educativas.

Historia

La Fundación AXKAN nace en Enero de 2011, como una iniciativa de un grupo de jóvenes empresarios, que en la comunidad de San Miguel Tlaixpan , Texcoco, crean un plan de acción para el Desarrollo de la comunidad que los vio crecer.

De acuerdo con la filosofía AXKAN es muy importante que las nuevas generaciones comprendan que el pasado, nuestras tradiciones y la naturaleza deben ser parte de nuestro futuro y que por lo tanto es urgente conservar todos estos aspectos para tener comunidades sólidas y prósperas.

Contribuir al desarrollo sustentable de las comunidades en México, mediante la promoción de acciones estratégicas en cualquiera de los 4 ejes de AXKAN. Una parte crucial de la misión de AXKAN, es el involucramiento de la comunidad y la autogestión en las tareas. En AXKAN no creemos en las políticas asistencialistas, sino en la dignidad de las comunidades que son capaces de crear sus propios recursos y oportunidades si se dan las condiciones.

Una parte crucial de la misión de AXKAN, es el involucramiento de la comunidad y la autogestión en las tareas.

Desarrollar y fomentar en las comunidades actividades que permitan el crecimiento de vínculos sociales, la promoción de la cultura, las actividades deportivas. Fortalecer las costumbres, promover festividades tradicionales, colaborar en soluciones inteligentes a las problemáticas de la comunidad, especialmente en las áreas en donde hay poca o nula participación del gobierno.

Fomentar la convivencia armónica de una comunidad independientemente de las diferencias religiosas, políticas o de otra índole. Rescate de tradiciones y costumbres positivas. Entender que somos uno con el medio ambiente. Respeto por las ideas y creencias de los demás. Eficiencia en el uso de los recursos. No discriminación por raza, credo, condición económica o preferencias sexuales. Entender que la felicidad del ser humano depende tanto de condiciones económicas como espirituales. Fomentar tanto actividades productivas como las Bellas Artes.

Ser agentes de cambio con actividades estratégicas o de efecto multiplicador. Paliar necesidades sociales ignoradas. Ser portadores y creadores de ideas y soluciones. Promover innovaciones empresariales, culturales y sociales. Tener influencia en el desarrollo de políticas públicas, privadas y empresariales para mejorar condiciones educativas, sociales, sanitarias, empleo y cultura.

Muros, poéticos

Uno de los objetivos de Axkan es fomentar la cultura, por ello cuando conjuntamos este objetivo con la necesidad de eliminar la contaminación visual de bardas con graffitis, surgió la idea de lo que llamamos Bardas Poéticas.

Hemos plasmado en más de 15 muros, poemas y frases de distintos autores mexicanos como Octavio Paz, Carlos Fuentes, Rosario Castellanos, Jaime Sabines, por mencionar algunos, también hemos promovido frases en náhuatl o en otomí por ser lenguas que algunas personas de estas comunidades hablan todavía. Además los muros incluyen información importante como teléfonos de emergencia, de denuncias, de protección civil y otros.

Estos muros logran que las nuevas generaciones conozcan el trabajo de los escritores mexicanos, la importancia de sus obras y trascendencia, y a la vez

contribuyen a eliminar la contaminación visual de graffitis, vandalismo e incluso anuncios viejos. La dinámica para nuestros muros es que los dueños de las casas y locales nos solicitan su elaboración. Gracias a este trabajo, vemos con agrado, que nuestras frases han sido leídas y respetadas por la comunidad.

Hoy San Nicolás Tlaminca y Santa María Tecuanulco, poblados pertenecientes a la ciudad de Texcoco, se han unido a esta idea y han colocado también mensajes en sus paredes para continuar inspirando y fomentando la cultura.

Esto nos demuestra, que en nuestras comunidades hay gente con ganas de contribuir en la transformación positiva de nuestras comunidades, de nuestros niños y jóvenes que representan nuestro futuro.

