



10 AL 16 NOVIEMBRE 2021

FELICIDAD PARA LLEVAR

ENCUENTRA TODO LO QUE BUSCAS DURANTE LA ÉPOCA CON MÁS REBAJAS DEL AÑO. TE LO HACEMOS FÁCIL, **TE GUIAMOS PARA QUE LAS COMPRAS SEAN MEMORABLES,** BUENAS INVERSIONES E INCLUSO DIVERTIDAS. ¿MÁS MOTIVOS PARA ESTRENAR?



2021



Marlo Vázquez Raña
Fundador

Paqulta Ramos de Vázquez
Presidenta y Directora General

Francisco Torres Vázquez
Vicepresidente Ejecutivo

Francisco José Torres Cano
Director General de Ventas y Estudios Tepeyac

Jesús Sánchez Villarreal
Director General de Administración

Martha Ramos Sosa
Directora General Editorial

Antonio Rodríguez Demeneghi
Director General División Papel

Ebodlo Sánchez Rodríguez
Director Nacional de Tecnología

Victor M. Pimentel González
Director Nacional de Recursos Humanos

SUPLEMENTOS ESPECIALES OEM



Arianna Bustos Nava
Coordinadora

Josué Martínez Ramírez
Editor de Arte y Diseño

Nicaragua Peña Vilchis
Diseñadora

EQUIPO EDITORIAL

Tania Licón Barraza
Marlana García Muñoz

suplementos@oem.com.mx
ventas@oem.com.mx

El Sol de México Edición Diaria. Número Certificado de Reserva otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor: 04-2008-071518235000-101 Número Certificado de Licitud del Título: 14159 Número de Certificado de Licitud del Contenido: 11732 Domicilio de publicación: Guillermo Prieto N.º 7 Col. San Rafael, México, D.F., Delegación Cuauhtémoc, C.P. 06470. Impreso: Talleres de la Cia Perifoneística del Sol de México, S.A. de C.V. Guillermo Prieto N.º 7, Col. San Rafael, México, D.F. C.P. 06470. Distribuidor: Expendios de la Unión de Expendedores y Voceadores de los Periódicos de México, A.C. Teléfonos: Dirección 55-46-95-13 Redacción: 51-40-10-00 ext. 1506 Conmutador 51-40-10-00

Publicidad y Ventas 51-40-10-58 y 51-40-10-60 Correo Electrónico: dcarrillo@oem.com.mx

Nota: Las letras IP al final de una información significan inserción pagada. Prohibida la reproducción total o parcial de las informaciones y material de esta edición, sin autorización previa de la Dirección.

No se devuelven originales.



Fotos: Cuartoscuro

Si pagas con tarjeta de crédito o débito puedes participar en el sorteo fiscal El Buen Fin.

Todo se puede en el Buen Fin

SUPLEMENTOS

Premios, descuentos únicos y la posibilidad de comprobar la fidelidad de las tiendas virtuales; no salgas de compras sin antes leer esto

A rranca uno de los eventos más esperados por compradores y empresas, una oportunidad de seguir fluyendo, en especial después del punto más álgido de la contingencia por el Covid-19.

Este año el Buen Fin llega a su onceava edición, comienza el 10 y culminará el 16 de noviembre. Las posibilidades de adquirir algo de tu lista de deseos se prolonga.

"En 2020 el Buen Fin duró 12 días para evitar aglomeraciones, pero hoy ya contamos con más información acerca de la pandemia y comprobamos que lo esencial es tener una sana distancia", aseguró Jesús Cantú, titular de la Unidad de Normalización, Competitividad y Competencia de la Secretaría de Economía (SE); se prevé que esta edición deje una derrama de poco más de 239 mil millones de pesos.

Por su parte, Jesús Cantú, el titular de la Unidad de Normatividad, Competitividad y Competencia de la Secretaría de Economía mencionó que "No se trata simplemente de lograr un éxito comercial, se trata de conjugar los esfuerzos de todos los sectores productivos para mejorar el bienestar de la población, precisamente a partir de mejores productos y mejores precios".

LO QUE DEBES SABER

Como en otros años, se realizará el sorteo



Del 10 al 16 de noviembre se llevará a cabo la décima primera edición.

fiscal El Buen Fin, en el que se estima una bolsa de 500 millones de pesos, que, a decir de Raúl Zambrano Rangel, administrador general de Servicios al Contribuyente del Servicio de Administración Tributaria (SAT), se distribuirá así:

100 millones de pesos se sortearán entre los pequeños comercios, que en su año previo no hayan tenido ingresos mayores a 5 millones de pesos.

El número de premios a repartir será de 4 mil 988. El premio incrementa con respecto al año pasado: de 15,000 a 20,000 pesos.

Para los consumidores, la bolsa consistirá en 400 millones de pesos, de la cual se repartirán 321, 261 premios.

Para participar en dicho sorteo, los asistentes al Buen Fin, deben realizar sus compras con tarjetas de crédito o débito. Respecto a los pequeños negocios, necesitan registrarse en la página oficial de El Buen Fin 2021, para concursar.

Otro de los aspectos a tomar en cuenta durante tu actividad en este evento es el Distintivo Digital Profeco, que permite distinguir a los internautas entre un proveedor serio y uno irregular.

500 MILLONES DE PESOS se repartirán a través del Sorteo coordinado por el SAT



Revisa que las tiendas virtuales cuenten con el Distintivo Digital Profeco.

En confianza

ARIANNA BUSTOS

La permanencia en tiendas tiene otro común denominador además de las ofertas, cuidar a los asistentes. Conoce las medidas sanitarias.

Las tiendas físicas se perfilan para recibir a miles durante el Buen Fin; sin embargo, los preparativos deben ir más allá de los anaqueles o escaparates. Cada negocio deberá implementar protocolos que hagan sentir seguro a los compradores durante su estancia.

Si bien, el sentido común que detonó la pandemia por Covid-19 nos motiva a usar el cubrebocas constantemente, te compartimos algunos lineamientos que las empresas y tú también durante tu visita; recomendaciones avaladas por la Dirección de Prestaciones Económicas y Sociales, la Unidad de Prestaciones Económicas y Salud en el Trabajo y la Coordinación de Salud en el Trabajo

DENTRO DEL ESTABLECIMIENTO

Se pide promover que las compras sean de manera individual y sin niños; además, establecer un horario para adultos mayores.

Se prohibirá el ingreso a clientes que no porten cubrebocas o que tengan un comportamiento inapropiado, como el uso inadecuado de la mascarilla, negarse a realizar higiene de manos o a tomarse la temperatura en la frente y a quienes presenten síntomas visibles compatibles al Covid-19.

La tienda deberá contar con dispensadores de alcohol de al menos 60% o gel desinfectante base alcohol de al menos 60%; señalizaciones o marcas en el piso indicando los lugares de espera para el ingreso y las áreas de cajas, respetando siempre la distancia mínima entre cada lugar de al menos 1.5 metros.

A la hora de pagar, se sugiere promover los pagos con medios electrónicos; tarjeta de crédito, débito, etcétera.

TIP ONLINE

CONSULTA LOS catálogos electrónicos con las ofertas y las características de los productos



Eso que quiero, me lo doy con Citibanamex.

Además de las promos, obtén:

Hasta **12%** **ADICIONAL**
EN TUS COMPRAS A MSI*
¡SIN LÍMITE DE BONIFICACIONES!

Aprovéchala en:



¡Y cientos de negocios más!

Activa la promo en:
Citibanamex Móvil®.

Conoce más en:
citibanamex.com/buenfin



Cada paso cuenta

citibanamex

El Banco Nacional de México

Vigencia de la Oferta: Del 10 al 16 de noviembre de 2021. Vigencia registro: Del 1 al 16 de noviembre de 2021 a través de Citibanamex Móvil®. Promoción exclusiva para Tarjetas Citibanamex. No aplica corporativas. *Condiciones en citibanamex.com/buenfin Tarjeta Oro Citibanamex:

CAT PROMEDIO 70.5%

Sin IVA. Informativo. Calculado el 24 de mayo de 2021. Vigencia de la Oferta: Del 24 de mayo de 2021 al 24 de noviembre de 2021. Tasa de interés promedio ponderada anual 52.15%. Tasa variable. Comisión anual \$1,087 Sin IVA. Tasa de interés anual fija 0% para meses sin intereses. Consulta requisitos de contratación, asignación, comisiones y condiciones de uso de productos y servicios Citibanamex en www.citibanamex.com Las Tarjetas de Crédito Citibanamex son productos ofrecidos por Tarjetas Banamex, S.A. de C.V., SOFOM, E.R., integrante del Grupo Financiero Banamex. La calidad y precios de productos y servicios ofrecidos, es responsabilidad de sus respectivos proveedores.

Estrena guardarropa sin descuidar tu bolsillo

MARIANA GARCÍA

Invierte en prendas que vivan contigo más tiempo, así les darás un buen uso para recrear cualquier estilo

ICalidad antes que cantidad! Sabemos que el *fast fashion* está a la orden del día; sin embargo, a veces resulta más útil tener un armario con prendas perfectamente balanceadas.

Esto nos ayudará a crear *outfits* mucho más inteligentes y con prendas que ayuden en un futuro.

ANALIZA EL PRESUPUESTO

Se recomienda hacer una lista de aquellas prendas que ya tienes y forman parte de tu armario y otra con las que te gustaría tener y comprar. Esto con la finalidad de apostar en aquellas que aún no tienes. Hacerlo evitará que adquieras algo repetido que no suma nada a tu armario y que probablemente aumente cantidad a tu presupuesto.

DURABILIDAD

¿Qué tanto la utilizarás? Elige una pieza clave que te ayude a darle forma y realzar tus looks, ya sea una chaqueta, un bolso o hasta unos zapatos. Recuerda que no es tanto las cantidades de prendas sino la calidad.

Muchas veces decidimos comprar ropa por su precio; sin embargo, puede tener poca durabilidad.

APUESTA POR LO MEJOR

Un armario versátil o inteligente incluye piezas básicas para crear diferentes *outfits*. Desde tops en colores neutros, buenos tenis, botines, o chamarras de cuero y mezclilla.

Opta por aquellas que realmente vayas a utilizar y sobre todo que te hagan sentir cómoda. Lo más recomendable es que sean atemporales.



Fotos: Creative Commons/ www.freepik.es

Cuando vayas a comprar piensa con que frecuencia la vestirás.

TOMA EN CUENTA

Vaqueros. Actualmente existen muchos tipos de pantalones; sin embargo, los mejores siempre serán aquellos con los que te sientas más segura. Si te gustan las vibras noventeras puedes optar por unos *mom jeans* y combinarlos con alguna *t-shirt* básica y tenis.

Tops. Son perfectos para usarlos con jeans, faldas, y hasta pants. Te recomendamos que los compres en tonalidades neutras, así podrás vestirlos con looks distintos. Recuerda que existe variedad de diseños, así que encontrarás el que te identifique.

Denim Jacket. Es ideal para recrear varios tipos de *outfits*, desde un *denim vs denim*, hasta algo más casual e incluso *sporty*. Las hay en diferentes colores y tamaños. Te recomendamos adquirir una que le vaya perfecto a tu gama de tonalidades.

Chamorra de vinipiel. A pesar de que hay de muchos colores, lo más recomendable es comprar una en neutra, por ejemplo la negra, que es básica. Esto ayudará a que puedas llevarla con otras piezas y recrear estilos, según la ocasión.

1 **PIEZA** bien elaborada y original hará la diferencia en tus looks

* EL FUTURO

DECIDIRTE POR materiales duraderos te ayudará a reducir el *fast fashion* y a tener un armario más equilibrado que sirva para la posteridad.



Adquiere lo que realmente necesitas, evita tendencias.

TIP ONLINE

SI HARÁS compras virtuales cerciórate de que sea tu talla; si tienes dudas, puedes calcularla en sitios como visualook.com

VEN A DESCUBRIR Tamaulipas

Conoce más en visittam.com



Playa Miramar, Madero

TAMAULIPAS
LA SORPRESA
DE MÉXICO



Tam
CRECE

Perfumes para todos

MARIANA GARCÍA

El uso, la duración y el aroma son los elementos principales que debes tomar en cuenta al momento de escoger tu próxima fragancia

El olor que desprendemos es parte de nuestra esencia; por eso, es importante que a la hora de escoger un perfume lo hagamos de acuerdo a nuestros atributos. Todo con la finalidad de que nos favorezca y a la vez nos sintamos cómodos.

Antes de empezar a explicarte un poco más a fondo cómo elegir el mejor para ti, tenemos que dejar claras dos cosas: el perfume y la colonia no son lo mismo.

Las colonias son fragancias preparadas con una mezcla de aceites esenciales, agua y alcohol. Los perfumes son una mezcla de compuestos aromáticos mezclados con etanol y agua, estos suelen tener una mayor concentración de aceite esencial; aproximadamente del 30% mientras que las colonias oscilan entre el 5% y 8%.

QUÉ USO LE VAS A DAR

Es importante que tomes en cuenta la "rutina" que le darás a tu perfume. ¿Es para el diario? ¿Ocasiones especiales? Esto te ayudará a escoger el adecuado dependiendo tus necesidades.

La fragancia es importante, se recomienda que para la aplicación diaria se utilicen aromas frescos y ligeros, pero para las ocasiones especiales, algunos más intensos y penetrantes.

DURACIÓN

Si eres de las personas que a toda hora gusta de oler rico, tienes que fijarte en la duración del producto. Hay ocasiones donde el aroma es delicioso pero no permanece en la piel por mucho. Una forma de saber qué tanto podría mantenerse en tu cuerpo, es colocar la fragancia en puntos claves como muñecas y detrás de los oídos.

Si un experto te está guiando lo mejor será que le preguntes cuáles son los perfumes con duración más prolongada.

TIP ONLINE

TE RECOMENDAMOS que investigues las familias florales en las páginas de tus marcas favoritas; así sabrás que escoger antes de hacer la compra.



30%
ES LA concentración de aceites esenciales que oscila en cada botella

Apuesta por utilizar en verano toques frutales y en otoño, maderosos.



EL AROMA ES UN PLUS

¿Cómo los prefieres? La elección del perfume es una situación muy personal y todo dependerá de qué tipo de aromas te gusten, pueden ser frutales, cítricos, dulces o maderosos.

Una forma de guiarte para seleccionar el tuyo, es que este vaya mejor es tu personalidad; si eres una persona que está en constante movimiento, podría ser uno con notas aromáticas más frescas, pero si eres más conservadora las fragancias florales son más recomendadas.

PRUÉBALO EN TU PIEL

Una vez que ya hayas elegido la familia olfativa, aplícala en tu piel. Esto te ayudará a saber cómo se percibirá cuando lo utilices. Recuerda que el pH, es diferente en cada persona y esto puede alterar el olor normal.

Otra de las sugerencias es no sobrecargar tu piel y no mezclar más de tres aromas o perfumes. El olfato no podrá diferenciar las fragancias.

Recuerda que deben ir acorde a tu personalidad, hay muchos estilos.

EN MEXICALI

PAGANDO EL PREDIAL

**NUESTRA
ESTRELLA
ERESTÚ**

¡Aprovecha los descuentos y ponte al corriente!

100%
de descuento

En recargos y multas
en el pago total del
impuesto predial

50%
de descuento

En recargos en pago parcial,
convenio, en especie o
compesación en pago del
impuesto predial

50%
de descuento

En multas de tránsito y adeudos
por faltas a los Reglamentos
Municipales



**GOBIERNO
DE MEXICALI**

Vigencia al 31 de diciembre de 2021

*Aplican restricciones



Las ventajas de llevar complementos es lo versátil que puede ser tu apariencia.

Brilla durante el otoño

MILDRED ESTRADA

Esta época del año nos sorprende con diferentes formas de utilizar accesorios; realzan cualquier look y lo vuelven algo completamente original

Con la recta final del año también llega la oportunidad de renovar nuestro armario e inspirarnos en las próximas tendencias que serán protagonistas poniendo especial atención en el otoño: una temporada perfecta para disfrutar de la moda de una forma única y arriesgarnos a la combinación de colores y texturas.

Para conocer más sobre las tendencias Pamela Sáenz, fundadora y CEO de *Malandra Jewelry*, reconocida marca de joyería mexicana, nos explica algunas de las principales tendencias que puedes comenzar a incluir en outfits para mantenerte a la moda.

CON FLECOS

Es una de las novedades más destacadas para las casas de lujo como *Chanel*, *Jil Snader*, *Giorgio Armani*, o *Isabel Marant*, entre otras, que han decidido incluir el milenar adorno en collares y pendientes, haciendo que se abran en decenas de tiras para crear un efecto óptico hipnótico.

Lo más habitual es que estas piezas aparezcan en formato de cristales blancos y plateados, pero no hay que perder de vista otras versiones como las perlas.



Atrévete a usar piezas grandes y de temporada.

EN ESTE TIPO de productos es común que las tiendas virtuales otorguen facilidades de pago

PIEDRAS

Las joyas con piedras preciosas serán un must también en esta temporada, ya sean en forma de cuarzos o de algún otro material como la amatista. Hay algunas opciones donde estas lucen mucho más finas y elegantes; pero si te gusta más lo chunky te recomendamos que optes por piedras grandes y gruesas. Esto ayudará a realzar tu look.

COLORES, FORMAS Y TEXTURAS

Son la ley del equilibrio. Las interpretaciones son muy variadas, y se trata de formas que se han vuelto protagonistas en las últimas pasarelas que vislumbran las tendencias que dominarán la temporada.

ANILLOS XL

Lo cierto es que volveremos a nuestra vida en la calle, y con ella, los anillos retoman protagonismo, más allá de que también puedan aparecer en pantalla y su principal característica es que son muy, muy grandes.

Hay muchas formas y diseños increíbles que acompañan a los looks y los vuelven más atractivos.

“Los meses más fríos son aquellos en los que podemos atrevernos a combinar tendencias de estilo perfectas para el otoño. Y esto también lo aplicamos al universo de los accesorios y la joyería, que últimamente se ha visto inspirada en el zoom boom, basado en prendas y colores básicos, en donde las joyas y los accesorios han cobrado un protagonismo importante”, contó la diseñadora.



Apuesta por los tonos neutrales para combinar mejor.



Siempre habrá un estilo que te guste y defina.

