



MEMBRESÍAS INDEPAR

**Tu retiro se diseña hoy.
Y no tienes que
hacerlo solo.**

Sigue en comunidad después del taller: herramientas, actividades y acompañamiento para tu salud emocional, física y financiera.

Amigo INDEPAR · Miembro INDEPAR · Miembro Club INDEPAR

FOLLETO INFORMATIVO DE MEMBRESÍAS · CUOTAS 2026

indeparmx.org · contacto@indeparmx.org · WhatsApp y tel. +52 55 3967-7786

El taller es el primer paso. La comunidad es el camino.

Un taller te da claridad; la constancia la da la compañía. La membresía INDEPAR convierte ese momento en un hábito: una comunidad que te acompaña a cuidar tus tres saludes, con propósito y a tu ritmo, en la app, en la web y cara a cara.

Salud emocional

Círculos de conversación, orientación psicológica y un espacio para hablar de propósito, pareja, familia y cambios.

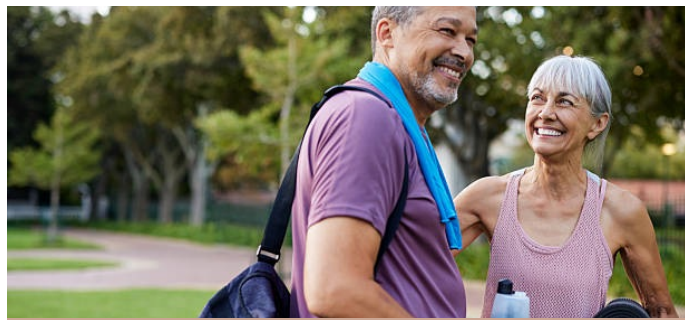
Salud física

Sesiones de movimiento adaptadas a tu edad y condición: yoga suave, tai chi, pilates, baile, caminatas y fuerza.

Salud financiera

Calculadoras, cursos y un diagnóstico personal de pensión para decidir con información clara.

Lo que vas a encontrar



Sesiones de movimiento

Yoga suave y en silla, tai chi, pilates, baile, caminatas INDEPAR y fuerza funcional, con instructores que adaptan cada clase.



Talleres de creatividad

Pintura y acuarela, jardinería y huerto urbano, cocina saludable, tejido, velas, carpintería, fotografía y escritura de memorias.



Cursos INDEPAR

Preparación para la jubilación, psicología del retiro, decisiones clave (Ley 73/97, Modalidad 40, AFORE), tecnología sin miedo y más.



Vida social y comunidad

Café INDEPAR, club de lectura y cine-debate, salidas culturales, comidas de la comunidad y el Encuentro anual.

Independientes de verdad. INDEPAR no recibe comisiones de AFORE, aseguradoras ni bancos. Tu cuota y los donativos sostienen esa independencia.

Elige cómo seguir en comunidad

Empieza gratis y avanza a tu ritmo. Puedes cambiar de nivel cuando quieras. **Cuotas vigentes durante 2026.**



Amigo INDEPAR

“Empieza a diseñar tu retiro”

Gratis

Sin costo ni tiempo límite

Para empezar:

- Registro en app y web, con test de etapa
- Calculadoras y contenido abierto: artículos, videos y noticias AFORE-CONSAR
- Boletín mensual “Tu retiro se diseña hoy”
- Guía “Los 10 primeros pasos hacia tu retiro”
- Invitación a pláticas y eventos abiertos
- 10% de descuento en clases, cursos, talleres, orientación y actividades

Pago anual: 2 meses de regalo

Pagas el equivalente a 10 mensualidades.



Miembro INDEPAR

“No lo haces solo: herramientas, comunidad y respuestas cada mes”

\$199

 al mes

o \$1,990 al año

Todo lo de Amigo, más:

- Un Taller mensual en línea y sus grabaciones
- Calendario personalizado, bitácora digital y plan de 12 meses
- Biblioteca INDEPAR y acceso a la sección “AMATE” en la app
- Acceso a círculos de conversación
- Foro con especialistas y comunidad en WhatsApp
- 1 sesión de movimiento al mes
- 50% de descuento en cursos, talleres, orientación y actividades
- Credencial digital de miembro

Cancela cuando quieras

Sin penalización; tu acceso sigue hasta el fin del periodo pagado.



EL MÁS COMPLETO

Miembro Club INDEPAR

“Tu retiro en marcha: cuerpo, mente, dinero y gente, cada semana”

\$599

 al mes

o \$5,990 al año

En pareja: \$899 al mes
o \$8,990 al año

Todo lo de Miembro, más:

- 1 sesión de movimiento cada semana
- Cursos INDEPAR incluidos, con cupo prioritario
- 1 taller de creatividad al mes
- 1 sesión de orientación psicológica individual al mes
- 1 sesión de diagnóstico personal de tu retiro y proyecto de vida
- Mentor de transición y seguimiento trimestral
- Plazas garantizadas en eventos
- Credencial física y kit de bienvenida

Becas del 50% y del 100%

Para quien lo solicite y cumpla la política de becas.