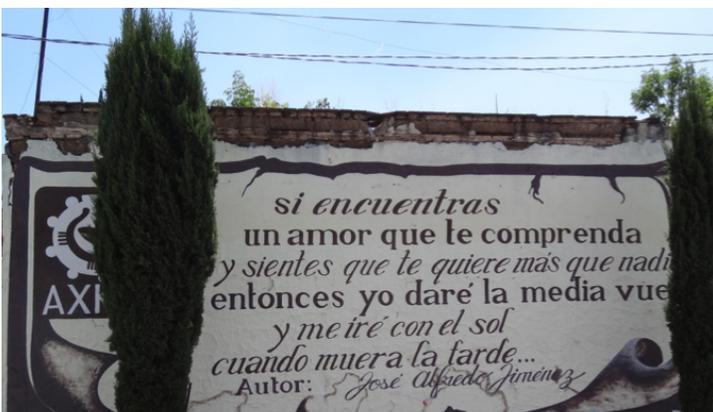


Barda de información, Av. Central.

Letrero informativo, Av. Central



Comandancia Municipal



En toda la comunidad

La tradición te recuerda de donde vienes y a donde vas

En México hemos adoptado muchas tradiciones y costumbres extranjeras como si fueran nuestras; y aunque podemos decir que algunas costumbres han enriquecido a las nuestras, esto no significa que debamos perder las propias, que son elementos importantes de nuestra identidad, esa esencia que nos da alma y espíritu. Por ello en Axkan queremos reforzar el sentido verdadero de nuestras tradiciones y queremos enseñar a nuestros jóvenes el significado tradicional del día de Reyes, Semana Santa o Día de muertos; para de esta manera preservar el legado histórico y poder compartirlo con las nuevas generaciones y con el mundo.

Por ejemplo, en el pueblo de San Miguel Tlaixpan, existe la tradición de crear un nacimiento, en uno de los cerros más altos y que a lo largo de muchos metros se construyen distintas escenas en tamaño real, desde el desierto hasta el pesebre que se coloca en lo más alto. Este nacimiento llega a cubrir hasta 1000 m2 y es impresionante la cantidad de luces, adornos, animales, y el increíble esfuerzo de la comunidad aplicado en crear su nacimientos. La tradición no se limita a este nacimiento sino que numerosas casas (o casi todas) hacen nacimientos enormes y muy hermosos.

Axkan participa en estas tradiciones al organizar un concurso de nacimientos con la finalidad de motivar y promover esta hermosa costumbre, los nacimientos se visitan, se evalúan, y niños y jóvenes conviven con los diferentes participantes del concurso.

Solo queda decir que esta iniciativa nos motiva a preservar nuestro legado histórico, sintiéndonos orgullosos de ser mexicanos y compartiéndolo con el mundo.





Ofrendas de Día de Muertos

San Miguel Tlaixpan 2013

Podrán participar instituciones educativas y particulares.

Tu ofrenda deberá contener elementos tradicionales, como:

- Pan de muerto
- Flores
- Fruta de temporada
- Otros

Premios a los tres primeros lugares

Estancias en hotel de la Riviera Maya.

Reconocimientos a todos los participantes.

Se calificará:

- Mayor número de elementos tradicionales.
- Creatividad.
- Presentación de los elementos que contiene la ofrenda a los jueces.

*Recuerda: los jueces visitan tu ofrenda



Concurso carta ami amigo

Los chicos reciben libros como premio con el fin de incentivar y adentrarlos en el maravilloso mundo de la lectura. Escritores e intelectuales - voluntarios AXKAN, participan en la organización del concurso.



Participa
en nuestros
talleres
de lectura
y únete
al concurso.

axkanfundacion@gmail.com

La cultura
es el ejercicio profundo
de la identidad.
-Julio Cortázar



www.axkantlaixpan.com

Talleres permanentes Axkan

Estamos convencidos que a través de la educación, una buena dirección, la creatividad, el desarrollo de habilidades cognitivas; niños, jóvenes y adultos pueden crear vínculos de pertenencia con sus comunidades. Por ello; tenemos varios talleres permanentes, creados e impartidos por maestros voluntarios que tienen como objetivo, enlazar la educación, la cultura y las artes. Donde todo el que esté interesado pueda participar, sin importar la localidad de la que provenga.

Adicionalmente, otro de los objetivos en la creación de estos talleres, es generar conocimientos técnicos y prácticos, que puedan dar la oportunidad a nuestros jóvenes de tener mejor preparación y mayores oportunidades a futuro.