UN MIX

PIEDRAS, FLECOS, colores y detalles extra grandes, son solo algunos de los elementos que veremos.

TU CONTRIBUCIÓN SE REFLEJA EN UN MEJOR SERVICIO

*¡Gracias
por tu pago!*





Intenta con texturas básicas y colores neutros, esto te ayudará a mantener un equilibrio al vestir.

En el clóset, lo mínimo

MARIANA GARCÍA

Una de las ventajas de tener un armario versátil es la cantidad de *outfits* que puedes crear con poca ropa; la originalidad se pone a prueba

Tener un guardarropa variado se ha convertido en una de las prácticas más comunes de las *fashion lovers*. Aunque todavía hay personas que apuestan por tener un gran armario, otras minimizan su consumo siendo más conscientes con sus compras.

La finalidad de tener un clóset con poca ropa es que encuentres en él opciones que puedas utilizar en cualquier momento, ya sea temporada u ocasión.

INVIERTE EN BÁSICOS

Esta es una de las principales cosas que debes hacer si quieres tener un armario con el que puedas crear diferentes looks.

Los básicos nunca fallan, es decir, aquellas piezas que son atemporales como una buena camisa blanca, tops en colores neutros, una chaqueta de cuero, unos tenis blancos o unos buenos jeans vaqueros.



No olvides añadir un pop de color.



TIP ONLINE

CON LA pandemia algunas tiendas implementaron probadores virtuales; investiga si la que quieres visitar cuenta con ese servicio.



Una pieza clave puede hacer la diferencia en tu outfit.

Compra diseños que te sirvan para la posteridad y sobre todo que tengan buena calidad.

EVITA LAS TENDENCIAS

Por más que nos gusten o nos llamen las prendas de últimas temporadas, una de las desventajas de adquirirlas es que estas pasarán a segundo plano en cuanto las nuevas lleguen a las tiendas.

No estamos diciendo que dejes de comprarlas; sin embargo, es importante observar y analizar realmente qué es lo que te servirá para el uso diario.

COLORES NEUTROS

¡Son un *must* en el clóset y sacan de cualquier apuro! Aunque no lo creas, los colores sí hacen la diferencia

10

PRENDAS básicas son los que se recomienda tener en tu clóset; lograrás looks para cualquier temporada

DE LO BUENO, POCO

Una de las ventajas de tener a la mano prendas básicas es el uso que se le pueden dar a estas. Una de las recomendaciones es crear tantos looks con esas piezas como sea posible. Aunque no lo creas pueden salir buenas ideas aunque tengas poca ropa.

MODELO ESTRELLA

Otra de las sugerencias es que incluyas piezas clave para elevar tus *outfits*. Puede ser un abrigo, algún bolso vintage e incluso una chaqueta que marque la diferencia a la hora de combinarlas.

Esto le dará más vida a tu apariencia y te hará lucir arreglada sin necesidad de haber invertido tanto tiempo.

en la forma en como los combinamos. Por eso se recomienda tener tonalidades que nos ayuden a crear looks más fáciles e incluso monocromáticos.

Puede ser que tengas estos en algunas piezas *statement* dentro de tu guardarropa, ya sea en tops, chaquetas, zapatos y hasta en vaqueros.



X X I X AYUNTAMIENTO DE SAN LUIS RÍO COLORADO



Pavimento del tramo de la Av. Jalisco a la Av. Oaxaca sobre la calle 42.

La ampliación de la red de agua potable de la colonia Aeropuerto lleva un avance de más del 40%



3 obras de rehabilitación de pavimento en: Av. Quintana Roo de la 7 a la 12 / Av. Tamaulipas de la 7 a la 12 / Av. 5 de Mayo de la 17 a la 22



Rehabilitación de la Av. Tamaulipas de la calle 7 a la calle 12.



2 obras de rehabilitación de pavimento una de ellas será en el tramo de la Av. Quintana Roo de la calle 7 a la calle 12.

Gadgets hasta en el baño

Conoce algunos artículos que puedes implementar y que gracias a su innovación harán de tu estancia un momento más relajante y divertido

ARIANNA BUSTOS

La tecnología facilita la vida del ser humano de distintas maneras; cada día hay más propuestas innovadoras que buscan "automatizar" a los objetos, no importa el uso, pueden llegar hasta espacios antes nunca considerados por el hombre: el baño.

Para ejemplo, te compartimos algunos artículos que hacen de la estancia en esta parte de la casa, un momento más agradable, incluso terapéutico; una interconexión digital cada vez más cotidiana.

CEPILLO CON ASISTENTE

Hay distintas marcas que tienen en su catálogo cepillos de dientes que se pueden vincular con asistentes virtuales. Lo que sucede cuando los utilizas, además de entablar una conversación —por ejemplo, con Alexa— es que te indica si te estás lavando correctamente y de paso, le da seguimiento de tu progreso de salud bucal. Puedes sincronizarlos con aplicaciones y llevar un registro de este buen hábito todos los días. Se caracterizan por ser resistentes al agua, sonido con buena calidad y cabezal del cepillo de 360 grados.

PARA CANTAR

La ducha será el mejor escenario si decides comprar un cabezal de regadera con altavoz incorporado o bocinas impermeables con tecnología inalámbrica. Además, si quieres complementar tu concierto, hay iluminación adecuada para la ocasión. En el mercado existen bombillas LED que también cuentan con bocinas. Aunque muchas de ellas no se pueden vincular con tu celular, si tienen



Fotos: Creative Commons

Asegúrate de que es resistente al agua, antes de colocarlo cerca del lavabo.



Checa qué batería necesitan tus artículos; no te quedes sin pila.

TIP ONLINE

EN LA mayoría de estos complementos encontrarás tutoriales en internet para aprender a usarlos.



Elige colores que empenen con el estilo de tu baño.

sistemas automatizados, incluso cambian de color junto con la temperatura del agua. Inténtalo y diviértete.

PESO INTELIGENTE

Olvídate de las básculas convencionales que debes calibrar constantemente. Hoy día, hay gadgets hasta para controlar tu peso o por lo menos para no perder de vista cómo te mantienes saludable o con las medidas ideales.

Se trata de las básculas inteligentes que se pueden conectar a tu smartphone y ver a través de este dispositivo la información que necesitas. Tendrás a la mano datos como índice de masa corporal, peso, frecuencia cardíaca y más.

Muchos modelos tienen opciones para crear perfiles para diferentes usuarios y se sincronizan fácilmente también con tu reloj inteligente.

EN AUTOMÁTICO

Uno de los gadgets para agilizar tu estancia en el baño y que más te pueden gustar son los dispensadores automáticos. En tu lavabo no puede faltar uno para el jabón de manos; hay muchos diseños, encuentra el que empate mejor con tu estilo.

Asimismo, puedes encontrar dispensadores automáticos para pasta dental o en esta época pandémica, para colocar gel antibacterial. Con este gadget puedes dosificar las porciones, haciendo que tus productos duren más tiempo.

Finalmente el analista Real Estate, Leonardo González, de propiedades.com, explica:

TOMA EN CUENTA

Estas amenidades, de una vivienda, permiten:

- Eficientar el uso** de las habitaciones, como el baño.
- Centralizar las operaciones** de cada espacio.
- Generar ahorros.**



Golf para ti,
golf para todos.

BUEN FIN:)
ZIBATÁ GOLF

VEN Y CONOCE

LAS INCREÍBLES PROMOCIONES
EN NUESTROS PLANES ANUALES

PROMOCIÓN VÁLIDA DEL
10 AL 20 DE NOVIEMBRE*

*No aplica con otras promociones



El mejor campo de golf de Latinoamérica

The International Property Awards 2014
18 hoyos/par 72

BÚSCANOS EN:

Fraccionamiento Zibatá
Av. Universidades S/N, Qro. CP. 76269

+INFO

442 592 6521



zibatagolf.com



Este **Buen Fin**
te damos
más



TRIPLE DE **Y MÁS CANALES**
MEGAS X **4** MESES

¡Cámbiate ya!

800 330 1111 totalplay.com.mx

Totalplay Telecomunicaciones S.A. de C.V. Todos los derechos reservados.

Consulta términos y condiciones en totalplay.com.mx/promociones.



Tu hogar en automático

TANIA LICÓN

Cuántos de nosotros no hemos observado en la mayoría de las películas actuales que las cosas dentro de las casas funcionan de manera automática. Y aunque es posible que creas que esta tecnología es muy cara, no lo es tanto; hoy día podemos hacer uso de innovaciones sin tener que gastar tanto dinero.

Con un solo botón desde tu smartphone crearás rutinas con los asistentes ya conocidos de Google y Alexa, para encender y apagar o controlar la intensidad y tonalidad de la iluminación.



Es indispensable pensar estratégicamente los sistemas que vamos a utilizar.

¿Quieres intentarlo? para llevar a cabo todo esto te platicamos algunas de las cosas que debes considerar para comenzar con tu espacio inteligente.

Buena conexión a internet. Para la mayoría de las actividades este es fundamental,

pues conectará todo el sistema que te permite controlar los dispositivos.

El sistema virtual. Debes tomar en cuenta a todos los miembros de la familia pues comúnmente operan a través de comandos de voz. Complementa estas



Existe una gran variedad de funciones que puedes conectar al móvil.

acciones con las bocinas inteligentes como *Amazon Echo* y *Google Home*.

En el tema de la iluminación. Busca focos inteligentes que sean de tu agrado, existen diversas marcas compatibles con los sistemas virtuales a un precio económico y de buena calidad.



Royal Caribbean
INTERNATIONAL



AHORRA HASTA
\$11,515 MXN*
+ 30% DE DESCUENTO



RESERVA TUS PRÓXIMAS VACACIONES
55-5062-9200 (CDMX) / 001855-877-3492 (INT)
WWW.ROYALCARIBBEANCRUCEROS.MX

BEST CRUISE LINE 18 YEARS RUNNING
OVERALL AND IN THE CARIBBEAN
Travel Weekly Readers' Choice Awards

6 Y 12 MESES SIN INTERESES

Esta promoción está sujeta a términos y condiciones. Visita RoyalCaribbeanCruceiros.mx para obtener detalles completos. Pueden aplicar restricciones de viaje. Las experiencias varían según el barco. Barcos registrados en las Bahamas. © 2021 Royal Caribbean International



Aprovecha al máximo los destellos naturales en el día.



Los domos o ventanas son una excelente fuente de luz.

MARIANA GARCÍA

Sácale provecho a los rincones del hogar con la ayuda de algunos trucos de diseño de interiores que aquí te contamos

Cuando hablamos de diseño de interiores, la iluminación es uno de los factores más importantes a tomar en cuenta. Hay que considerar tanto el acceso de luz natural como la artificial. Este factor nos puede ayudar a tener un espacio mucho menos frío, crear ilusiones visuales para agrandar una habitación y actuar a nivel estético o sensorial.

El equipo de expertos de Flat.mx, la proptech mexicana y la diseñadora de interiores Daniella Valenzuela nos comparten algunos tips para mejorar estas áreas.

DISTRIBUYE Y VENCERÁS

La distribución es un elemento clave para que tu sistema de iluminación sea funcional. Para lograrlo, te recomendamos hacer una lista de los espacios que necesitan luz artificial y armar un croquis para definir si hay espacios que pueden compartir la misma fuente. De igual manera, enlista los espacios a los que les entra más luz natural durante el día y considera estos para espacios de trabajo.

Ilumina tu espacio



EL EQUILIBRIO, la distribución y los espejos ayudarán a que tu casa tenga una mejor calidad de luz natural o artificial.

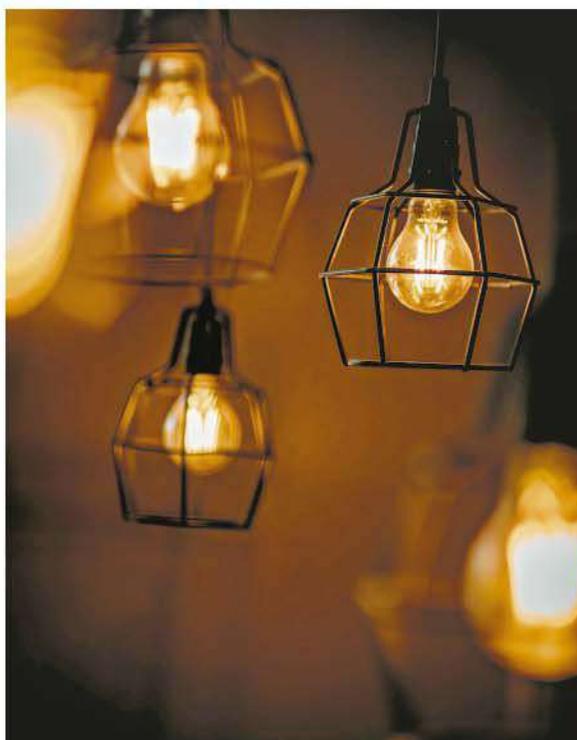
Es recomendable que elijas colores neutrales a la hora de pintar.

TONOS CLAROS

Pintar las paredes de tonos nítidos y con acabados brillantes ayuda a sacarle partido a la luz natural. Si eliges de este tipo para la estancia, la luz se expandirá. Opta por muebles para la cocina y recámaras en tonalidades más limpias.

ADORNA CON ESPEJOS

Estos ayudan para aprovechar la luz natural, ya que la reflejan y hacen que se expanda. Agranda visualmente el espacio de cualquier zona, dobla la percepción espacial de tu entrada y puede ayudar a iluminar y destacar áreas esenciales de tu casa. Hay muchos espejos que crean visiones ópticas mucho más grandes.



Haz una lista de aquellos lugares que crees necesitan lámparas.

ABRE TU LUGAR

En los últimos años se ha puesto de moda en el diseño de interiores el abrir los espacios, esto quiere decir que se pueden retirar paredes que impiden que la luz penetre en la vivienda.

Cada vez es más común que las cocinas estén abiertas y se tenga acceso a ellas a través de la estancia; es una gran opción para los lugares pequeños, ya que dan una sensación de mayor amplitud y confort, además de que permite que entre más luz.

“Recuerda que antes de tirar una pared debes consultar con expertos si esta acción es adecuada para la estructura del lugar, a fin de que sepas qué cambios puedes realizar

sin comprometer la seguridad”, recomienda Daniella Valenzuela.

EFFECTO POSITIVO

Está científicamente comprobado que la luz natural tiene un sinfín de efectos positivos sobre los humanos y algunos animales; es esencial para regular funciones celulares y se relaciona con muchos procesos que lleva a cabo el cuerpo humano. La falta de luz natural en un espacio por mucho tiempo puede generar y agudizar algunos trastornos como estrés, falta de energía, mareos, insomnio, depresión y cefaleas, entre otros. Experimenta con los espacios en donde entra más luz en casa, no te arrepentirás.

TIP ONLINE

BUSCA FUNCIONES

inteligentes para controlar el encendido y apagado, cambiar la intensidad y el color de manera remota.



Universidad Autónoma
del Estado de México

¡Somos una de las 3 mejores universidades públicas estatales de México!



El Ranking Mundial de Universidades 2022 de Times Higher Education (THE) nos ubicó como la segunda mejor universidad pública estatal del país.



El Ranking de Universidades de América Latina QS 2022 nos posicionó como la tercera mejor universidad pública estatal a nivel nacional.

Avanzamos en:

La puntuación en el área de docencia y en la cantidad de estudiantes que cursan posgrados de calidad.

La productividad de la investigación, compromiso docente, impacto online e internacionalización.

Renueva los básicos de tu hogar

10

AÑOS ES la vida promedio de un colchón.



CAMA

Sí o sí debe ser tu primera adquisición, ya que no hay nada más placentero que tumbarse en ella tras un día agotador. Es importante que no escatimes en la compra, porque **el dormir sobre un buen colchón es indispensable** para tener un descanso placentero y reparador que contribuyan a una buena salud.



TELEVISIÓN

Una pieza clave para romper la rutina; puede ser bueno que tengas una en casa para pasar el tiempo. Actualmente existen una gran variedad de televisores de alta definición (HD), 4K Ultra HD e incluso hay 8K en las tiendas; **toma en cuenta el espacio en tu casa** y lo más importante, tu presupuesto.

TANIA LICÓN

Si aprovecharás el Buen Fin para renovar muebles y electrodomésticos o comprarás por primera vez, considera estos consejos para elegir los más adecuados

Muchos de los muebles o aparatos que tenemos en casa, con el paso del tiempo, llegan al final de su vida útil; para que la mayoría se mantenga en óptimas condiciones es

necesario darles un mantenimiento adecuado, algunas se llegan a reparar o si no tienen solución es mejor reemplazarlas por una nueva.

Además dependiendo del año de compra influye mucho la tecnología con la que cuenta, pues las marcas constantemente van cambiando y ofreciendo cosas mucho mejores en sus nuevos productos.

En este espacio te presentamos algunos que por lo menos tendrás que cambiar una vez en tu vida.

Recuerda que antes de realizar cualquier compra debes asegurarte que es lo que estás buscando y requieren para cubrir tus necesidades básicas, sin dejar de lado el espacio y presupuesto.



TIP ONLINE

PUEDES COMPRAR

cualquier electrodoméstico de tu agrado sin salir de casa.

Fotos: Creative Commons



REFRIGERADOR

Es uno de los electrodomésticos más importantes, en él podemos almacenar y conservar multitud de alimentos durante un largo periodo de tiempo. **Es un elemento que te acompañará por varios años**, por eso, para escoger el adecuado debes considerar el espacio que tienes disponible en tu cocina.



MICROONDAS

Suele ser muy útil y práctico, es ideal para calentar cualquier comida. **Su gran ventaja es que no ocupa mucho espacio** y aprender a utilizarlo es sencillo. La capacidad de un microondas se mide en litros y los hay desde 17 hasta 40 litros. Para saber cuál elegir deberás pensar en el tipo de plato o recipiente que introduces habitualmente.



LAVADORA

Los beneficios que obtenemos de **limpiar nuestras prendas de forma automatizada lleva consigo un gran ahorro de tiempo**. Para saber cual necesitas toma en cuenta el número de personas que viven contigo y así elegir la capacidad de carga. Además, fíjate que tenga los programas de lavado que realmente vas a necesitar y usar.