Beneficios por tipo de membresía

Cuotas vigentes durante 2026. Los descuentos aplican en clases, sesiones y actividades sueltas, con cupo limitado.

Beneficio	Amigo INDEPAR	Miembro INDEPAR	Miembro Club INDEPAR
App y web: calculadoras, test de etapa y boletín mensual	●	●	●
Contenido abierto: videos, artículos y noticias AFORE–CONSAR	●	●	●
Pláticas mensuales en línea y su grabación	—	●	●
Calendario personalizado y bitácora digital en la app, con plan de seguimiento a 12 meses	—	●	●
Biblioteca INDEPAR y sección AMATE: videos, guías descargables, grabaciones de cursos y préstamo de libros	—	●	●
Círculos de conversación, presenciales o en línea	—	●	●
Foro INDEPAR: preguntas y respuestas con especialistas, por edad	—	●	●
Comunidad: grupo de WhatsApp según tu perfil	—	●	●
Sesiones de movimiento: yoga suave, tai chi, pilates, baile de salón, tango y más	10% de descuento	1 al mes incluida + 50% de descuento	1 a la semana incluida + 50% de descuento
Orientación psicológica individual (sesión de 45 min)	10% de descuento	50% de descuento	1 al mes incluida + 50% en adicionales
Cursos INDEPAR: preparación al retiro, psicología del retiro, finanzas, tecnología sin miedo y más	10% de descuento	50% de descuento	Incluidos, con cupo prioritario
Talleres de creatividad: jardinería, cocina, pintura, tejido, velas, carpintería y más	10% de descuento	50% de descuento	1 al mes incluido + 50% de descuento
Actividades sociales presenciales: cafés INDEPAR, caminatas, club de lectura, cine, salidas y más	10% de descuento	50% de descuento	Algunas incluidas + 50% de descuento, con cupo prioritario
Diagnóstico personal de pensión y proyecto de vida con especialista	10% de descuento	50% de descuento	1 sesión incluida + 50% en adicionales
Mentor de transición y seguimiento trimestral de metas	—	—	1 vez por trimestre + 50% en seguimientos adicionales
Plazas garantizadas por evento y prioridad en cupos	—	—	●
Encuentro anual INDEPAR (invitación)	—	Con costo	Con costo preferencial
Cuota normal 2026	Gratuita	\$199 al mes o \$1,990 al año	\$599 al mes o \$5,990 al año Pareja: \$899 al mes o \$8,990 al año

● incluido — no incluido Los descuentos no son acumulables: aplica el más alto.

Suma a otros, suma a tu equipo

Benefactor INDEPAR

“Tu apoyo abre la puerta a quien no puede pagarla”

Desde \$300 al mes o \$3,000 al año · Aportación libre

- Al menos 60% de tu aportación se destina a becas de membresía y talleres
- Incluye tu membresía Miembro INDEPAR
- Informe semestral de impacto e invitación al Encuentro anual y a la cena de benefactores

Empresa SR INDEPAR

“Prepara a tu gente para la transición al retiro”

Programas In Company · Y membresías corporativas

- Taller “Transición inteligente al retiro” para grupos de 15 a 25 colaboradores de 50 años o más
- Membresía corporativa como prestación de bienestar (desde 20 personas)
- Programa de salida digna y conferencias de salud y bienestar

Así se vive tu membresía

1

DÍA 0

Bienvenida

Correo de bienvenida, guía de 10 pasos y test de etapa.

2

MES 1

Arranque

Llamada de bienvenida, tu plan de 12 meses y tu primer círculo.

3

CADA TRIMESTRE

Seguimiento

Revisión de tu plan con semáforo de avance en las tres saludes.

4

RENOVACIÓN

Balance

Aviso 30 días antes, con el resumen de lo vivido: sesiones, hábitos y logros.

Nuestros compromisos contigo

Libertad

Cancelas cuando quieras, sin penalización. Tu acceso sigue hasta el fin del periodo pagado.

Pausa

Hasta 2 meses al año por enfermedad o viaje, sin perder tu antigüedad.

Becas

Del 50% o del 100% para quien lo solicite y cumpla la política de becas.

Privacidad

Tus datos se protegen con aviso de privacidad y consentimiento expreso.



Da el siguiente paso hoy

- 1 Regístrate gratis como Amigo INDEPAR.
- 2 Elige tu nivel: Miembro o Miembro Club.
- 3 Paga al mes o al año; tu membresía se activa en la app.

Correo contacto@indeparmx.org
WhatsApp y tel. +52 55 3967-7786



Escanea y visita
indeparmx.org

¿Vienes de uno de nuestros talleres? Pregunta por el Descuento de Fundador (DF).

Cuotas vigentes durante 2026, en pesos mexicanos, y sujetas a cambio. INDEPAR puede actualizarlas conforme a sus directivas; cualquier ajuste se avisa con al menos 30 días de anticipación y no afecta el periodo ya pagado. Los descuentos no son acumulables: aplica el más alto. Actividades sujetas a calendario y cupo; consulta las fechas de inicio de cada nivel. La orientación psicológica no sustituye un tratamiento clínico.