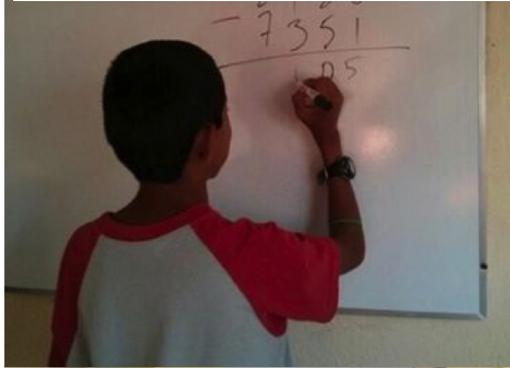
La diversidad de los talleres en Axkan, nos permite brindar a toda la comunidad diversas actividades para diferentes gustos e intereses.



TALLER DE ALEBRIJES



CLASES DE REGULARIZACIÓN



CLASES DE INGLÉS E IDIOMAS



EDUCACIÓN



ORIGAMI



CIRCO SOCIAL



CINE CLUB



MÚSICA



EDUCACIÓN



TEATRO



RADIO
INFANTIL



MÁSCARAS
DE YESO



ESCUELA PARA
PADRES
"APRENDIENDO
VALORES
EN FAMILIA"



Todos pueden participar en nuestros talleres AXKAN, solo necesitas tu creatividad y muchas ganas de divertirse aprendiendo.

DEPORTES

Axkan en el deporte

Una de las labores de Axkan fue el acondicionamiento de algunas canchas deportivas en San Miguel. Gracias a estos espacios pudimos iniciar con nuestros talleres deportivos con una enorme acogida. Este proyecto se logró, gracias a los esfuerzos de nuestros voluntarios y los apoyos de nuestros patrocinadores.

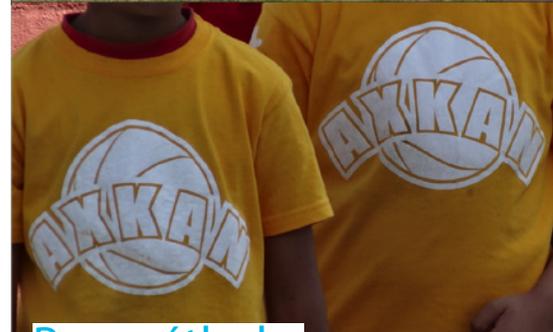
¿Por qué es importante el deporte en Axkan? Porque de esta manera logramos que los niños se integren y socialicen con otros niños, que gocen de buena salud y también, prevenir hábitos perjudiciales como el consumo de tabaco, alcohol o drogas.

La práctica de cualquier deporte ayuda a que los adolescentes aprendan la importancia de la disciplina, la constancia y el esfuerzo. Fomenta igualmente la competitividad que si se desarrolla con moderación puede ser muy benéfica en su vida. Los chicos y las chicas aprenden a disfrutar de las victorias y a hacerse fuertes con las derrotas.

El equipo de Fútbol Soccer asciende a 60 niños, pero es grato ver que más niños se están integrando a los entrenamientos que actualmente se realizan en las canchas empastadas con

la ayuda de tres profesores voluntarios. Los niños se dividen por edades, para lograr un mejor desempeño e interacción. Una vez listas las canchas de Básquetbol, ubicadas a un costado de la iglesia de Tlaixpan, se comenzaron a realizar los entrenamientos formales con la participación de 20 niños que acuden cada sábado por la mañana para entrenar. Los participantes reciben sus playeras de Axkan, lo que ha generado que estén motivados y se sientan más identificados con sus respectivos equipos.

Nuestro proyecto más reciente es la integración de un nuevo voluntario que imparte entrenamientos de "Running" en las canchas empastadas, aquí participan tanto las amas de casa, personas de la tercera edad, niños y adolescentes.



DEPORTES



Es muy grato ver la participación de los niños, pero también la de los padres, su interacción y el cuidado que dan a las instalaciones. Son ellos quienes pintan las líneas del campo empastado, mantienen limpio de basura el campo y las canchas deportivas multiuso de la iglesia.

Con el paso del tiempo hemos visto como mantienen el orden e incluso el índice de delincuencia ha disminuido, se ha erradicado en gran manera el pandillerismo y los vicios.

Los invitamos a participar. Todos pueden contribuir en nuestros eventos deportivos, se pueden integrar a algún equipo y/o colaborar a que este proyecto siga adelante.