Ven y diviértete en Tamaulipas



12 al **21** de **nov**

*Ciudad Victoria,
Tamaulipas.*

 FeriaTam





Desarma los muebles que te lo permitan y guarda los tornillos; lleva un registro de lo que metes en las cajas y las bolsas para desempacarlos fácilmente.

Algo que sí o sí viviremos por lo menos una vez en la vida es la tan desgastante y fastidiosa mudanza; el cambiar de domicilio puede tomar varios días incluso semanas dependiendo de todo lo que tengas que llevar. Para muchos es un trabajo pesado, pero necesario para poder comenzar una nueva vida en otro lugar.

Es normal sentirse estresado al toparse con la enorme cantidad de cosas que tienes que llevar y no saber por dónde empezar. Respira profundo y comienza a organizarte para saber cómo acomodar todas tus pertenencias para poder trasladarlas.

Si ya tienes decidido dónde será tu nuevo hogar, antes de realizar todo el cambio asegúrate que esté en perfectas condiciones, si quieres pintar o cambiar el piso, hazlo antes de instalarte. Ahorrarás en tiempo e incomodidades.

Es por eso que este artículo te ayudaremos a que este proceso sea más sencillo y rápido con estos consejos:

TOMA TU TIEMPO

En la medida de lo posible intenta que no sea algo de última hora, organízate para que todo esté bien controlado. Si estudias o trabajas aprovecha tus tiempos libres para ir acomodando.



TIP ONLINE

HAY PLATAFORMAS como mudango.com donde puedes a partar tu mudanza y cotizarla vía online.

Mudanzas que se disfrutan

TANIA LICÓN

Cambiarse de residencia puede ser una de las actividades más cansadas, por todo lo que implica



Emplea cinta aislante para sellar y evitar que los artículos se caigan.

LIMPIA ANTES

Revisa bien las cosas y si encuentras algo que ya no utilizas o que no vas a querer, no es necesario que las llesves contigo.

MATERIAL A LA MANO

Una de las grandes ideas durante una mudanza es guardar todos los artículos blandos en bolsas de basura, de esta manera, se ahorra espacio y, a su vez, se protegen otros artículos y muebles. Recuerda que para llevar un mayor control, coloca una etiqueta para poder identificarlas.

CAJONES

No es necesario que saques todo, deja la ropa u objetos que no son tan pesados dentro y límitate a proteger los muebles.

PRIMERO LO PESADO

Comienza por subir lo más grande como electrodomésticos, sillones y comedor. Son los que toman más tiempo en acomodar.

CONTRATACIÓN SEGURA

Si piensas en alquilar un servicio verifica su experiencia, de esto dependerá el cuidado de tus pertenencias.

Al llegar a tu nuevo destino no intentes desempacar todo en un solo día, comienza desde la habitación que más se utilice.



KIT ESPECIAL

PARA EMPAQUETAR más fácil, ten a la mano cajas, bolsas, cinta, tijeras, plumones y etiquetas.

 **CREDICOR**® | *Patrimonial*

ABRE O INCREMENTA TU INVERSIÓN*


¡y llévate una
Alexa Echo Dot!



Contacta ahora a
tu Ejecutivo de Cuenta

 **800 523 2367**

ES TIEMPO DE AHORRAR...

Vigencia del 15 de julio al 31 de diciembre 2021 o hasta agotar existencias.
*Aplican restricciones.
Art. 2 de la Ley de Uniones de Crédito.

     
credicor.com.mx



EL RUIDO
al interior de una casa entre las 6:00 y las 20:00 horas no deberá sobrepasar los 63 decibeles

Antes de considerarlo, define cuánto dinero destinas para ello.

¡A cantar!

MARIANA GARCÍA

Alista el micrófono y sigue estas recomendaciones para armar un karaoke en la comodidad de tu domicilio. ¡Esto es lo que necesitas, a disfrutar!

Una de las ventajas que nos trajo la pandemia fue aprender a pasarla bien a través de diferentes actividades en casa.

Si eres de los que pasaba horas con los amigos en los karaokes y con el cierre de lugares ya no pudiste visitarlos, acá te decimos cómo crear el tuyo en la comodidad del hogar.

Existen equipos que incluyen todos los elementos; sin embargo, siempre será mucho mejor armar el tuyo de acuerdo a lo que más te guste y a tus necesidades.

Una de las recomendaciones principales antes de adquirir los equipos es contemplar el espacio así como tu presupuesto.

AMPLIFICADORES

Si quieres armar tu propio karaoke como todo un experto, lo primero que necesitas comprar es un buen amplificador; aquí es dónde se generará toda la magia.

Este aparato se encarga de recibir toda la información de los micrófonos, haciendo que se reproduzca el sonido a través de los altavoces. Además, genera la imagen que saldrá a la televisión.

MICRÓFONOS

Sin estos la magia del karaoke no puede suceder. Existen dos diferentes tipos: los alámbricos e inalámbricos. Una de las particularidades de estos últimos es que no tendrás que lidiar con todos los cables.

También existen micrófonos alámbricos de muy buena calidad y suelen ser más baratos; sin embargo, uno de los inconvenientes es que tendrás poca movilidad a la hora de ser un rockstar.



La sugerencia es que empieces poco a poco. Aprovecha las rebajas.

ALTAVOCES

Existen muchos modelos, formas y marcas, pero es recomendable que a la hora de elegir el tuyo priorices el lugar dónde vas a colocarlo y también tu inversión.

Afortunadamente existen muchos amplificadores que cuentan con altavoces por lo que puedes prescindir de este artefacto en caso de no necesitarlo.

MONITOR O TV

Una buena noticia de este aparato es que no necesitas comprarlo ya que seguramente tienes una televisión o monitor en casa que sirve perfecto para proyectar las canciones.

Muchos de ellos ya incluyen las entradas para conectar todo lo que necesitas.

LOS DVD

Aunque ya no es necesario adquirirlos, mucha gente sigue con la tradición *old school*. Una de las ventajas de tenerlos en físico y listos para escuchar es la cantidad de canciones que incluyen y el género musical.

Una de las desventajas es que probablemente no encuentres las canciones más nuevas, por lo que te recomendamos utilizar plataformas como YouTube o Vimeo para buscar tus favoritas.



Se recomienda tener un espacio dedicado a tus aparatos electrónicos, así evitarás accidentes.

TIP ONLINE

PLATAFORMAS COMO

Spotify o iTunes son ideales para esta actividad casera, las melodías vienen con letra y puedes seguir las si las reproduces desde ahí.



Calidad en Educación a tu Alcance

Instituto de Ciencias y Estudios Superiores de Tamaulipas, A. C.



CONSULTA NUESTROS PROGRAMAS ACADÉMICOS

TRASCIENDE COMO UN **PROFESIONISTA EXITOSO**

INSCRIPCIONES ABIERTAS



• En línea • Presencial

EN MODALIDADES NO ESCOLARIZADA, ESCOLARIZADA Y MIXTA, DE ACUERDO AL ESTUDIO DE QUE SE TRATE Y EL CORRESPONDIENTE RVOE.

HORARIOS FLEXIBLES
COLEGIATURAS ACCESIBLES

***DICAPTA**
(833) 800-6200
Ext 187, 188, 218 y 219
promocion.dicapta@icest.edu.mx

****ICEST EN LÍNEA**
(833) 230-0068
promocion.desad@icest.edu.mx

Contact Center WhatsApp:
☎ (55) 7938-5821

PROGRAMAS ACADÉMICOS

BACHILLERATO ÚNICO**

NIVELACIONES A LICENCIATURAS

- Enfermería para quienes han concluido los estudios de Enfermería General*
- Trabajo Social para quienes hayan concluido los estudios de Técnico en Trabajo Social*

LICENCIATURAS

- Nutrición**
- Psicología**
- Enfermería y Obstetricia*
- Radiología e Imagenología*
- Fisioterapia y Rehabilitación*
- Trabajo Social*
- Negocios Internacionales**
- Turismo**
- Contaduría Pública y Finanzas**
- Administración de Empresas**
- Criminología**
- Idiomas**
- Gastronomía**
- Derecho**

INGENIERÍAS

- Sistemas Computacionales**

ESPECIALIDADES

- Administración de los Servicios de Enfermería*
- Psicología Clínica*
- Salud Pública*
- Enfermería en Cuidados Intensivos*
- Enfermería Quirúrgica*
- Enfermería Geriátrica*
- Enfermería Pediátrica*
- Enfermería Materno - Infantil*
- Enfermería Oncológica*
- Trabajo Social en el Sector Salud**
- Derechos Humanos**

MAESTRÍAS

- Salud Pública**
- Administración de Hospitales**
- Enfermería**
- Enfermería Pediátrica**
- Geriatria**
- Psicología y Análisis Organizacional**
- Administración**
- Seguridad Pública**
- Ingeniería Ambiental**
- Ingeniería Área de Transporte**
- Educación con Énfasis en Metodología de la Enseñanza Superior**
- Educación con Énfasis en Organización y Administración de la Educación Superior**

DOCTORADOS

- Doctorado en Educación**
- Doctorado en Administración**

• Contamos con más de 85 Licenciaturas e Ingenierías •

CONTÁCTANOS Y CONOCE NUESTRA COMPLETA Y AMPLIA GAMA DE ESTUDIOS



Consulta los ESTUDIOS y RVOES en www.icest.edu.mx



Un jardín que permanece

TIP ONLINE

SITE gusta rodearte de elementos naturales, infórmate en sitios como www.gob.mx/conabio

NANCY ÁLVAREZ / El Sol de Hermosillo

Las suculentas almacenan agua en sus hojas, tallos y raíces, por lo que requieren de menos riego que otras plantas. Te contamos más de su especie

Las suculentas son una de las especies más elegidas para decorar los espacios del hogar y oficinas debido a su variedad en forma, colores y texturas, además por la facilidad en su mantenimiento y su fuente de energía.

Tener plantas ofrece muchos beneficios al ser humano, te motiva para adoptar un estilo de vida más sano y natural, ya que purifican el aire, reducen la electricidad estática y mejoran el estado de ánimo.

Las suculentas almacenan agua en sus hojas, tallos y raíces, por lo que requieren de menos riego que otras plantas; pueden sobrevivir en entornos áridos y secos. Te enlistamos algunas variedades que son fáciles de cuidar:

HAWORTHIA FASCIATA

Puede vivir en el interior porque necesita de lugares más frescos y secos, así como de mucha luz para desarrollarse.

KALANCHOE TOMENTOSA

Ideal para los principiantes, ya que no demanda mucha agua. Puede estar tanto en el interior como en el exterior de un lugar.

PORTULACARIA AFRA VARIEGATA

Le gusta crecer a pleno sol y puede soportar cortos períodos de sequía. Es importante ver que si pierde hojas para aumentar el riego, pero evita el exceso.

ALOE VERA

Es muy resistente y no necesita muchos cuidados; puede pasar entre dos y tres semanas sin ningún tipo de riego.

CRASSULA OVATA

Mejor conocida como "siempre viva" por su sorprendente resistencia, puede tolerar el exceso de riego y sequía, también se adapta cuando recibe poca luz; pero si deseas ver sus brotes florales es necesario ponerla al sol.

AEONIUM GOMERENSE

Una de las más duraderas, ya que soporta más de un mes sin riego y si acaso comienza a marchitarse, se recupera de inmediato.

SEDUM MORGANIANUM

Es mejor conocida como "burrito" o "cola de burro", es una suculenta muy fácil de mantener que puede tolerar cierto exceso de riego y también de abandono.



Se multiplican por la reproducción sexual mediante semillas y la propagación vegetativa por esquejes.

Su nombre proviene del latín *succus* que significa jugo o jugoso.

SPEI
Mediante STP

Bienestar
Préstamos y Ahorro



El depósito de tu préstamo directamente en tu cuenta bancaria

"Uso de logotipo oficial de SPEI actualmente en Gestión"



/Cajabienestar

800-122-1122

CIUDAD MADERAS

TERRENOS PREMIUM

VIVE O INVIERTE EN LAS CIUDADES DE MAYOR CRECIMIENTO DEL PAÍS:

- QUERÉTARO • SAN MIGUEL DE ALLENDE • LEÓN •
- SAN LUIS POTOSÍ • MÉRIDA •



Información e imágenes representativas sujetas a cambios sin previo aviso. Mobiliario sugerido. Aplican restricciones.

APROVECHA EL MEJOR DESCUENTO DEL AÑO

CRÉDITO
DIRECTO

DESDE

\$1,428 ^{**}AL
MES

**APLICAN RESTRICCIONES.

ciudadmaderas.com

TANIA LICÓN

Continuar con el desarrollo a través de la tecnología es lo más común hoy día, recordemos que la pandemia nos obligó a trabajar o estudiar desde casa y tuvimos que recurrir a dispositivos móviles para poder realizar nuestras actividades. Para algunos fue todo un reto, pero otros tantos ya lo tenían dominado.

Ya que han crecido con ella los más pequeños, tienen una capacidad sorprendente de aprender a manejar los gadgets sin problemas; lo hacen de forma casi automática, pues han crecido con ella. Actualmente existen diversos aparatos que pueden ayudar a los niños a desarrollar sus habilidades, conocimientos y además pasar algunas horas de diversión. Aunque siempre debe hacerse con moderación.

A continuación te presentamos una serie de artículos que podrían cautivar a los pequeños del hogar

AUDÍFONOS

Aliados para tomar sus clases y disfrutar de su música favorita. Hay modelos exclusivos para niños, estos se caracterizan por ser cómodos e integrar un circuito interno atenuador de volumen y así evitar que el máximo de potencia de audio afecte sus oídos.

MINI PROYECTOR

Les hará pasar horas de entretenimiento con toda la familia y amigos. Su tamaño es ultra compacto para transportarlo y disfrutar de diversión multimedia.

CÁMARA

Es útil para grabar y guardar el día a día. Algunas cuentan con sello hermético para sumergirlas en el agua y accesorios para fijarlas en cualquier superficie y así captar los mejores momentos.

BOCINAS A SU TAMAÑO

Existen diferentes diseños de animalitos o sus personajes favoritos; cuentan con calidad y potencia de audio en un tamaño compacto. Además, lucirán genial en el cuarto, escritorio o cualquier lugar que desees decorar. Con un toque único.

KITS EDUCATIVOS

Su principal función es desarrollar habilidades manuales y aprender sobre elementos necesarios en la vida como mecánica, electrónica, robótica y conceptos básicos de programación.

TABLET, LAPTOP O SMARTPHONE

Aunque ya son gadgets tradicionales, asegúrate de que la opción que escojas sea la adecuada con las necesidades de tu pequeño. En el mercado existen diversas marcas y especificaciones para que puedas adquirir la que mejor cumpla con lo que buscas.

Los niños se encuentran en constante aprendizaje y apoyarlos es una de las mejores herramientas para contribuir a su desarrollo. Recuerda siempre buscar cosas y actividades de acuerdo a su edad, los padres tienen la responsabilidad de asegurarse que los menores tengan una experiencia creativa y enriquecedora.



2 a 3
HORAS, la máxima
exposición a
pantallas.

Cada año aparecen nuevos gadgets y artículos pensados para el público más joven.

Los niños crecen en un mundo digital

La tecnología es una de las principales herramientas para el aprendizaje y para los pequeños puede llegar a ser entretenido; procura que lo usen de forma correcta y de ser necesario bajo supervisión



Se sugiere establecer límites en el uso de estos productos.



TIP ONLINE

SI YA vas a optar por darles aparatos electrónicos, complementa su tiempo en ellos con aplicaciones educativas o que sumen a su desarrollo.



Tener un espacio adecuado para aprender sin distracciones.



OPCIONES

ES IMPORTANTE hacer el esfuerzo de encontrar pasatiempos o deportes, más allá de las distracciones digitales.



A LA COMPRA

LA MAYORÍA de las tiendas tienen ventas en línea, revisa su catálogo para elegir lo que más te gusta.

zibatá[®]



BUEN FIN
:)
TERRENOS

VEN Y CONOCE
LAS INCREÍBLES PROMOCIONES
EN LA COMPRA DE TU TERRENO
RESIDENCIAL

*No aplica con otras promociones

zibatá
Lo imposible, posible.

**LOTES
RESIDENCIALES
DESDE \$5,250m²**

*Aplica restricciones. Precios sujetos a cambio sin previo aviso. Consulta con tu asesor de venta

Información:

 **442 4671758**

zibata.com





Los modelos pequeños son recomendables durante los primeros días; algunos están diseñados para evitar que los niños traguen aire.

Un universo de biberones

TANIA LICÓN

El objetivo es alimentar a tu bebé de la mejor manera, escoge el adecuado; checa a detalle qué tomar en cuenta antes de comprar

Cuando eres padre primerizo te puede sorprender la cantidad de artículos que existen para un bebé; es probable que la mayor parte del tiempo te preguntes si los necesitaras o solo quedarán de adorno en la recámara de tu pequeño.

Es importante que ante la llegada de un nuevo miembro de la familia, te prepares el tiempo suficiente para comprar lo verdaderamente esencial, habrá algunas cosas que deban esperar hasta que llegue el bebé y conforme se vaya desarrollando.

Una de ellas, los pañales y la ropa imprescindibles, también están los biberones; hay que tener un par cerca desde los primeros días.

Para un recién nacido, por lo menos hasta los seis meses, la lactancia materna es el único alimento, excepto si necesita algún tipo de suplemento vitamínico. Algunas mujeres por cuestiones de salud y a veces trabajo les resulta imposible amamantar y recurren a la ayuda de los biberones.

TIP ONLINE

RECURRIR A reseñas virtuales o leer los comentarios de los usuarios de producto podría ayudarte a tomar una decisión.

Actualmente en el mercado existen cientos de marcas y modelos diferentes, indicados para distintas situaciones y edades, por lo que escoger el adecuado no es una tarea sencilla.

Eso sí, el que decidas debe cumplir con ser práctico y cómodo en su uso diario, tanto para los padres como para los bebés, también fácil de lavar y muy funcional.

En este artículo te explicaremos las características de algunos biberones para que tengas idea de lo que puede necesitar tu bebé.



Fotos: Creative Commons

Deben limpiarse después de cada uso para eliminar el exceso de leche y bacterias.

¿DE QUÉ ESTÁN HECHOS?

Los materiales utilizados para fabricar los biberones pueden ser de vidrio, plástico, látex o acero inoxidable:

Plástico: Son ligeros y si se llegan a caer no se rompen. Antes de comprar asegúrate de que sean nuevos, además considera que vas a tener que cambiarlos periódicamente por el desgaste que presentan.

Vidrio: Son los más duraderos, pero pesados y fácilmente se pueden llegar a romper. Algunos cuentan con fundas para protegerlos de cualquier ruptura.

Silicona: Son flexibles y livianos, si se caen, no se romperán, sino que probablemente rebotarán; esto los hace más seguros.

Acero inoxidable: Ligeros y muy duraderos. Sin embargo, son los más costosos y a diferencia de otros, no puedes ver cuánto líquido hay en ellos desde el exterior.

¿QUÉ TETINAS EXISTEN?

Según el material del que están hechas, pueden ser de látex o de silicona:

Látex: Se trata de goma natural y se extrae de la corteza de algunos árboles. Las tetinas que se fabrican con caucho, son resistentes, blandas, muy elásticas, transparentes y de color entre el ámbar y amarillo.

Silicona: Es un material bastante blando y elástico. No absorbe ni el agua ni los olores ni los sabores, y su forma se mantiene inalterable.

Estas son solo algunas de las características, pero también debes ver el tamaño del biberón que se mide por onzas; además, la forma de la tetina depende de la necesidad de succión del infante, entre otras cosas.

No olvides siempre consultar con tu pediatra antes de realizar cualquier compra pues de ello depende la correcta alimentación de tu hijo.

Comex



PINTURA GRATIS



Esta Navidad protege a tu familia con Regalón Navideño

Cubeta regala galón
Galón regala litro

comex.com.mx
f t p i y

Promoción válida en tiendas Comex participantes* del 25 de octubre al 28 de diciembre de 2021. Compra una cubeta y llévate gratis un galón del mismo producto. Compra un galón y llévate gratis un litro del mismo producto. participa Vinimex® Total Antibacterial y Antibacteriel. Vinimex® Antibacterial. Aplica en blanco y colores. Promoción válida por cada ticket de compra. No aplica con otras promociones, ni en productos de especialidad. Consulta otros descuentos y capacidades en promoción, así como cualquier cambio de la Promoción en tu tienda Comex participante. Productos sujetos a disponibilidad en Tienda. Promoción válida en cualquier forma de pago que la tienda acepte.
*Consulta Tiendas Comex participantes en www.comex.com.mx



3 y 6 meses sin intereses



Entrega a domicilio



Compra en línea



Escoge el que más te guste dependiendo de sus funciones y el uso que le darás.



Aprovecha las rebajas que hay en las tiendas departamentales.

Música de antaño llega al presente

Aunque el *streaming* ha tomado fuerza a lo largo de los años, muchos melómanos comparten la idea de seguir escuchando melodías a la vieja escuela con los tradicionales vinilos y tornamesas. Descubre cómo adquirir las mejores piezas

MARIANA GARCÍA

El auge de los acetatos ha incrementado durante los últimos años. De acuerdo con la Asociación de la Industria de la Grabación de América durante la primera mitad del 2020 los melómanos desembolsaron alrededor de 232.1 millones de dólares en la compra de estos discos.

Aunque el *streaming* se encuentra en su mejor momento, muchos han retomado la vida nostálgica de los vinilos y la han traído de regreso. Los puristas de la música consideran que muchas veces la calidad en este formato es mucho mejor.

APROVECHA TU TORNAMESA

Probablemente tus papás o abuelos tengan una en casa, el peor error que podrías hacer es descartarla por vieja y dejarla en olvido.

Una de las opciones que te recomendamos es que le eches un vistazo y veas si funciona, puede ser que con una buena limpieza y cambio de aguja quede perfecta.

EL TAMAÑO SÍ IMPORTA

Con el avance de la tecnología, los tocadiscos han cambiado no solo su forma sino que también muchos de ellos incluyen bocinas y hasta conexión vía Bluetooth.

Se recomienda que a la hora de comprar uno, te fijas en el peso; aunque no lo creas este es un factor importante ya que hay creencias que entre más pesen, más absorberán las altas vibraciones.

DETERMINA LA CANTIDAD

El precio muchas veces habla sobre la marca y calidad del producto; sin embargo, existen algunos que no son tan caros y que funcionan perfecto.

No necesariamente tienes que comprar el de mayor precio, basta con que elijas uno de acuerdo a tu personalidad.



Los tianguis son un buen lugar para encontrar ejemplares a buen precio.

LO BUENO

LA VENTAJA de comprar una tornamesa y escuchar música en vinilos es la calidad del audio que brinda.

FUNCIONES

Cómo ya lo mencionamos anteriormente hay muchas tornamesas que incluyen bocinas, radio AM/FM y hasta conexión Bluetooth; probablemente te convenga adquirir una con todas las características.

Si quieres algo más de vieja escuela lo más recomendable es que compres una normal, sin tantas alternativas.

LOS ACETATOS

Escogerlos y armar tu propia colección es una de las partes más divertidas de tener vinilos. Hay lugares que ofrecen tornamesas y piezas a buen precio; muchos de ellos tienen colecciones increíbles dependiendo del género y de tu gusto.

Si te gusta coleccionarlos te recomendamos que vayas a los mercados de pulgas, tianguis o tiendas especializadas, ahí también encontrarás novedades y seguro una que otra joyita musical que te encantará.

TIP ONLINE

SI PREFIERES el *streaming*, actualmente existen muchas apps donde puedes reproducir canciones.



TODAS
nuestras rutas

70% Desc.*

*Aplica términos y condiciones.

Compra el 12 de noviembre de 2021.
Vuela del **11 de enero de 2021 al 30 de junio de 2022.**

Reserva en tarmexico.com





TAN FÁCIL COMO HACER CLIC

ARIANA BUSTOS

Arranca el fin de semana con más descuentos y aunque ir a las tiendas resulte terapéutico, intentarlo de manera virtual tiene su encanto. Te damos una breve guía de qué tomar en cuenta para gastar con certeza.

EXPERIENCIA COMPLETA

Hay otros aspectos importantes que tomar en cuenta antes de realizar el pago y ya que tengas el paquete en casa.

ANTES

- Usa una tarjeta virtual. Puede ser de crédito o débito; esta cuenta con un CVV (código de verificación) u otro dato bancario, cambia en cada transacción, haciéndola temporal y de un solo uso.
- Limítate tus datos personales. Brinda la información necesaria al hacer tus compras y deja de lado lo irrelevante para la compra, como los nombres de familiares, referencias, fecha o lugar de nacimiento; desconfía si un sitio te pide esa información.
- Cambia de contraseña. Si es un requisito para comprar algo en el sitio de la tienda, cámbiala. Te sugerimos usar un gestor de contraseñas para que las tengas a la mano en caso de olvidarla.

DESPUES

- Guarda el ticket. Las capturas de pantalla y demás registros, como un correo de confirmación, te servirán de prueba en caso de que sea necesario.
- Debe check de salida. Confirma cuándo quedó hecho el pedido y el tiempo de entrega.
- No lo pierdas de vista. Sea lo que sea que compres, síguelo la pista. Las distintas marcas manejan envíos que se pueden rastrear a través app, internet o vía telefónica.

ALERTA WIFI

NO TE CONECTES desde redes públicas o compartidas, esto ayudará a reducir los riesgos asociados a la intercepción de datos bancarios.



7 DÍAS durará El Buen Fin 2021, con el objetivo de evitar aglomeraciones en tiendas físicas, pero recuerda que puedes preferir hacerlas online.

18 MILLONES de usuarios en México hicieron compras en casa durante esta 10da. Jirka en 2019.

11 ES EL NÚMERO de edición del evento; esta año propone una estrategia digital con enfoque en PYMES.

No es revelado que a partir de la emergencia sanitaria por el Covid-19 las actividades virtuales revolucionaron; el internet fue el canal donde todos podían acercarse a sus familias, trabajos y comprar.

Para estrenar sin estrenarlo, tener la certeza de que estás ingresando información personal de manera segura en las páginas de tus tiendas favoritas, que estás comprando en sitios seguros y que recibirás el producto con las mejores condiciones.

*** ELIGE BIEN**
EN EL CASO de las contraseñas, opta por palabras o frases que recuerdes fácilmente. Evita que se asocien con tu persona (fechas de nacimientos, CURP, nombre de mascotas, etc).

Si algo hizo la pandemia del coronavirus SARS-CoV-2 fue consolidar este sistema del comercio electrónico, que llegó para quedarse y convertirse en la manera principal de compra.

Fidelidad virtual. Las páginas web de la marca o establecimiento deben ser un reflejo de su identidad. Identificaciones, logos, elementos que se aseguren la fidelidad del sitio.

*** MISMOS DERECHOS**
LAS EMPRESAS que comercializan productos o servicios por internet deben garantizar el mismo trato igualitario que a un cliente en tiendas físicas; tienes los mismos derechos y descuentos que si asistes al establecimiento de manera presencial.

Entonces también que todas las empresas que se encuentran al medio electrónico deben considerar obtener el sello digital Profeico, con el que se permite distinguir a los intermediarios que se encuentran provisorio serio de uno que está posiblemente rayando en la legalidad o en la posible comisión de un fraude.

Sin engaños. Lee a detalle las características y descripciones de lo que vas a adquirir, deben ser claras y en tu idioma, para evitar confusiones. Antes de efectuar el pago, chequea su disponibilidad, monto total a pagar en moneda nacional, costos de envío, fecha de entrega y desde dónde se envía.

*** DESCONFÍA**
NO DESCARGUES archivos adjuntos ni del clic en enlaces si no estás seguro de su origen, así evitarás posibles ataques, virus y hackers.

A demás de tener esto en cuenta durante tus compras en El Buen Fin, queremos compartirte una guía breve de buenas prácticas por parte de especialistas y la Procuraduría Federal del Consumidor.

No a las letras chiquitas. Consulta términos y condiciones de la compra, costos y cargos adicionales, además, firmas de pago, garantía o servicio y políticas de cambio o devolución. También si en momento de pago existen el pago a meses o descuentos adicionales.

Aprovecharlo todo

ARIANNA BUSTOS

Envolturas o residuos de comida, lo que compras en el Buen Fin puede tener un mejor desenlace: una composta

Los residuos orgánicos que generas a diario en casa, incluso en las compras que haces, pueden tener un destino distinto al bote de basura; explora sus usos y empléalos a modo de composta, un abono orgánico que sirve para mantener saludable a las plantas. Un grano de arena que, en conjunto con otras acciones, favorecen al planeta entero.

A decir de Viridiana Zaldivar, diseñadora floral en Anémona Casa Botánica, la composta es un proceso que sirve para mejorar la calidad del suelo, evita la necesidad de usar fertilizantes químicos, pesticidas y ahorra agua de riego.

"Esto hace que cualquier cultivo sea más sano y que la forma de cultivar sea respetuosa con el medio ambiente", Zaldivar menciona que reduce la cantidad de desechos orgánicos y que elaborarla modera los costos del tratamiento de basura.



¿CÓMO SE HACE?

Existen cuatro formas básicas y todas pueden hacerse en un contenedor reutilizable: composta húmeda, seca, lombricomposta y térmica.

"La posición ideal es debajo de un árbol o de un techo, de forma que esté a la sombra en verano y al sol en invierno", menciona.

¿QUÉ RESIDUOS DE ALIMENTOS PUEDO USAR Y CUÁNTO DURA?

Se pueden agrupar en dos categorías:

Materiales húmedos. Ricos en agua y sustancias nutritivas como el nitrógeno (restos de frutas y verduras, césped y poda fresca o cáscaras de huevo, entre otros)

Materiales secos. Compuestos básicamente de carbono (pequeñas ramas, hojas secas, aserrín, paja, cartón y periódico).

"Es conveniente no incorporar materiales cocinados, especialmente carnes y pescados, que pueden provocar malos olores y atraer moscas o roedores (...) en el caso del papel, no debe ser satinado; se pueden utilizar periódicos, papel y cartón de embalaje, pero no revistas ilustradas que tienen elementos tóxicos en sus tintas".

Cuando el contenedor esté lleno o cuando hayan transcurrido al menos cuatro o cinco meses desde el inicio de las operaciones, se podrá comenzar a extraer. Se puede aprovechar esta oportunidad para voltear toda la pila y mezclar las capas.

"Hay que utilizar una criba o tamiz para separar los elementos todavía no compostados (...) No hay duración exacta, al emplearla directo a la tierra, los nutrientes se integrarán al suelo y comenzarán a actuar a favor de la vegetación", finaliza la especialista.

TIP ONLINE

CONOCE MÁS sobre los tipos de residuos y dónde cambiarlos por alimentos, consulta www.sedema.cdmx.gob.mx



CELAYA
ES GRANDE POR TI

**Celaya es Grande
por su Gente**



Llegó el momento de aumentar la protección contra enfermedades respiratorias

Acude a tu centro de salud si perteneces a un grupo prioritario como adultos mayores, mujeres embarazadas, niños de 1 a 5 años o personas con enfermedades crónicas.

Y si aún no te vacunas contra COVID-19 acude o completa tu esquema, consulta las convocatorias disponibles en

vacunacion.jalisco.gob.mx



Para saber si estuviste en contacto con una persona positiva a coronavirus descarga la

app Radar Jalisco



Las medidas de prevención, como el uso correcto de cubrebocas, el lavado constante de manos y el distanciamiento social **son la mejor prevención contra ambas enfermedades.**

DURA MENOS
El vino espumoso permanece en su punto solo de 24 y 36 horas.



Fotos: www.freepik.es

Los derivados de este elixir pueden ayudar para aminorar los efectos dañinos de los rayos UV.

Prolonga el brindis

ARIANNA BUSTOS

Si ya abriste una botella de vino, pero no te la acabaste, aquí te compartimos la mejor manera de mantenerla en buenas condiciones

Si bien dicen que una copita de vino al día favorece a la salud, tomarse toda una botella no es la opción; pero, ¿qué pasa si la dejamos abierta durante varios días. Esta vez tenemos la respuesta, además, cómo conservarla por que si, todo cambia cuando quitas el corcho.

“El oxígeno entra en la botella y toma contacto con el líquido lo que provoca una reacción química conocida como oxidación”, menciona para Aderezo Humberto Falcón, enólogo del proyecto vinícola Balero.

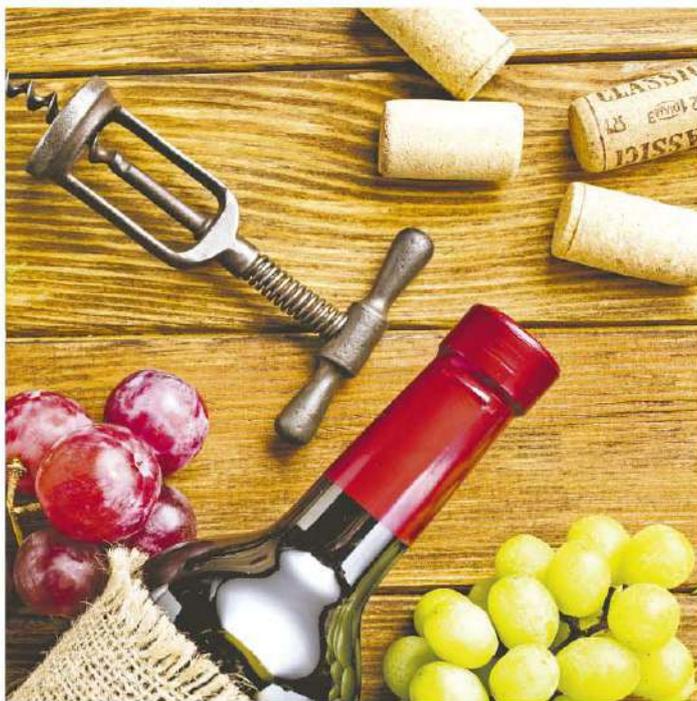
Nos cuenta que este proceso no tiene vuelta atrás

porque los componente que tiene el vino comienzan a disiparse.

“La duración del vino que ya ha sido servido depende según el tipo y la edad; los vinos más jóvenes durarán más que los viejos; así que es importante conocerlo para poder conservarlo de la mejor manera posible, leer la etiqueta, sobre su elaboración etc”, dice Humberto.

CÓMO CONSERVARLO

Respecto a los vinos blancos, tápalos con su propio corcho o con un tapón especial; considera que refrigerados duran más en comparación de los tintos o incluso de los rosados.



Es rico en vitamina E; cuida tu salud cardiovascular.



Los rosados pueden provenir de una mezcla de vid blanca y tinta.

POR DÍAS Y TIPOS

Blanco y vino rosado (3 días)

Tinto joven (hasta una semana)

Tinto envejecido o ligero (3 días)

Espumoso (24 y 36 horas, si cuenta con un buen tapón para espumosos)

En los vinos espumosos, lo mejor es beberlos el mismo día en que se abre la botella, en especial por las burbujas y el gas que contienen.

Si no usas el corcho con el que venía, también puede utilizarse un tapón especial para vino, pero asegúrate de que quede bien cerrado y no le entre aire.

Para conservarlo mejor, guárdalo en el refrigerador. Puede durar en perfecto estado de 2 a 4 días.

También se puede poner en un lugar oscuro y fresco en que la temperatura ambiente no supere los 22°C.

La posición más recomendable para una botella de vino abierta, es en vertical; evita el contacto del aire con el vino.

Puedes vaciarlo en una botella pequeña y tapándola para que apenas quede un dedo de aire entre el vino y el tapón.

ISALUD!

Se considera que el vino favorece a la salud porque contiene flavonoides de tipo fenólico, sustancias que provienen de la uva y de su piel, que son las que le otorgan el color rojizo al vino tinto.

De acuerdo con Ángeles Santillana Marín, especialista en nutrición y ciencias de los alimentos, “su acción consiste en impedir la oxidación de las lipoproteínas y así reducir el depósito de colesterol en las arterias coronarias, previniendo la enfermedad en estas, a fección que lleva a los ataques cardíacos”.