ECOLOGÍA

Ecología en Fundación Axkan

Nuestras labores de Ecología iniciaron en escuelas, con charlas, y talleres para los niños, padres de familia. Después se implementaron programas de separación de basura y reciclaje, colocando botes de basura con etiquetas para separar lo orgánico de lo inorgánico.

Otras campañas que se han sumando a esta área de trabajo son las campañas de limpieza, preservación de áreas naturales y conservación de áreas que son patrimonio cultural.



10

beneficios de tener un huerto urbano



1. Pasarás más tiempo en familia:

Todos pueden participar, hasta los más pequeños, ayudando a mover la tierra, sacando maleza, regando y cosechando.

2. Los niños comerán más frutas y verduras:

Los niños se sentirán más motivados a comer sanamente al ver los resultados de producir su propio alimento.

3. Ahorrarás más dinero: Invertir en semillas cuesta menos que comprar los frutos en el supermercado y podrás cosechar por mucho tiempo.

4. Es 100% local: Contribuye al auto empleo y la economía local .

5. Es una razón más para que los niños estén al aire libre: No más tiempo perdido frente a la T.V, los videojuegos y computadoras.

6. Es una gran herramienta educativa: Generar conciencia sobre los daños a la naturaleza por el paso del hombre, y los beneficios de proteger nuestro sustento... “la madre tierra”

7. Reduce el estrés:

La horticultura es utilizada como terapia, especialmente en adultos mayores, conectarse con la naturaleza y ser productivos traerá grandes beneficios para nuestra salud.

8. Tú decides si quieres utilizar fertilizantes y pesticidas:

Un huerto orgánico hecho por nosotros mismos, nos dará la certeza de que lo que comemos está libre de químicos.

9. Comerás los alimentos más frescos:

De tu jardín a tu mesa, ¿Sabías que pueden pasar meses desde que se cultivó un fruto hasta que lo transportan al supermercado y a tu mesa?

10. Sentirás la satisfacción de cosechar tu propia comida:

Vivimos en un mundo donde nos acostumbramos a lo instantáneo, lo fácil y práctico, entonces el observar todo el proceso de crecimiento de una semilla puede ayudar a nuestros hijos a cultivar aptitudes como la paciencia y ver que todo trabajo da fruto.

Campañas

Limpiemos Tlaixpan

Molino de las Flores, se suma a la causa con nuestras campañas de limpieza. Aquí, cabe mencionar que este municipio donde se recibe una importante cantidad de turistas para visitar y conocer la historia que oculta la Ex Hacienda del Molino de Flores. Por tal motivo, convocamos a todas las personas interesadas, para limpiar la zona de manera periódica.

Segunda jornada de limpieza

Dentro de Axkan tenemos la responsabilidad de promover la limpieza de nuestros espacios; por ello, ésta campaña se realiza con el objetivo de tener una comunidad más limpia y ordenada, donde voluntarios y locatarios participan con esta iniciativa limpiando calles y cunetas.

ECOLOGÍA



Cuidar del medio ambiente es cuestión de que cada miembro de la sociedad se comprometa y aporte. Puede parecer difícil en un principio porque no estamos tan acostumbrados, pero una vez que aprendemos sobre algunas alternativas puede resultarnos fácil y divertido llevar a cabo actividades que ayuden a crear un mejor espacio para nosotros y nuestros hijos, ya que de esto depende, garantizar la calidad de vida de las futuras generaciones.

Axkan quiere generar esta conciencia y compromiso en quienes participan en los proyectos, porque de esta manera, más gente se unirá a nuestras tareas con el mismo objetivo... ¡crear un espacio mejor para todos!

Así, surge Axkan Bio.



Axkan Bio Hortalizas

f Axkan Tlaixpan

www.axkantlaixpan.com



Taller de Huertos y muros verdes

Tener un huerto en casa es todo un placer, sobre todo si se conoce cuáles son los cultivos que podemos comenzar con mayor facilidad por su ciclo de reproducción y que pueden ser más fructíferos para tu huerto sin importar si se vive en la ciudad o en comunidades rurales.