TIP ONLINE

SI DESEAS elegir tus propias etiquetas y a domicilio, visita soyvinomexicano.com

60 Años +
Con el mejor precio

PARA EL BUEN COMPRADOR



Colchón matrimonial Restonic



Estufa Mabe 30 pulgadas



Colchón matrimonial Restonic



Lavadora Mabe 21 kilos



Lavadora Winia 21 kilos



Estufa Mabe 30 pulgadas



Refrigerador Mabe 10 pies



Refrigerador Mabe 14 pies



Lavadora Acros 22 kilos



Lavadora Koblenz 22 kilos



Licuada Oster 10 velocidades



Horno de microondas Winia 1.1 pies



En la compra de \$2,999 o más en productos Mabe, Easy, Iem, IO Mabe y GE por \$169 llévate un cobertor



ESCANEA EL CÓDIGO DESDE TU CELULAR

Vigencia válida hasta el 30 de noviembre y/o agotar existencias. Precios de contado en efectivo o en una exhibición

LADA SIN COSTO: 800 711 7454

www.ryse.com.mx

iSíguenos! [Facebook icon] [Instagram icon]



EXPERTOS EN LÍNEA BLANCA



El **shaking** tiene como objetivo mezclar los ingredientes.



Si quieres entrarle más a este mundo, compra los utensilios básicos.

MARIANA GARCÍA

La manera de elaborar bebidas, en especial dentro de la coctelería, es fundamental; aunque no lo creas cada una tiene su relevancia y entenderlas te hará apreciarlas más

La coctelería es una rama de la gastronomía que se especializa en la creación de bebidas con diferentes tipos de destilados, frutas, hierbas y garnituras.

Dentro de ella, existen diferentes tipos de técnicas básicas para crear recetas únicas. Te dejamos una recopilación de las que son esenciales.

SHAKING

Es el método utilizado para mezclar los ingredientes de algún trago. El objetivo de shakear es que la bebida se congele mientras que los productos se combinan.

MEZCLA

Básicamente es revolver los ingredientes como frutas, verduras, hielo o garnituras para los tragos. En muchas ocasiones se necesita de una licuadora para mezclar todos los ingredientes.

CAPAS

Consiste en verter los ingredientes del coctel de acuerdo a su densidad, esto hará que los complementos no se mezclen entre sí hasta que se revuelvan.

CONSTRUCCIÓN

Como su nombre lo dice, esta técnica se basa en ir construyendo el coctel poco a poco con elementos como frutas, garnituras, destilados y alcoholes.

Técnicas en la barra



Licores, alcoholes, garnituras y un buen kit es lo que necesitas para empezar.

6

MÉTODOS que debes aprender si quieres convertirte en un experto

FLAMEADO

Aquí el destilado se enciende para mejorar el sabor de la bebida, esto ayuda a que los ingredientes se potencien. Se debe hacer con precaución.

MUDDLING

Consiste en aplastar los ingredientes para sacar todas sus propiedades, sobre todo frutas y hierbas.



Emplea como elemento decorativo las frutas de temporada.

TIP ONLINE

INSPIRATE EN los mejores, visita las páginas o perfiles de concursos como World Class Drinks.

SE VALE

RECURRE A la licuadora cuando la receta del trago lo demande.

#ConPasoFirme en las exportaciones

Somos una ciudad pujante

Somos líderes en agroalimentos

Somos el motor del país

Somos la Capital Mundial de las Fresas

Somos un Gobierno de paz y trabajo



IRAPUATO
Ayuntamiento 2021 - 2024



El nivel de intensidad en el paladar va a ser menor, pero tienen un poco más de cafeína.

El café tiene su método

ARIANNA BUSTOS

Explora otras maneras de preparar tu bebida, pídele a tu barista de confianza que ejecute estos procesos de especialidad

Es probable que al asistir a una cafetería hayas visto entre las herramientas del barista, objetos de distintos tamaños y materiales con los que preparan el café; estos los encuentras en la carta con nombres como Chemex, Kalita o V60 y son conocidos como métodos de extracción

Utilizarlos requiere hacer un ritual que contempla café de especialidad, seleccionado cuidadosamente el origen y atención plena en la preparación de la taza, por eso, después de probarlos ya no habrá vuelta atrás.

Para involucrarnos con estos métodos, pedir con mayor conocimiento en las cafeterías e incluso prepararlos en casa, platicamos con el barista Fabrizio Sención Ramírez, quien nos explicó las clasificaciones que existen y sus características.

DE GRAVEDAD O GOTEO

En ellos tú les vas poniendo agua y se van filtrando en algún recipiente; aquí se encuentra el Chemex, V60, Kalita y Origami, entre otros.

"En el caso del origami, un método de extracción japonés, usamos un filtro de papel súper delgado que evita cualquier paso del sedimento, pero permite el paso de aceites esenciales para la bebida final del café", cuenta Fabrizio.



Este tipo de instrumentos surgieron a principios del siglo pasado, por ahí de 1917.

* PODER FEMENINO

EL KALITA fue inventado por una ama de casa alemana que no le gustaba la sensación terrosa del café.

* TIP ONLINE

CHECA LOS reels en el Instagram de Aderezo OEM (@aderezo_oem) y conoce cómo se elabora el café por origami.



Este procedimiento genera un hábito saludable para la producción mexicana.

Menciona que con esta preparación se pueden encontrar sabores muy definidos y un balance entre el sabor, la acidez y lo dulce; además, la sensación en boca que te queda es muy larga y placentera.

"Son métodos que nos permiten exponencialmente muy bien nuestros perfiles de café, el proceso del productor y en algunos casos el varietal de café que se sirve", detalla.

DE INMERSIÓN COMPLETA

Es cuando el café se queda en contacto con el agua por cierto periodo de tiempo y normalmente deriva en sabores mucho más intensos, en algunos casos sedimento, partículas de café. Aquí se encuentra la prensa francesa o el AeroPress, por ejemplo.

"Son tazas fáciles de beber, muy accesibles para el paladar. Es muy evidente entender el perfil del café a través de estos métodos de extracción", cuenta el especialista. Además, menciona que tienen un poco más de explosión de sabores definidos y no es tan pesado, es más sencillo de beber.

PARA HACER EN CASA

"Lo que podría recomendar es que mueles su café al momento, tiene mucho más volátiles expuestos, aroma y sabor en la taza", menciona Fabrizio.

Respecto al agua, en los métodos de filtro, se recomienda casi a punto de ebullición porque hay mucha pérdida de temperatura durante el ciclo de extracción; eso ayuda a que tengas tiempo para aprovechar tu taza.

Y en lo que se refiere al molido, mientras más fino sea el café, menor debe ser el tiempo de contacto con agua.

Aunque hay detalles, según lo que prefieras preparar: si es para un expreso o con la cafetera moka, la molienda debe ser súper fina, casi como talco. Esto es porque hay un poco de presión a través del vapor.



Escaparate Digital

la nueva estrategia comercial de



**UNIDOS
Reactivemos GTO
#Consumelocal**

Viaja sin gastar tanto

Si te urge lanzarte a la aventura pero no quieres invertir en exceso, checa los consejos que nos compartió una especialista para que todo salga a la perfección. ¡Manos a la obra!

MARIANA GARCÍA

Una de las ventajas de esta temporada es que hay muchos descuentos para viajeros, esto nos ayuda para administrar mejor y a hacer buenas compras para nuestros próximos viajes. Los especialistas de *Despegar.com* nos dieron algunas recomendaciones para esto.

PLANEACIÓN PREVIA

Lo primero que puedes hacer es escoger el destino a visitar. Toma un tiempo para planear tu viaje según tus expectativas y necesidades. Una vez decidido, asegúrate de revisar las fechas y los pormenores, así como el lugar de hospedaje y tiempo de estancia.

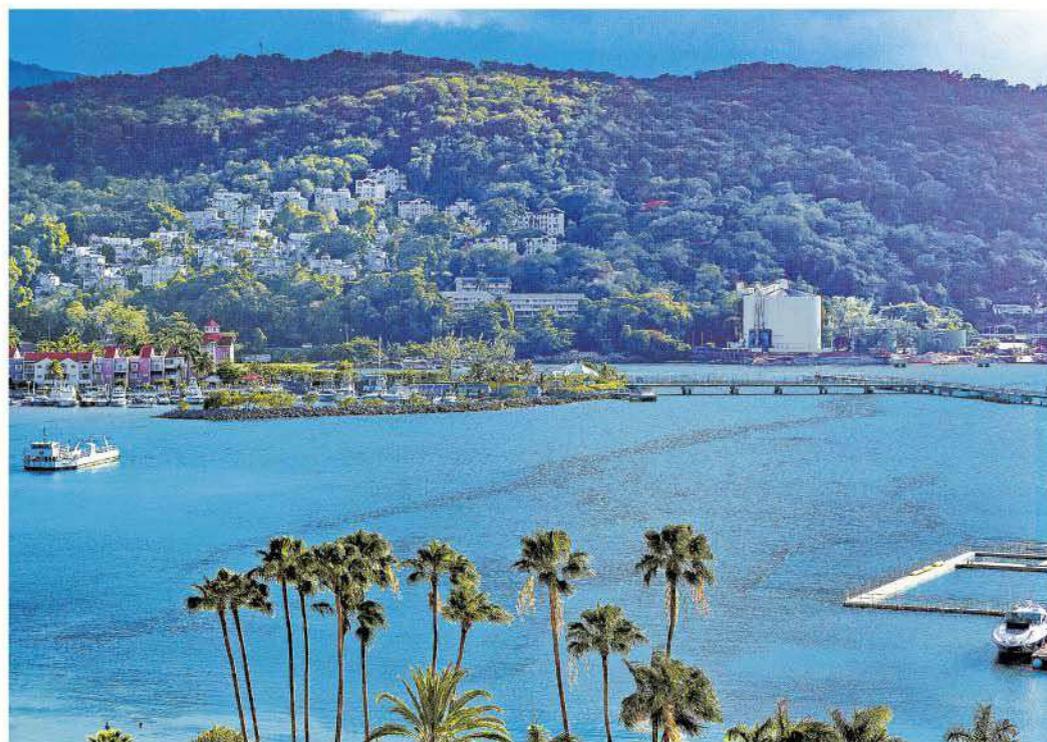
EL PRESUPUESTO

El Buen Fin es una oportunidad para adelantarte a comprar tu viaje y ahorrar dinero. Establecer un presupuesto te ayudará a tener el control de lo que puedes invertir; además, muchos productos y servicios tendrán facilidades de financiamiento, por ello, si vas a pagar con tarjeta de crédito, asegúrate de poder cubrir el monto y elegir la opción que más te convenga. Seguro hay meses sin intereses o pagos a plazos.

Recuerda que si se planea, es posible evitar gastos extras que no estaban considerados y así tener dinero para la travesía.



Encontrarás precios más bajos en boletos de avión y alojamientos.



Compara los precios, esto te ayudará a elegir la mejor opción.



No olvides anticipar tu viaje, planifica mejor todo lo que necesitas.

25

Y HASTA 30% de descuento encontrarás en algunas aerolíneas y hoteles en el Buen Fin

DESCARGA APPS

Activar estas alertas te ayudará a conseguir las mejores ofertas y comprar tu viaje al destino que tanto anhelas visitar. Durante estos eventos de descuentos, las agencias ofrecen promociones especiales a través de sus aplicaciones y sitios web que, en su mayoría, cuentan con la opción de avisar cuáles son los mejores precios; todo esto de acuerdo con tus intereses, en vuelos, hospedajes y otros servicios turísticos.

PROMOCIONES

Algunos productos y servicios cuentan con ofertas sujetas a disponibilidad, por lo que estar atento desde el primer día del Buen Fin podría ayudarte a encontrar promociones de manera oportuna.

PROTOCOLO SEGURO

Luego de la pandemia por el Covid-19, la forma en que viajamos ha cambiado para siempre, por ello, si planeas hacer un viaje en la nueva normalidad asegúrate de que tu destino cuente con los protocolos de seguridad necesarios.

Una buena señal es que haya obtenido el Sello de Viaje Seguro del Consejo Mundial de Viajes y Turismo (WTC), que acredita que toda la industria del turismo de ese destino aplica estrictas medidas de sanitización, incluyendo los hoteles, para que puedas hacerlo con confianza y seguridad.

“A raíz de la pandemia, las empresas de viajes hemos adaptado nuestros productos y servicios turísticos, para que los viajeros se sientan tranquilos al reservar. En Despegar contamos con la opción de filtrar los destinos con políticas de compra flexibles, así, ante cualquier imprevisto que tengan los viajeros es posible realizar cambios en su reservación.”, indicó Alejandro Calligaris, Country Manager de Despegar en México.



TIP ONLINE

ACTIVA LAS notificaciones de tus apps favoritas para cazar las mejores ofertas.



RECUERDA

APROVECHA LA temporada de rebajas para armar tu itinerario; desde el destino hasta tu hospedaje y distracciones.



OFERTA EDUCATIVA

-  Preescolar (063/2016)
-  Primaria (064/2016)
-  Secundaria (065/2016)
-  Bachillerato (17-1277)
-  Licenciatura en Desarrollo del Talento y Cultura Organizacional (Ciclo 2022)
-  Licenciatura en Ingeniería en Agronegocios (Ciclo 2022)
-  Licenciatura en Ingeniería en Biotecnología (Ciclo 2022)
-  Licenciatura en Urbanismo Sostenido e Inteligente (Ciclo 2022)
-  Licenciatura en Ingeniería en Programación y Administración de Datos (Ciclo 2022)

-  Bachillerato (143/2019)
-  Licenciatura en Administración, Dirección y Negocios (093/2020)
-  Licenciatura en Desarrollo del Talento y Cultura Organizacional (Ciclo 2022)
-  Licenciatura en Finanzas y Contaduría (012/2020)
-  Licenciatura en Gerencia y Alta Dirección Deportiva (Ciclo 2022)
-  Licenciatura en Fisioterapia (094/2020)
-  Licenciatura en Gerontología (Ciclo 2022)
-  Licenciatura en Entrenamiento Deportivo (146/2019)
-  Licenciatura en Psicopedagogía (086/2020)
-  Licenciatura en Recreación y Tiempo Libre (092/2020)

CAMPUS
SALAMANCA

CAMPUS
LEÓN

Experiencias para levantar la copa

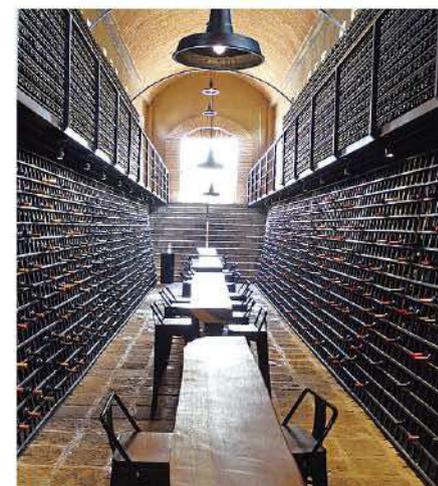
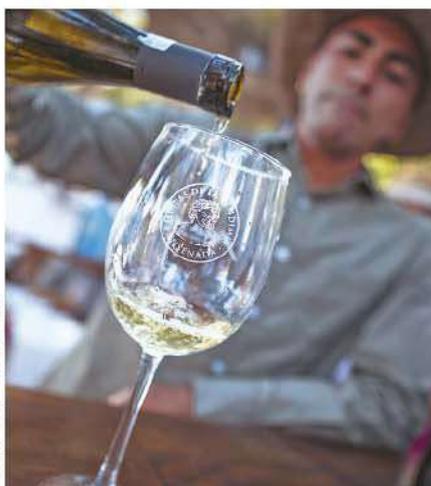
MARIANA GARCÍA

La cultura vitivinícola en el país se fortalece; aquí una prueba de las actividades que realizan varios estados

Una buena copa de vino todo lo mejora, la verdad es que no tenemos duda sobre eso. En nuestro territorio existen grandes estados vinícolas que han posicionado gracias a su producción y forma de elaborar.

De acuerdo con una investigación que realizó el equipo de *Booking.com* reveló que 1 de cada 10 personas probablemente viajen a alguna región vinícola este año. Acá te dejamos algunas recomendaciones si quieres formar parte de esta cifra y dejarte guiar por la vid.

Fotos: Creative Commons



BAJA CALIFORNIA

Se caracteriza por su buen clima, gastronomía y playas. Este destino se ha vuelto el favorito de muchos turistas que buscan conocer y saber más sobre vino. Aquí hay una de las mejores rutas del Valle de Guadalupe se lleva a cabo en el Norte.

QUERÉTARO

Tiene la Ruta del Vino y el Queso más importante de la República Mexicana, la cual se lleva a cabo durante la primavera; para participar hay recorridos especiales por municipios de la zona como Bernal, Tequisquiapan, Colón y Santiago. Visítala muy pronto.

GUANAJUATO

Las zonas de producción se encuentran en San Miguel de Allende, Dolores Hidalgo, Guanajuato, Salvatierra, San Francisco del Rincón y San Felipe. Se producen al año alrededor de 100 mil botellas. Bodegas: Bernat, Dos Búhos y Cuna de Tierra.



TIP ONLINE

HAY CATAS virtuales en páginas como vinoselcielo.com y conoce más.

REGÍSTRATE GRATIS
Y OBTÉN LOS BENEFICIOS
DEL **FIN KLIC**

OBTÉN
**1 RENTA
DE REGALO**
CON CADA COMPRA
O RENTA

2X1
EN TAQUILLA
cinépolis

cinépolis **klic**

EL
FIN KLIC
MÁS ALLÁ
DE TU PANTALLA



COMITÉ MUNICIPAL DE AGUA POTABLE Y ALCANTARILLADO DE SALAMANCA

En el Comité Municipal de Agua Potable y Alcantarillado de Salamanca, Gto., los proyectos nunca se detienen para poder brindar a la ciudadanía servicios de agua potable, drenaje y saneamiento con la eficacia y la eficiencia que se requiere y con un enfoque respetuoso del medio ambiente.

Trabajar con transparencia es una prioridad de la administración encabezada por el Consejo Directivo 2019-2022, por lo que enfocamos parte de nuestro trabajo en la creación de un órgano de control interno que es el responsable de vigilar, controlar y fiscalizar el uso correcto de los recursos que dispone el CMAPAS.

Se pagó de manera anticipada la deuda a BANBAJIO, contraída con anterioridad por administraciones que le precedieron; construimos un nuevo edificio que dará atención a los usuarios del lado sur poniente de esta ciudad, con la finalidad de agilizar y desconcentrar las gerencias para una mayor comodidad de los ciudadanos.

Aún hoy día, enfrentamos con éxito el reto atípico que presentó la pandemia por COVID-19, al aplicar las



medidas sanitarias indicadas por las autoridades respectivas y por otro lado, se atendió con profesionalismo y eficacia la contingencia por lluvias de este año, con un equipo de más de 50 trabajadores del CMAPAS que de manera comprometida trabajaron en jornadas de 24 horas hasta que se superó la crisis.

Contamos con un excelente y profesional equipo de trabajo dirigido por las gerencias Comercial, Administrativa, Agua Potable, Alcantarillado, Calidad del Agua, Mantenimiento, Jurídico e Ingeniería y Proyectos.



CMAPAS Agua y Vida Para Todos





2/3
DE ALIMENTO seco y
1/3 de húmedo por
ración diaria, es
ideal

Nunca les des chocolate, podría causarle daños al sistema nervioso y digestivo, según la dosis.

Comida que hace bien

ARIANNA BUSTOS

La alimentación es vital para el desarrollo de tus mascotas ¿Qué le das de comer?; considera esta información para hacer de la experiencia un momento más agradable y con ingredientes acordes a su estilo de vida



Que los premios no sean más del 10% de las calorías diarias que consuma.

La nutrición de tu perro es uno de los aspectos que más debes cuidar, los buenos hábitos alimenticios contribuyen de distintas maneras para que tenga una mejor calidad de vida.

Para tener un panorama más amplio de lo que debes considerar respecto a su alimentación, te compartimos algunos consejos de especialistas, entre ellos los de Full Trust y de Grupo Amascota del CONAFAB.

NO COMPARTAS

Aunque es difícil resistirse a su carita, evita darle de la comida que tú consumes. Hay



Consulta con un veterinario las croquetas que mejor van con su edad y peso.

EL PLATO LIMPIO

Los recipientes en los que come tu mascota deben limpiarse todos los días; sino lo haces se podrían acumular bacterias. Cada que termine de comer lava sus platos con detergente y agua caliente.

ATRÉVETE A COMBINAR

Dale un toque distinto a su menú, mezcla alimento húmedo con croquetas. A esta técnica se le llama *mix feeding* y lo que permite es unir las propiedades y beneficios de la comida; por ejemplo, favorece la higiene oral, fomenta la sensación de saciedad y refuerza la palatabilidad del alimento.

Fotos: Creative Commons / www.freepik.es



TIP ONLINE

A PARTIR de la pandemia los servicios a domicilio de limpieza y atención se potenciaron; se pueden pedir a través de apps.

una gran diferencia entre alimentar y nutrir. La dieta para tu mascota debe contener proteínas, carbohidratos, lípidos, minerales y vitaminas óptimamente balanceados.

ENCUENTRA EL EQUILIBRIO

No le des solo carne, es baja en vitamina A, nutriente importante para el desarrollo del aparato reproductivo, piel o pelaje sano, así

como de calcio. Si le das nada más vegetales, a la larga podría provocar padecimientos del corazón y reproductivos.

DEPENDE DE SU EDAD

Hay requerimientos nutricionales según su peso, talla o si tiene algún padecimiento. Pregunta al veterinario qué alimento te conviene darle.

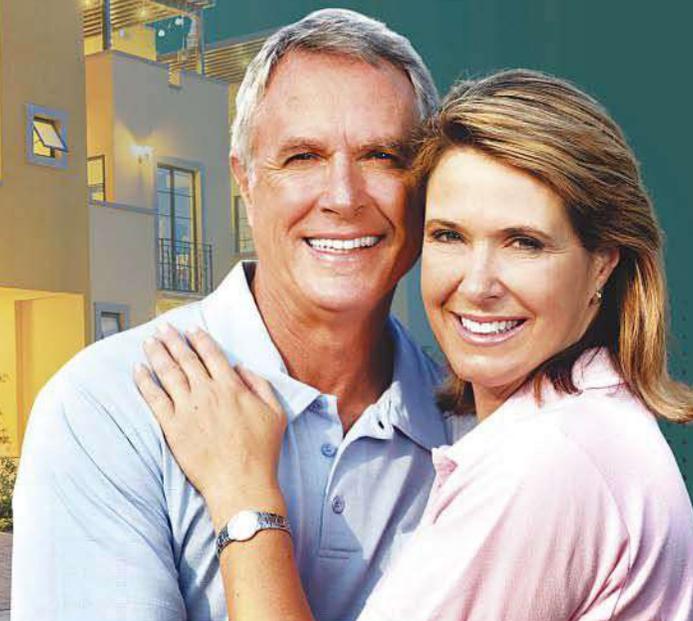


LAS MEDIDAS

CONTROLA SUS raciones y horarios, para que no se exceda en el consumo de calorías; no contribuyas a enfermedades.



COMPRA, INVIERTE Y VIVE...
EN TU CASA DE
**SAN MIGUEL
DE ALLENDE**



GUIAR
RESIDENCIAL



LLÁMANOS O VISÍTANOS
EN EL CAMINO A ALCOCER,
ATRÁS DE LIVERPOOL

415 114 0636

415 103 6829

www.jardinesdeallende.com



Que el plan incluya delicias para todos.



Una ruta en carretera lo hará más íntimo.

Momentos guau

ARIANNA BUSTOS

Para planear cerrar el año con una excursión o viaje en la que invites a la familia, incluidas las mascotas, aquí te damos opciones

Una sencilla y accesible manera de pasar tiempo con tu can favorito es en un parque, en especial si tiene espacio para correr, pasto que oler y obstáculos que superar con un buen brinco.

En la Ciudad de México encontrarás varios que cumplen esas características, algunos incluso cuentan con áreas cerradas para que no tengas miedo de dejar correr a tu perrito y zonas de hidratación; por ejemplo, el Parque España, el Parque México, la Plaza Lázaro Cárdenas y el Parque La Mexicana. Otras opciones son el Parque Lincoln, el Parque Lira y claro, la segunda sección del Bosque de Chapultepec (no dejen de visitar los alrededores de El Cárcamo de Dolores).

En el Estado de México encontrarás el Parque Naucalli y su parque canino con bebederos, alberca, areneros, barras de túneles, aros de salto y rampas de madera; al interior de la República, te sugerimos el Parque Rufino Tamayo, en Monterrey (máximo 2 mascotas por adulto).

VACACIONES JUNTOS Cada vez son más los hoteles que incluyen en sus paquetes espacios acondicionados para recibir perritos; en



Si van a la playa, no olvides la toalla adecuada para perritos.

algunos casos su concepto está enfocado totalmente a las mascotas. Estos son algunos destinos nacionales:

Acapulco. Los hoteles Princess, Pierre y Palacio Mundo Imperial ofrecen al huésped peludo una cama, un contenedor de agua y uno de alimento; una toalla bordada para la mascota, un kit de relajación que incluye loción, para que duerma bien, crema humectante para la nariz y patitas, entre otras cosas.

San Miguel de Allende. Este sitio cuenta con varias opciones *petfriendly*, entre ellas, el hotel boutique Casa Hoyos que, para empezar, cuenta con 16 exclusivas habitaciones en las que destaca el diseño mexicano. Respecto a los caninos, el



Lleva un botiquín especial para tu can.



TIP ONLINE

ESPECIALISTAS DE la plataforma y guía mexicopetfriendly.com, sugieren visitar la Isla de Cozumel, Cuatrociénegas y la Huasteca Potosina.

DIVERSIÓN CHILANGA

Tres de espacios al aire libre en la Ciudad de México.

El Parque México fue creado en 1920 y antes fue hacienda y pista de carreras del Jockey Club de México.

El Paque Canino de Naucalli se inauguró en 2017 y cuenta con cinco mil metros cuadrados.

El Parque la Mexicana abarca un área de 100 mil metros cuadrados, tiene dos lagos artificiales, un jardín oculto aislado del ruido y hasta restaurantes en una zona con terraza.

Helados. La nevería mexicana *Frody* tiene en su carta un sabor tocino especial para los perritos (puedes ir a las distintas sucursales y *delivery*). Además, constantemente se suman a campañas para apoyar a albergues de canes.

Playlist. Hace un par de meses Spotify lanzó una dinámica especial llamada pets.byspotify.com, en la que te ayudan a seleccionar canciones que puedes compartir con tu mascota. Eliges especie, actitud (si es curioso, apático, su nombre, una foto etc.) y la plataforma te arroja *tracks*.

Regalo mensual. El proyecto llamado *WuafBox*, tiene una dinámica que consiste en enviar a casa un paquete mensual; este lleva juguetes especiales, productos de cuidado y premios. Hay ediciones temáticas o de temporada, por ejemplo, en *Halloween* pueden llegar disfraces o en Navidad, almohadas en forma de piñata.

Tecnología aliada. Hay apps en las que puedes buscar un paseador de perros, en caso de que no puedas hacerlo tú con la frecuencia que quisieras, por ejemplo, *Caminandogs*; otro innovador artículo es la cámara para perros *Furbo*, para ver a tu mascota cuando estés fuera de casa.

alojamiento cuenta con camitas especiales, platos y un detalle, como galletas (por cierto, venden cerveza para perros). No por nada, San Miguel es considerada la segunda mejor ciudad del mundo, título que lo otorgaron *World's Best Awards 2020*

Valle de Bravo. El Hotel Avándaro, ideal por sus amplios jardines y el verdoso ecosistema que predomina en el pueblo. Este alojamiento también cuenta con *amenities* como una cama especial, tapete desechable y un collar.

MÁS ALTERNATIVAS

Además de los destinos a explorar, te compartimos otros planes para compartir con los canes.

Tiempo de reparar® PLASTILOKA y tu imaginación te dan siempre la solución...®

Krazy® PEGAMENTO INSTANTÁNEO **KOLA LOKA® INDUSTRIAL**



i pega de **LOCURA!**®

ADHESIVOS, ACELERADORES, PRIMER Y PLASTILINAS EPÓXICAS. DIFERENTES TIPOS DE ADHESIVOS PARA CADA MATERIAL Y APLICACIÓN.



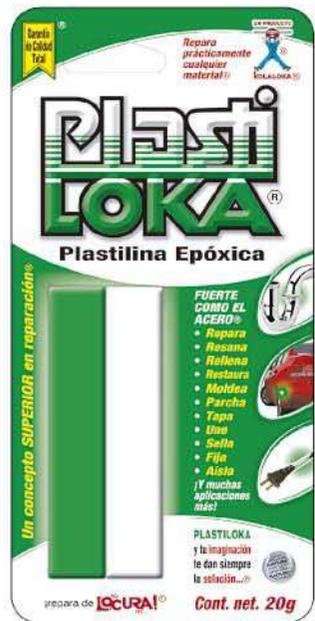
Una sola gota repara al instante®

PEGA EN MINUTOS®

Pega máximo en **7 segundos®**

Endurece máximo en® **30 segundos®**

FUERTE Y PODEROSO®



PLASTILOKA® ¡Es una locura!®



EL TIEMPO EXACTO PARA APLICAR®

PLASTILOKA SÚPER RÁPIDA y tu imaginación te dan siempre la solución®

Un concepto SUPERIOR en Reparación®

PLASTILOKA® SÚPER RÁPIDA

No lo tires... repáralo®

Indispensable en la oficina, en el taller, la industria y en cualquier lugar donde tenga algo que reparar®



¡Endurece aún bajo el agua!®



ÚNICO CON GARANTÍA DE REEMPLAZO®



¡Cómpralos HOY mismo!® www.kolaloka.com

"Se hace del conocimiento que Servicios Corporativos de Administración GMZ, S.A. de C.V. es propietaria y por lo tanto titular de las siguientes marcas y avisos comerciales, cuyos diseños se reproducen, marcados con el símbolo (R)"



Krazy® PEGAMENTO INSTANTÁNEO **KOLA LOKA® INDUSTRIAL PEGA ZAPATOS**

KOLALOKA PEGA ZAPATO®



La fuerza del pegado®

Uniendo más y mejor KOLALOKA Pega de Locura®



Indispensable en todo tipo de industria

- CALZADO • AUTOMOTRIZ • CÓMPUTO • ELECTRODOMÉSTICOS
- ELECTRÓNICA • ACRÍLICO • HULE Y MUCHAS MÁS.

¡Cómpralos HOY mismo!® www.kolaloka.com

"Se hace del conocimiento que Servicios Corporativos de Administración GMZ, S.A. de C.V. es propietaria y por lo tanto titular de las siguientes marcas y avisos comerciales, cuyos diseños se reproducen, marcados con el símbolo (R)"



EN GOTTA O EN BROCHA ¡ÚSALOS COMO QUIERAS!®



Algunas aplicaciones entre miles®

- De que pega, pega... **KOLALOKA®**
- **KOLALOKA SÚPER GLUE®**
- **SÚPER GOTTA GLUE®**
- **KOLALOKA** pega en segundos®
- **INSTANTÁNEOS, FUERTES Y PODEROSOS®**



Abrillanta, pega y endurece uñas®

Siempre debes traer Kola Loka Brocha contigo®

**Uñas bellas para siempre®
Uñas de uso permanente®**

**¡Muy fácil de aplicar!®
¡Pasa la BROCHA y listo!®**



Un **BROCHAZO** basta!®

• REPARA PRACTICAMENTE CUALQUIER MATERIAL®

Pégate al Fútbol®

- **¡EL PRIMERO, EL MEJOR!®**
- **¡¡A QUE NO TE DESPEGAS!!®**
- **Pega en segundos®**

SÚPER GOTTA SÚPER GLUE®

Para pegados que requieren ajustes®



¡Cómpralos HOY mismo!® www.kolaloka.com

¡LOS SÚPER HÉROES, USAN SUPER KOLE!®

¡PEGA INCREÍBLE!®

UN PRODUCTO

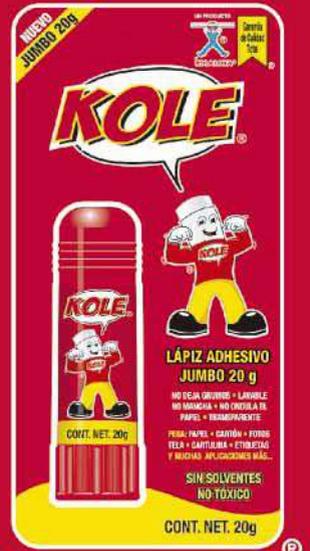
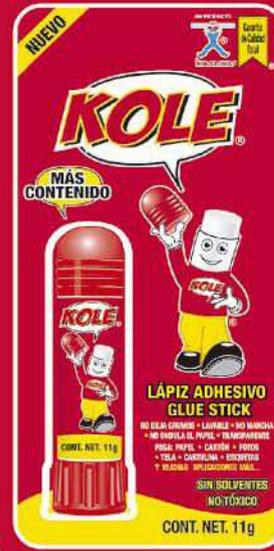


Y



**LÁPIZ ADHESIVO
GLUE STICK**

**PEGAMENTO BLANCO
ESCOLAR**



• LIMPIO, FÁCIL, RÁPIDO®



• PEGATE A LA ESCUELA®



900g

440g

230g

120g

60g

30g

• EL MEJOR PEGAMENTO BLANCO CON UN SÚPER PEGADO®

¡PÉGATE A LOS SUPER HÉROES!!!®

¡sé un SÚPER HÉROE, USA SUPER KOLE!®

¡Cómpralos HOY mismo!® www.kolaloka.com

"Se hace del conocimiento que Servicios Corporativos de Administración GMZ, S.A. de C.V. es propietaria y por lo tanto titular de las siguientes marcas y avisos comerciales, cuyos diseños se reproducen, marcados con el símbolo (R)"

"Se hace del conocimiento que Servicios Corporativos de Administración GMZ, S.A. de C.V. es propietaria y por lo tanto titular de las siguientes marcas y avisos comerciales, cuyos diseños se reproducen, marcados con el símbolo (R)"

347-KOLE.SK.PEGAMENTOS-021121-EGZ

UN PRODUCTO



syllkon®

SILICÓN TRANSPARENTE



¡sella de **LOCURA!**®

Repara de locura®
Sin problemas®
Sin martillo adhesivo
de montaje®
Sin martillo®

www.kolaloka.com

¡Cómpralos **HOY** mismo!®

"Se hace del conocimiento que Servicios Corporativos de Administración GMZ, S.A. de C.V. es propietaria y por lo tanto titular de las siguientes marcas y avisos comerciales, cuyos diseños se reproducen, marcados con el símbolo (R)"



Pegay no despega!®

La gota más poderosa®

Una gota es suficiente®

Una gota sostiene una tonelada®

® SÚPER Gota SÚPER Glue®

Gorilla Glue®

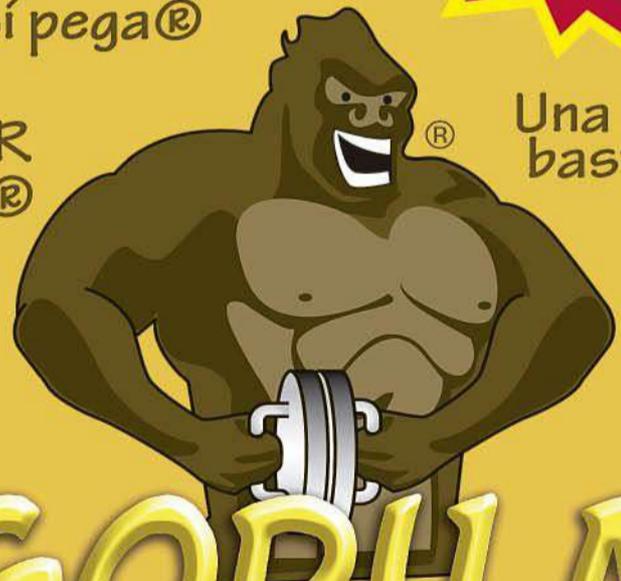
La gota que sí pega®

SÚPER Gota®

AHORA disponible en presentación de



Una gota basta®



GORILLA SÚPER PEGAMENTO

¡Cómpralo en tú tienda favorita!

www.kolaloka.com

¡Cómpralo **HOY** mismo!®

"Se hace del conocimiento que Servicios Corporativos de Administración GMZ, S.A. de C.V. es propietaria y por lo tanto titular de las siguientes marcas y avisos comerciales, cuyos diseños se reproducen, marcados con el símbolo (R)"

LG CORPORATIVO

Publicidad QUE IMPACTA

facebook.com/CorporativoLG corporativolg
corporativolgproducciones@gmail.com 228 177 4451

Suheil Cabrera
CORPORATIVO

WWW.CORPORATIVOSUHEILCABRERA.COM.MX
2281329566 / 2281334682

HOTEL BOUTIQUE SAN ANTONIO

Benito Juárez 107, Zona Centro, Xalapa, Ver.
hotelboutiquesanantonio@hotmail.com
www.sanantoniohotelboutique.com

RESERVA
228 107 33 70
228 201 97 51

TIP
SI TU mascota no está acostumbrada a viajar en la transportadora, practiquen días antes, eviten estrés en del trayecto; después de eso ¡a disfrutar!