Tener un huerto en casa es de mucho beneficio, por ejemplo, sembrar plantas ornamentales con verduras y hortalizas que puedes utilizar como alimentos o bien para algún malestar, incluso sirve para el intercambio o venta de productos totalmente naturales sin ser procesados.

Uno de los objetivos Axkan Bio, es reutilizar todo lo que sea necesario para erradicar la huella del hombre y tratar de disminuir la contaminación; es por ello que al hacer jardines verticales, huertos urbanos y muros verdes, utilizamos envases de PET o latas. En el poblado se activaron huertos, así como instalación de muros verdes en dichos hogares.



En instalaciones Axkan se hicieron muros verdes, así como hortalizas en envases reciclables.



A 30 minutos de San Miguel Tlaixpan se ubican Miguel Tocuila, perteneciente al Municipio de Texcoco. En este municipio Axkan cuenta con varios voluntarios con quienes promovemos y nuestros proyectos de cultura, deporte, educación etc.

Las Bio Hortalizas en este poblado han tenido mucho éxito, y hoy podemos ver azoteas y muros verdes que nos incitan al cuidado del medio ambiente y preservación de la naturaleza.



A una distancia aproximada de 6 km de San Miguel, Santa Catarina del Monte es considerado parte de los pueblos más importantes de esta zona por sus condiciones geográficas y climatológicas. En este poblado Axkan inicia labores de Huertos en algunas de las casas de la localidad.

Una de las características principales en las personas de esta zona, es su amabilidad, ofreciéndonos sus espacios para compartir el aprendizaje y aprovechar al máximo la buena tierra que poseen, cultivando diversas plantas comestibles.

Después de realizar el debido trabajo con la cosecha de hortalizas, los anfitriones de los huertos ofrecen una pequeña comida, tortillas hechas a mano, café de olla, entre otras cosas, con esto se demuestra que Santa Catarina del Monte es un lugar donde prevalece la unión, cultura y tradición.

Visita de estudiantes de la Universidad de Wisconsin a huertos Axkan en Tocuila, vemos al Profesor Arturo, Daniel, Ruth, Alonso, quienes apoyaron en todo momento.



ECOLOGÍA

Ayotla, población urbana del estado de México, se integran a los huertos y muros verdes; formando así, AXKAN Ayotla, quienes generarán un cambio en la sociedad.

Asimismo se iniciaron huertos en la primaria de la comunidad de San Miguel Tlaixpan. Gracias a estos huertos se logra que los alumnos sientan mayor cercanía su entorno y el medio ambiente en general.



Escuela Primaria Benito Juárez San Miguel Tlaixpan

Axkan agradece los esfuerzos de todas las comunidades participantes en este proyecto; ya que gracias a los buenos resultados y los múltiples beneficios, cada vez suman más las comunidades que se unen a nuestros sueños.



Anuncios en patrimonios culturales

Consideramos que cuidar, promover acciones en bien del ambiente, y preservación de áreas que son patrimonio cultural, pueden crear un impacto positivo en visitantes y pobladores. Voluntarios AXKAN colaboran para poner anuncios en pro del medio ambiente y con ello ayudar e inspirar a otras localidades a cuidar espacios públicos y áreas verdes.



CUIDAR, PROMOVER ACCIONES EN BIEN DEL AMBIENTE, Y PRESERVACIÓN DE ÁREAS QUE SON PATRIMONIO CULTURAL, PUEDEN CREAR UN IMPACTO POSITIVO EN VISITANTES Y POBLADORES.



ECOLOGÍA



En AXKAN, *estamos comprometidos*
con el cuidado de *la ecología*

CONFERENCIAS EN INSTITUCIONES



AXKAN Fundación contribuye
impartiendo charlas, conferencias.
A petición de las instituciones, se imparten
los temas con especialistas capacitados.

SEGURIDAD

COMISARIOS AXKAN

Una comunidad segura

Esta compuesto por voluntarios que se integrarán al programa de vigilancia, mismos que se capacitarán y seguirán el reglamento de las autoridades municipales, actuando conforme la ley.

Este programa consiste en vigilar nuestras comunidades y REPORTAR A LA POLICÍA situaciones anormales o de riesgo para la comunidad.

Mantener las calles iluminadas, mejorar la cooperación de todos los vecinos para reportar conductas extrañas, monitorear vehículos desconocidos en áreas poco transitadas a altas horas de la noche.