Tu confianza nos impulsa.

TECHRON
es la diferencia

Universidad Autónoma de Baja California Sur

Publicación de la convocatoria de nuevo ingreso: abril 2022



Ofrecemos:

36 licenciaturas

3 Técnico Superior Universitario

10 posgrados

Formamos parte de organismos como ANUIES,
CUMex, URSULA y UDUAL

Educación integral de calidad



¡Somos la casa de los Gatos Salvajes!

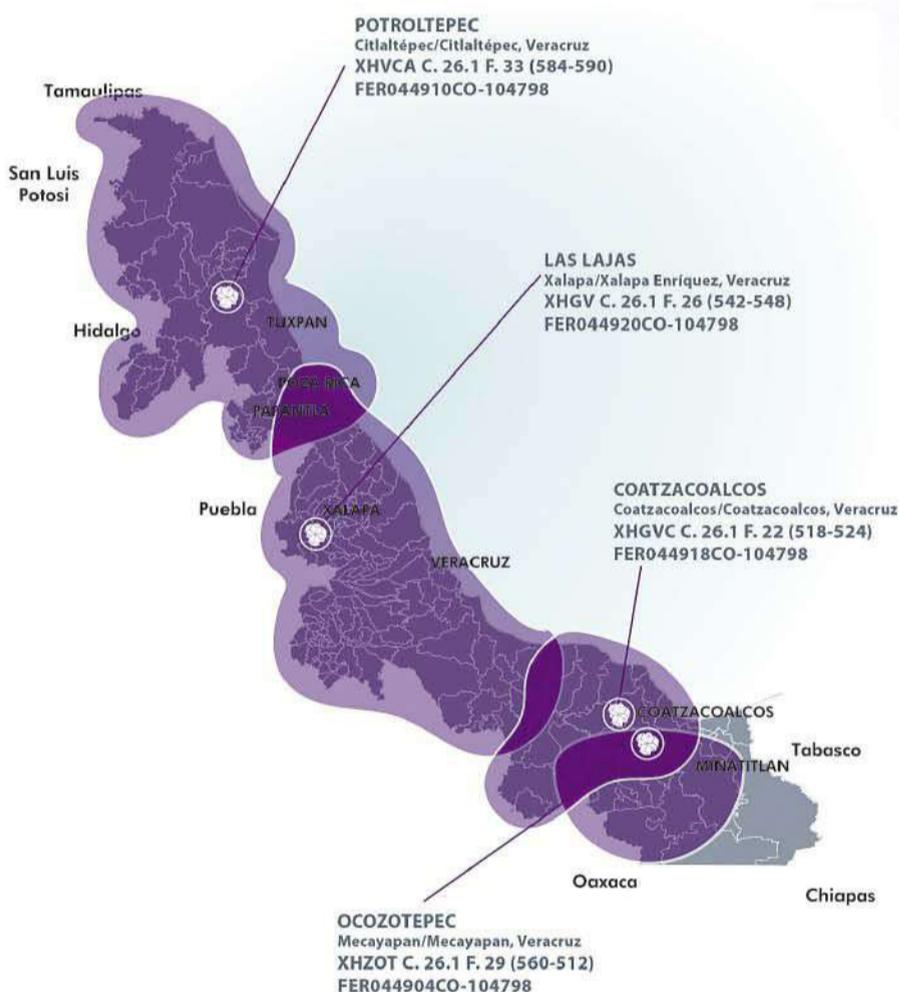
Consulta nuestra oferta académica y servicios educativos en www.uabcs.mx



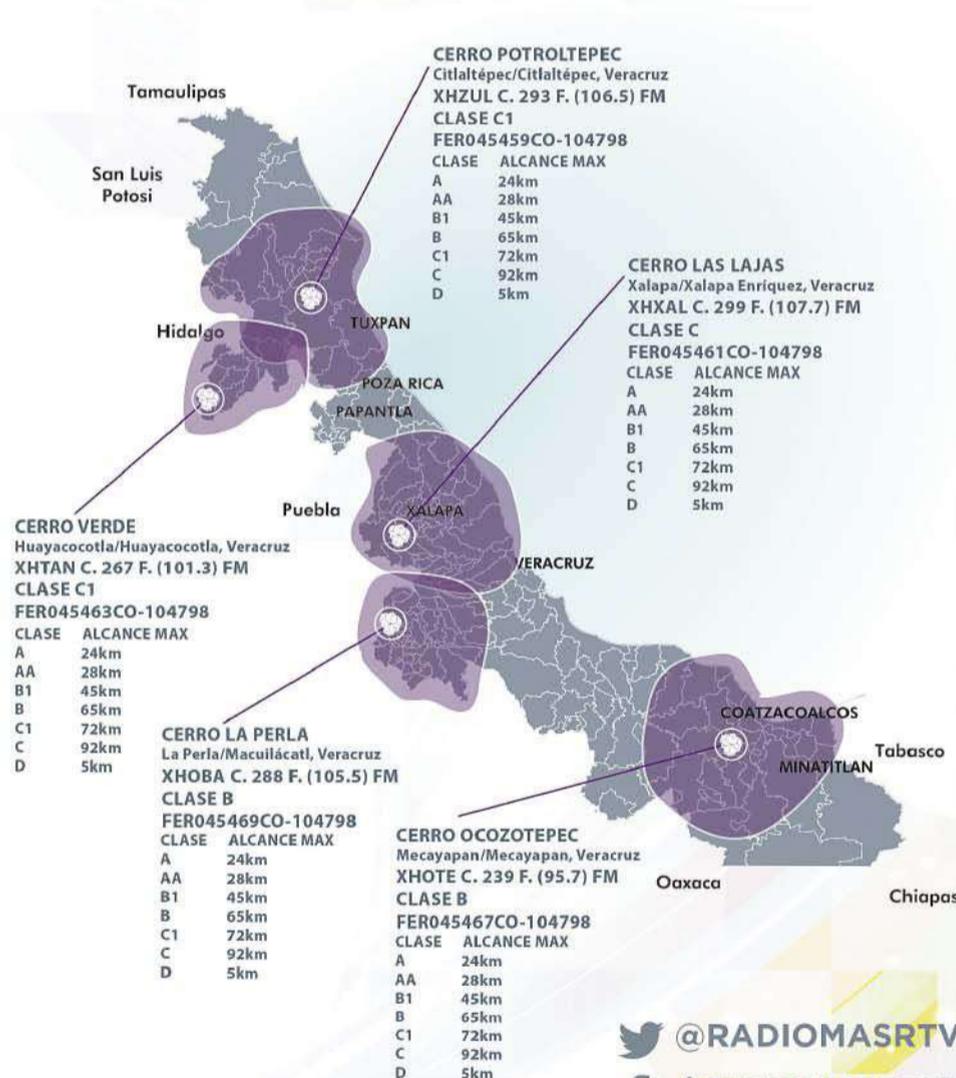
Radio • Televisión de Veracruz

Radio Televisión de Veracruz es un organismo público descentralizado que desde su fundación tiene como objetivo el producir y transmitir programas cuyo contenido e información sirvan a la audiencia para elevar su calidad de vida, además de difundir la cultura, las tradiciones, los sitios turísticos y los valores de nuestro país, a partir de Veracruz.

COBERTURA DE TRANSMISIÓN EN EL ESTADO DE VERACRUZ TRANSMISORAS TDT



COBERTURA DE TRANSMISIÓN EN EL ESTADO DE VERACRUZ TRANSMISORAS FM



@TVMASVeracruz
 /TVMAS
 /TVMASVeracruz
 @TVMASVeracruz

Nuestra señal es transmitida las 24 horas los 365 días del año en calidad HD

@RADIOMASRTV
 /RADIOMASRTV
 /RADIOMASRTV
 @RADIOMASRTV

Contamos con **transmisión mundial en vivo vía streaming** ya sea a través de nuestras plataformas móviles para IOS y Google Play, como a través de nuestra página **www.rtv.org.mx**





Radio • Televisión de Veracruz



SERVICIOS



SERVICIOS PARA CIRCUITOS CERRADOS, TRANSMISIÓN EN VIVO DE EVENTOS ESPECIALES, RENTA DE EQUIPO Y UNIDADES MÓVILES, ENTRE OTROS...



VIDEO

- Producción de spots para TV y redes, videos institucionales, videos inductivos y materiales para capacitación, etc.
- Renta de equipo, estudios y unidades móviles.
- Filmaciones especiales, videoclips musicales y making of.
- Servicios de edición y post-producción de materiales ya existentes.
- Animación 2D y 3D, motion graphics e ilustración.



@TVMASVeracruz

/TVMAS

/TVMASVeracruz

@TVMASVeracruz



SERVICIOS CREATIVOS DE IMAGEN

- Diseño de imagen corporativa, institucional o editorial.
- Fotografía publicitaria, de producto o de figuras públicas.
- Casting de talentos en voz e imagen: actores, actrices, modelos, locutores y voces.
- Desarrollo de conceptos publicitarios.
- Asesoría en marketing.
- Investigación de mercado y medios.
- Desarrollo de guiones y storyboards.

@RADIOMASRTV

/RADIOMASRTV

/RADIOMASRTV

@RADIOMASRTV



AUDIO

- Producción de spots para radio.
- Grabación y postproducción discográfica.
- Doblaje.
- Música incidental, efectos de sonido y musicalización.
- Renta de estudios y cabinas para grabación de voces e instrumentos, edición, mezcla o ensayos.

VIDEO

- Producción de spots para TV y redes, videos institucionales, videos inductivos y materiales para capacitación, etc.
- Renta de equipo, estudios y unidades móviles.
- Filmaciones especiales, videoclips musicales y making of.
- Servicios de edición y post-producción de materiales ya existentes.
- Animación 2D y 3D, motion graphics e ilustración.





Revisa que no tenga adeudos por tenencias, multas, verificación o placas.

Antes de comprar un seminuevo

TANIA LICÓN

Conocer el estado físico, mecánico y la procedencia del vehículo son importantes para asegurar la nueva transacción; evita problemas futuros

Adquirir un carro es una de las grandes satisfacciones que podemos tener en nuestra vida, en especial después de haber trabajado duro para obtenerlo; puede ser nuevo y aunque también se vale que sea seminuevo, decidirse por uno de segunda mano puede no ser algo tan sencillo como parece.

Lo más recomendable es que acudas a las agencias autorizadas, pero si decides adquirirlo con un familiar, amigo, vecino o por internet, es importante que tomes en cuenta algunas de las siguientes recomendaciones:

GARANTÍA

PIDE ALGUNA cobertura ante posibles fallas que puedan ocurrir durante un tiempo determinado.



Comprueba que el fabricante, serie vehicular, número de placas y engomado, corresponden con los papeles.



Con la ayuda de un experto deberás verificar el estado mecánico.

HABLA CON EL VENDEDOR

Normalmente te enfocas en saber las ventajas del vehículo; sin embargo, debes preguntar si hay problemas con el auto en particular, si tienes alguna duda en cuanto a documentación o si notas cualquier desperfecto.

REALIZA UNA REVISIÓN VISUAL

Pon especial atención si tiene signos de daño en la carrocería, marcas de pintura o pliegues en el chasis; además, colisiones en la cajuela, piezas recién reemplazadas y demás.

CONTRATA UN MECÁNICO

Al momento de realizar la primera inspección puedes apoyarte con tu mecánico de confianza, él te ayudará a tener una visión más clara del estado del vehículo, incluso te ayudará a prever problemas futuros.

KILOMETRAJE

Manipularlo es una práctica común que se utiliza para darle a un auto la apariencia de que no ha sido usado con frecuencia. Para evitar que te engañen de esta forma debes revisar los pedales de freno, acelerador y los tapetes para detectar signos de desgaste, si se ven agotados pero tiene un kilometraje bajo, es probable que lo hayan alterado.

PRUEBA DE MANEJO

No te limites a verlo, súbete, enciéndelo y conduce. Al estar en contacto directo con el auto podrás tener una visión más objetiva de él.

RECIBOS DE MANTENIMIENTO

Estos te ayudarán a verificar si el kilometraje que marca el auto coincide con el historial de servicio. Checar todos los recibos te dará una idea de qué fallas ha presentado el auto y cuáles ya se atendieron.

REGISTRO PÚBLICO VEHICULAR (REPUVE)

Este sitio es de consulta gratuita y tiene por objetivo la identificación y control vehicular, según lo establece el Artículo 6 de la Ley del Registro Público Vehicular. Cuenta con información pública sobre el origen, destino, actos y hechos jurídicos o cualquier operación relacionada con el auto en cuestión. Sólo necesitas ingresar un dato, ya sea el número de placa, de Identificación Vehicular (NIV), folio de Constancia de Inscripción o número.

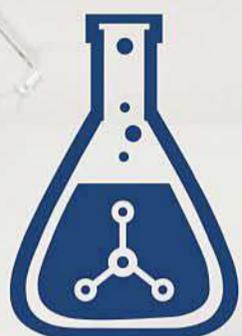
Recuerda acercarte a los especialistas, pero si optas por comprar un vehículo de amigo o familiar asegúrate de que todo esté en orden muy importante adquiere el modelo que mejor se adapte a tu presupuesto y necesidades.

TIP ONLINE

PUEDES CHECAR los modelos en internet que tienen las compañías como OLX o Kavak especialistas en seminuevos.

Los mejores productos eficientes en nutrición inmunológica

los encuentras en:



Farmacias Biogenica®



 @BiogenicaDefensas

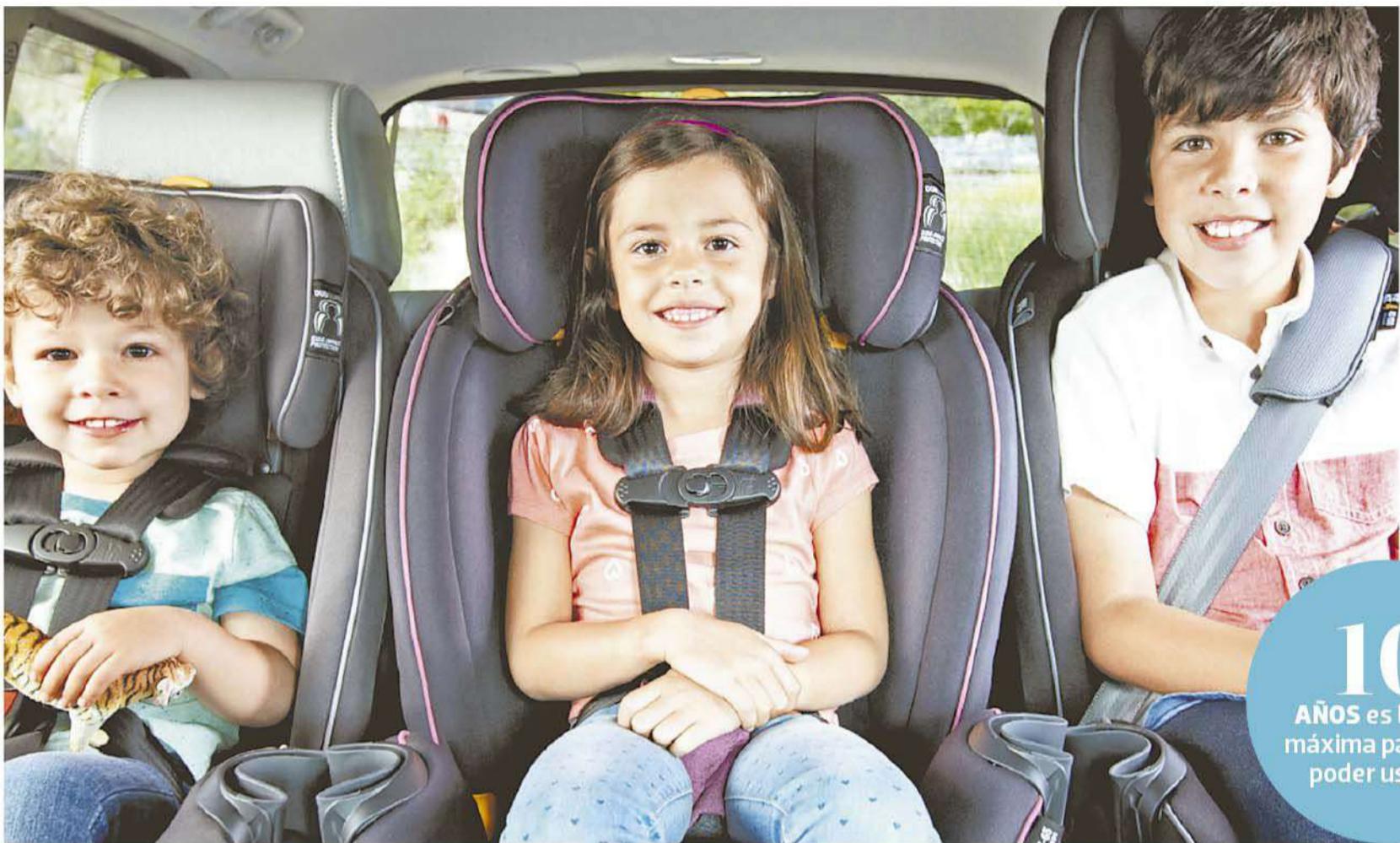
 @BiogenicaDefensas

 (449) 919 5602

 atencionaclientebiogenica@gmail

 www.biogenica.defensas.info

 Farmacias
Biogenica®



Además de mantenerlos en su lugar, destaca la disminución de las lesiones en caso de un accidente.

Niños protegidos a bordo

TANIA LICÓN

Si quieres adquirir una recuerda que existen sillas que se ajustan a la edad o al peso; esto garantiza el correcto traslado de tus hijos

Una de las principales responsabilidades de ser padre y además conducir un auto es garantizar la seguridad de todos los ocupantes, entre ellos, los más pequeños quienes necesitan un asiento especial de acuerdo a su edad y peso.

Es importante aclarar que el uso adecuado de los asientos de seguridad ayuda a mantener a los niños a salvo. La Academia Americana de Pediatría (AAP) recomienda que todos los bebés deben viajar orientados hacia atrás a partir de su primer viaje en auto, hasta que alcancen el peso o la estatura máximos permitidos por el fabricante de su asiento de seguridad.

Si no conoces mucho del tema aquí te daremos

algunos consejos para que puedas adquirir la mejor:

VERIFICA EL MODELO

Antes de comprar te recomendamos corroborar que cumple los requisitos para poder instalarla en tu vehículo. Es importante que leas las instrucciones de los fabricantes y ver si es compatible con el modelo de tu auto. Además, no olvides checar que la silla lleve la etiqueta de homologación correspondiente.

EN CURSIVAS

Este sistema de instalación de las sillas de vehículos es el más seguro y recomendado por la Dirección General de Tráfico, por tanto, es importante asegurarnos de que el modelo lo incluya.

Los anclajes proporcionan más estabilidad en caso de impacto lateral y mantienen el asiento en su sitio, incluso cuando el niño no está encima de él.

COLOCACIÓN

Para los vehículos que están equipados con el sistema ISOFIX, existen dos puntos de anclaje sujetos al chasis, visibles por los huecos de



La mayoría tienen un tiempo de vida de entre cuatro y seis años, procura no usar modelos muy antiguos.

TIP ONLINE

PARA FACILITAR su instalación puedes apoyarte de tutoriales en YouTube.

LA IDEAL

Existen tres tipos según el peso de los infantes:

Grupo 0 +: Si pesa entre los 0-13 kilos. Es decir, para recién nacidos y hasta bebés de 15 meses

Grupo 1: Niños entre 9-18 kilos y hasta cuatro años de edad.

Grupo 2/3: Si su peso está entre los 15-36 kilos, de entre cuatro y doce años de edad, aproximadamente.

los asientos. La silla debe asegurarse a ellos, con el asiento del bebé viendo hacia atrás y debe mantenerse así al menos hasta que el niño cumpla cuatro años.

Hay un tercer punto de anclaje que no debemos olvidar y que se encuentra detrás del respaldo de los asientos traseros. Para asegurar, el gancho debe pasar

por encima del respaldo, abajo de las cabeceras, hasta salir a la cajuela y ser asegurado desde ahí.

Actualmente en el mercado existen diversos modelos de sillas y cada automóvil es diferente, por eso es importante revisar tanto el instructivo de la silla, como el manual del vehículo.



PASEO
QUERÉTARO
MALLTERTAINMENT®

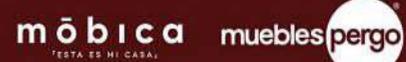
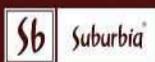
¡POR FIN!
BUENFIN



BUEN FIN

DISFRUTA LO MÁS BARATO DEL AÑO
EN TIENDA FÍSICA O EN LÍNEA

10 - 16 DE NOVIEMBRE



ZARA H&M Massimo Dutti (Sfera)

CONTENDER
GO-KARTS



2

HORAS DEBEN pasar para revisar los neumáticos después de usar el auto



PRESIÓN DE INFLADO

Para muchos, saber la presión adecuada de las llantas es un misterio. Sin embargo, es más fácil de lo que se cree, la respuesta está en la puerta del conductor o en la tapa del tanque de gasolina.

REFACCIÓN

Procura tener el neumático de repuesto en buen estado, ya que al momento de usarla será indispensable que cumpla su función.

LÍQUIDOS

Una revisión visual rápida es fácil pues los niveles mínimos están marcados. Checa el líquido de frenos, anticongelante, aceite y los limpiaparabrisas.

FRENOS

Si al pisar el pedal se siente un recorrido anormalmente más largo, vibra el vehículo o claramente no frena de forma adecuada, es indispensable checar las pastillas y el sistema en general.

HERRAMIENTAS

Es necesario contar con lo más básico: *kit* de seguridad, cables de corriente, gato hidráulico, *kit* de fusibles, desarmador de cruz y plano, pinzas, linterna con pilas y un calibrador de llantas.

LUCES

Los focos deben estar siempre en buen estado, luces altas, bajas y direccionales. Recuerda que por más que se usen para ver, es para que los demás nos ubiquen.

LIMPIAPARABRISAS

Son vitales para la movilidad en la lluvia. Inspeccionalos con frecuencia, ya que por las condiciones climáticas tiende a cristalizarse o partirse y su mal estado puede causar poca visibilidad.

BATERÍA

Los modelos modernos no requieren rellenar sus niveles de líquido; cuentan con la guía de colores verde para OK y rojo para reemplazar. Las baterías antiguas se deben destapar cada celda y confirmar la cantidad de agua, si hace falta rellenar.

GASOLINA

No dejes que baje a menos de un cuarto, al fondo se acumulan sedimentos normales del combustible y si baja demasiado; estos pueden tapan el filtro de la bomba de gasolina.

Atender pequeñas fallas en el momento en que suceden te permitirá ahorrar bastante dinero y un mal momento.

Cuidados básicos para tu automóvil

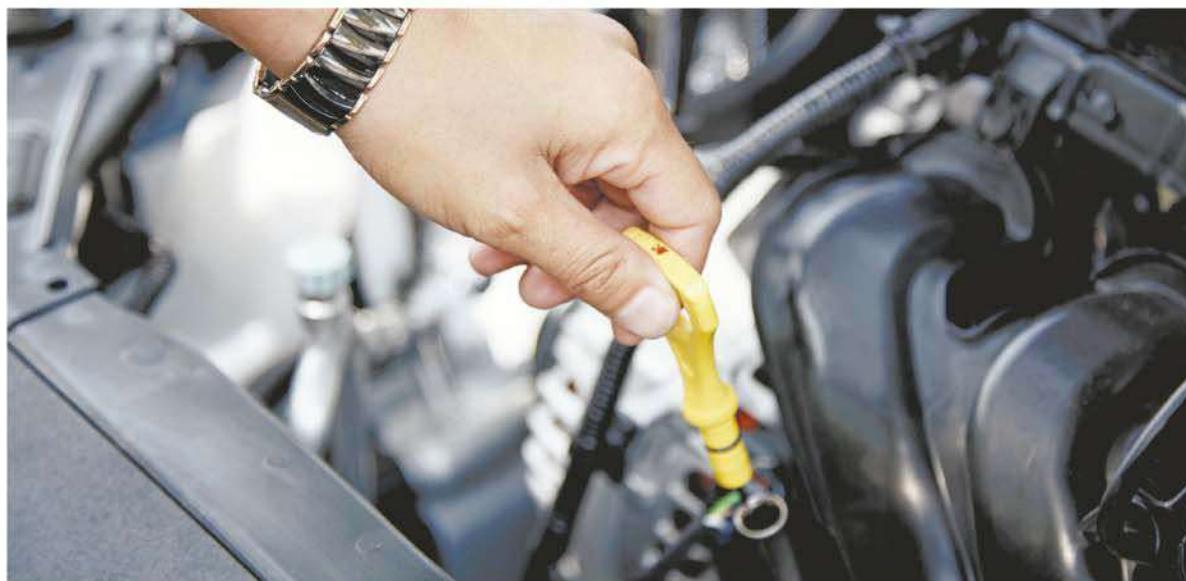
TANIA LICÓN

Para garantizar un manejo seguro es importante revisar el vehículo por lo menos una vez a la semana y antes de utilizarlo

Normalmente las personas cuando tienen un automóvil no le hacen una supervisión periódicamente, solo lo realizan cuando les toca el servicio o ya les suena algo. Pero es necesario que por lo menos una vez a la semana lleves a cabo una inspección para que todo esté funcionando correctamente; además, son cosas básicas que puedes hacer desde tu casa.

LLANTAS

Es importante comprar las que recomienda el fabricante del carro y tenerlas siempre en buen estado; que no estén lisas, rotas o con protuberancias.



La forma adecuada para revisar el nivel de aceite es cuando el motor está frío y en una superficie plana.



Es necesario contemplar mantenimientos preventivos.

TIP ONLINE

EN EL MARCO del Covid-19, distintas armadoras implementaron servicio a domicilio por cita vía internet. Checa si la marca de tu carro habilitó esta posibilidad.

3a. GENERACIÓN
A SU SERVICIO

100 AÑOS
1920-2020

El Danubio Azul®
Auténtico de Xico

Xico-Coatepec-Teocelo y Xalapa

danubioazulpan@gmail.com
danubioazuladmon@outlook.es

MATRIZ

CALLE HIDALGO Calle Hidalgo No. 192, Col. Centro, Xico, Ver. Tel. 2288130223 y 2288130999	XALAPA Av. Xalapeños Ilustres No. 140 Tel. 2284 061537 Av. 20 de Noviembre Ote. No. 438 Tel. 2285 919730 Rojano No. 7	COATEPEC Zamora No. 20 Tel. 2288 16 02 97 Juárez esq. Hidalgo Tel. 2281 335944 2da. de Arteaga No. 49 Centro	TEOCELO Av. Independencia Pte. No. 70 Tel. 2288210607 2288242549
---	---	---	---

FRACCIONAMIENTO
LOS TULIPANES
XICO VER.

- ALTA PLUSVALIA
- SEGURIDAD
- CONFORT

¡¡ CONTAMOS CON FACILIDADES DE PAGOS !!

- LOTES RESIDENCIALES
- TODOS LOS SERVICIOS
- DESDE 105 M2 HASTA 133 m2

¡CONSTRUYA LA CASA DE SUS SUEÑOS EN UNA DE LAS UBICACIONES MÁS BELLAS DE TODO VERACRUZ!

INFORMES AL:

2288576480
2281141624
martin.mendez@yahoo.com.mx

HOTEL ASTRO INN
HOTEL EXPRESS

CUANDO VIAJES A **XALAPA**
EL CALOR DE HOGAR **TE ESPERA**

WIFI SIN COSTO

SERVICIO LAVANDERÍA

CAFETERÍA

SALA DE JUNTAS

LLAMADAS SIN COSTO

ESTACIONAMIENTO GRATUITO

¡RESERVA HOY!

AV. 20 DE NOVIEMBRE 558, COL. ÁLVARO OBREGÓN (228) 688 32 95

ASTROINNHOTELEXPRESS ASTRO INN HOTEL EXPRESS

BUEN FIN
DISFRUTA LO MÁS BARATO DEL AÑO EN TIENDA FÍSICA O EN LÍNEA
10-16 DE NOVIEMBRE

DESDE
\$680
CON DESAYUNO INCLUIDO
MENCIONA ESTE ANUNCIO Y
RECIBE UN OBSEQUIO DE BIENVENIDA
*TARIFA INCLUYE IMPUESTOS

Seguro en dos ruedas

Si vas a incursionar en el ámbito de las motocicletas, considera el equipo que debes utilizar, es fundamental

Ya sea por recreación o porque buscas un medio de transporte más eficiente y que te ayude a recorrer distancias en menor tiempo en entornos urbanos, así como con un consumo de combustible contenido, la motocicleta es una gran opción de movilidad. Sin embargo, es necesario que antes de elegir algún modelo, cuentes con el equipo de protección necesario en caso de sufrir una caída.

En el mercado existe una infinidad de opciones de equipo de seguridad para motociclistas, pero también hay principios básicos que estos elementos deben cumplir para que sean efectivos, así que toma nota.

Por último no olvides, que si viajas acompañado tu pareja también debe utilizar el mismo equipo de seguridad. Recuerda que los dos se estarán desplazando a la misma velocidad y necesitarán el mismo nivel de seguridad a bordo.

VENTAJAS

Decidirse por este transporte tiene muchos aspectos a favor.

Ahorra dinero. La mayoría de los modelos en el mercado son mucho más accesibles a diferencia de otro tipo de vehículos.

Agilidad. Por sus dimensiones te brinda la facilidad para moverte.

Transporte sano. Ante la situación que se vive a causa del Covid-19 resalta por ser un medio de transporte sano; te permite moverte de forma individual.



CASCO

Es el elemento de seguridad más importante de un motociclista, pues te protege de un impacto. Asegúrate de que no te lastime ninguna parte del rostro y cabeza. Además, verifica que cuente con certificaciones de seguridad que avalan su buen funcionamiento en caso de impacto.



CHAMARRA

Esta prenda es fundamental para cuidar el torso del motociclista. Debe contar con protecciones en los hombros, pecho, espalda, codos y antebrazos. Busca que los textiles sean resistentes a la fricción y al desgaste, que cuente con ventilaciones y que no limite la movilidad de los brazos.



GUANTES

Cuando te caes, lo primero que metes son las manos, por lo que usar guantes es indispensable. Lo ideal es buscar que estén hechos con materiales resistentes a la fricción en las palmas, que no limite la movilidad de los dedos y que ofrezca protecciones en los nudillos.



BOTAS

Los pies se exponen a sufrir daños en un percance, por lo que un par de botas diseñadas para su uso en moto serán necesarias. Cuentan con refuerzos en la parte del empeine y talón. Elige la talla correcta con la que puedas operar bien la palanca de velocidades y el freno trasero.



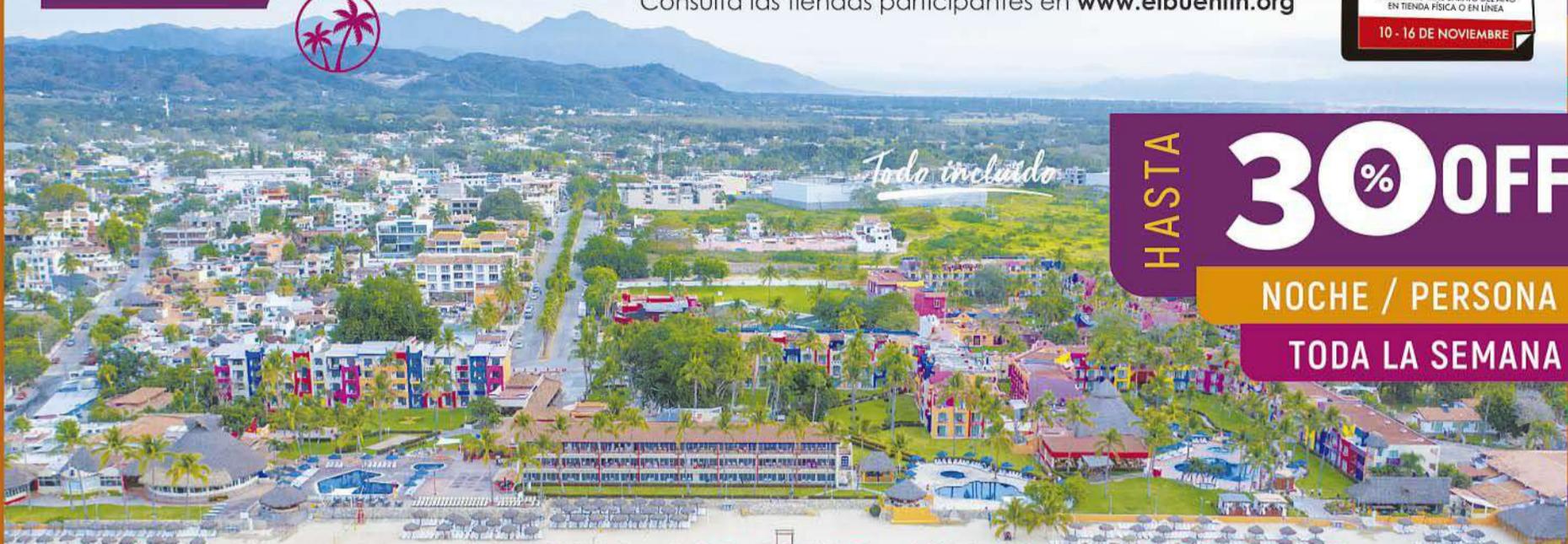
PANTALONES

Es muy común que los motociclistas hagan de lado esta pieza; sin embargo, evitará lesiones más severas en una caída: equipan protecciones para la cadera y rodillas, en algunos casos, son repelentes al agua. Del mismo modo que la chamarra, busca unos pantalones con los que te sientas cómodo.

DECAMERON
All Inclusive Hotels & Resorts



Del 10 al 16 de NOVIEMBRE
Consulta las tiendas participantes en www.elbuenfin.org



Todo incluido

HASTA

30% OFF

NOCHE / PERSONA

TODA LA SEMANA

COMPLEX
RIVIERA NAYARIT,

LA MARINA
RINCÓN DE GUAYABITOS,

LOS COCOS
RINCÓN DE GUAYABITOS,

ISLA CORAL
RINCÓN DE GUAYABITOS,

LOS CABOS
SAN JOSÉ DEL CABO,

PROTOSCOLOS DE
Bioseguridad
CERTIFICADOS



LEÓN
477 717 2843

LÍNEA NACIONAL
800 011 11 11

WWW.DECAMERON.COM

COMPRA AHORA Y HAZ CAMBIOS

Sin penalidades



Aplica para compras del 10 al 16 de noviembre de 2021. Consulta fechas de viaje por hotel en noviembre o diciembre 2021 y de enero a diciembre de 2022. Porcentajes de descuento varían por fecha de viaje y por hotel. Promoción sujeta a disponibilidad y cambios sin previo aviso. Consulta tarifas con promociones por fecha de viaje. Promoción aplica para pago en efectivo. Estancia mínima 2 noches. Consulta nuestras facilidades de pago. Aplican fechas con black out. No aplica con otras promociones. Cupos adicionales sujetos a disponibilidad hotelera. Consulta nuestras políticas de reservas flexibles y otras restricciones en nuestro sitio web o con tu agencia de viajes.



Participa para ganar
uno de los
60 PREMIOS



6 AUTOS
MARCH

12 PREMIOS DE
\$100,000.00

18 PREMIOS DE
\$50,000.00

24 PREMIOS DE
\$25,000.00

Aquí perteneces^{CPM}

Caja Popular Mexicana

Consulta las bases en www.cpm.coop
Permiso SEGOB 20210156PS07





CARIBE MEXICANO

LO MEJOR DE DOS MUNDOS

caribemexicano.travel

BACALAR

Safe travels

by