El programa de vigilancia pretende ser un programa de PREVENCIÓN, para ello se adquirió una camioneta especialmente para dar los rondines y reportar alguna anomalía.

Te invitamos a participar ayudando a tu comunidad y aprender un poco sobre técnicas de prevención.



INFRAESTRUCTURA

OBRAS AXKAN

Axkan decide emprender la búsqueda de alternativas para paliar algunos de los problemas de las comunidades, y crear programas con los que se puedan cubrir algunas necesidades como el contar con áreas de esparcimiento.

Como sabemos los niños y jóvenes son los más vulnerables, ya que pueden ser influenciados, maltratados o simplemente mal atendidos. Como Fundación nos sentimos comprometidos con ellos. Por ello se decidió remodelar las canchas de basquetbol de los terrenos de la Iglesia de San Miguel Tlaixpan, ya que como hemos mencionado anteriormente creemos que el deporte es una de las bases para mejorar la calidad de vida de chicos y grandes. En 2012 Fundación Axkan recibe los permisos para restaurar y activar las canchas deportivas, y durante 2013 y 2014 se les da mantenimiento constante, ya que se encontraban en completo abandono.

Los trabajos realizados

Se levantaron placas de cemento en mal estado, se instaló un piso de buena calidad; se cambiaron tableros de basquetbol, se instalaron nuevos postes multifunción (sirven también como porterías), se pintaron las canchas con pinturas

especial sin olvidar las rayas de fuera y de 3 puntos.

Toda esta labor culminó en tener instalaciones aptas para todo público y donde los niños de la comunidad pueden pasar un buen rato. Adicionalmente los voluntarios Axkan pueden entrenar aquí con sus equipos. Es muy importante



mencionar, que esta pequeña acción, hoy en día atrajo a comunidades aledañas a participar y actualmente, contamos con equipos de fútbol soccer, básquetbol y running, con la participación de más de 60 niños que asisten con entusiasmo a sus entrenamientos.

INFRAESTRUCTURA



Restauración del salón de usos múltiples de la iglesia San Miguel

Para FUNDACIÓN AXKAN, es importante conservar el patrimonio cultural y la restauración de estructuras arquitectónicas joyas de las comunidades; tal es el caso, del salón de la iglesia San Miguel Arcángel.

Este salón requería restauración y mantenimiento, desde el descarapelado y aplanado de las paredes, tirol en el

techo y terminando con la decoración en ventanales y puertas. Además la recuperación del arte sacro que está plasmado en este salón. Además de estas mejoras, también se colocó el piso de la oficina de la iglesia de San Miguel Arcángel, para que de esta manera se logren mantener la estructuras lo más original posible y sea un lugar que nos transporte a al pasado y los viejos recuerdos.



Hoy, los niños ya cuentan con un espacio más agradable para el catecismo y algunas veces se llevan a cabo algunas charlas y talleres Axkan en este espacio, en los que participa la comunidad en general.



Reparación del primer cuadro del pueblo "calles más seguras"

El deterioro de las calles, el descuido, la falta de señalamientos apropiados para los conductores son el símbolo de una comunidad en decadencia. En Axkan creemos que la imagen de una comunidad influye en su desarrollo y en el ánimo de sus habitantes. Por ello la Fundación Axkan, participó y destinó recursos para colocar señalamientos adecuados y reparar las calles en mal estado, además de las campañas para limpiar los espacios públicos y mejorar las fachadas del primer cuadro de San Miguel Tlaixpan.





Reparación del portón de la Iglesia de San Miguel.

Agradecemos enormemente las donaciones de particulares, ya que con ellas fue posible para Axkan, realizar la labor de colocar retablos para la publicidad de los locales comerciales y así dar un toque rústico a las fachadas de nuestro pueblo San Miguel Tlaixpan, en un esfuerzo para no perder nuestra esencia e identidad como pueblo de México.

Muchas gracias a las familias que nos permitieron colocarlos en sus muros y locales.



ANEXOS

Jornada *de salud* bucal



Primaria Justo Sierra



Primaria Benito Juárez



Jornadas de salud bucal Kinder G.A.

Cursos de Verano



Deportes: Fútbol, Basquetbol y Running



Cine Club



Bio Hortalizas y muros verdes



EMPRESAS COLABORADORAS

