

Buscará Ulises Romero que cabildos del país sean capacitados constantemente en Encuentro Nacional de Síndicos y Regidores

7 ▶



Secundaria Federal No 1 Nicolás Romero pinta abecedario en LSM en barda

9 ▶



Llaman a población a reducir el uso del plástico

5 ▶



Por ola de calor, SEE emite medidas preventivas para escuelas de Michoacán

6 ▶



Integrantes del Jardín del Arte quieren recuperar kiosco del Jardín Constitución

9 ▶

Conalep plantel 240 pionero en promover la sustentabilidad

5 ▶



AMLO y gobernadores de Morena acuerdan unidad rumbo al proceso electoral 2024

4 ▶



Edición PDF

Escáreame

PORTAL DE NOTICIAS
<https://laregionentinea.com.mx>

Informativo La Region

EDICIÓN IMPRESA

DEL ORIENTE DE MICHOACÁN

\$10.00 Ejemplar

Fundador y Director General: René Serrano García

MIÉRCOLES AÑO XXXIX
7 de Junio de 2023 No. 2784

Inician funciones los Juzgados Cívicos en Zitácuaro

Todas las instituciones deberían tener como meta el anhelo de Ocampo: “Hasta cuando llegará el día en que se aprecie más al hombre que enseña que al que lo mata: Eduardo López

- Autoridades conmemoran 162 aniversario luctuoso del filósofo de la reforma

H. Zitácuaro Michoacán, 03 de junio de 2023.- Por: Guadalupe Solache Rebollo. Juan Antonio Ixtláhuac Orihuela, alcalde de

Zitácuaro; conmemoraron el 162 aniversario luctuoso del filósofo de la reforma, Don Melchor Ocampo, recordando las aportaciones que hizo a la historia este personaje.

Cómo ya es costumbre, el acto alusivo a esta fecha se realizó en el Monumento dedicado a Melchor Ocampo que está en el Jardín Constitución.

Al pronunciar el mensaje oficial, Eduardo López Camargo, integrante de las respetables logias del oriente de Michoacán resaltó las aportaciones que tuvo Don Melchor Ocampo en diferentes rubros, principalmente en el tema

educativo.

“Para nadie es desconocido que la sociedad actual enfrenta una crisis de valores, y todas las instituciones educativas en México deberían tener como meta, no sólo brindar educación a todos por igual, sino contribuir a una sociedad que haga posible al anhelo de Ocampo, cuando señalaba ‘Hasta cuando llegará el día en que se aprecie más al hombre que enseña que al que lo mata’”.

Durante su intervención, López Camargo, hizo una reseña del filósofo de la reforma como liberal y educador. Por ejemplo en el Colegio de San Nicolás, logró cambios importantes, entre ellos nuevas carretas y hasta cursos gratuitos, ya que él quería encauzar a jóvenes en temas actuales.

“Melchor Ocampo fue un adelantado a su tiempo, se le conoció por ser visionario y creador de instituciones dedicadas a la enseñanza”, explicó.

Al final, los presentes colocaron ofrendas florales e hicieron guardia de honor ante el monumento a Don Melchor Ocampo.

Con la entrega de planta para reforestar, celebra #GobiernoDeSoluciones Día Mundial del Medio Ambiente

- Serán 140 mil plantas de pino, oyamel y otras, sembradas en tenencias y comunidades.

Zitácuaro Mich., a 06 de junio de 2023.-Durante la celebración del Día Mundial del Medio Ambiente y, como parte de más #SolucionesVerdes, se entregaron plantas de pino y oyamel, simbolizando la amplia reforestación que realizará el gobierno de Toño Ixtláhuac en la campaña 2023, distribuida en tenencias y comunidades de Zitácuaro.

"La fecha de este día nos brinda una oportunidad de reafirmar nuestro trabajo dentro de la Agenda Verde de este gobierno, así como convocar a una conducta responsable en favor de los recursos naturales", indicó el alcalde zitacuarensis.

Toño Ixtláhuac explicó que el tema ambiental, no es de tema de facultades, " salgamos un poco de la línea y generemos resultados, no es tampoco una moda, es una necesidad", replicó, refiriendo a que es inminente continuar impulsando una política de sustentabilidad.

El inicio de la reforestación de 140 mil plantas, se realizó en el vivero municipal, encabezando la actividad el alcalde Ixtláhuac. Este trabajo está coordinado por la Secretaría de Agronomía y Medio Ambiente.



Durante la celebración del Día Mundial del Medio Ambiente y, como parte de más #SolucionesVerdes, se entregaron plantas de pino y oyamel, simbolizando la amplia reforestación que realizará el gobierno de Toño Ixtláhuac en la campaña 2023, distribuida en tenencias y comunidades de Zitácuaro.



Autoridades municipales, encabezadas por Juan Antonio Ixtláhuac Orihuela, alcalde de Zitácuaro; conmemoraron el 162 aniversario luctuoso del filósofo de la reforma, Don Melchor Ocampo, recordando las aportaciones que hizo a la historia este personaje.



Directorio Informativo La Región

Fundador y director general: René Serrano García.

Jefe de información y web master: L.I. René Serrano Fuentes.

Subdirectora administrativa: Claudia Argueta González.

Jefe de redacción: Ing. Ind. César Fernando Serrano Fuentes.

Reporteros: Guadalupe Solache Rebollo. René Alejandro Serrano Argueta

Sección sociales: Rosa Fuentes Mendoza.

Asesor Jurídico: Lic. Octavio Morales Balboa.

Articlistas: Maestro Tayde González Arias, Lic. Gregorio López Mendoza P. Ángel Espino García. P. Agustín García Celis.

Informativo La Región se publica los días miércoles y sábado.



**JOSÉ
MAURICIO
MORALES
SÁNCHEZ**

**NOTARIO PÚBLICO N° 38
Y DEL PATRIMONIO INMOBILIARIO FEDERAL**

H. ZITÁCUARO, MICHOACÁN
TELS. 153-09-03 Y 153-53-24

C.P. 61500

5 DE MAYO SUR N° 41-A
notario38@hotmail.com

Amigo kit

ahora en

5G

Samsung Galaxy A54 5G

Motorola moto g53 5G

Gracias mamá ✓

SAMSUNG



Compra un Amigo Kit
Recarga \$100 y te regalamos

\$200 más

Incluye:

4GB+ Minutos y mensajes
Sin Límite

Vigentes por 30 días



EVONET

Distribuidor Autorizado

Vigente al 31 de Mayo de 2023

La mayor Cobertura y Velocidad

telcel

Al comprar un Amigo Kit y realizar una recarga de \$50 recibirá los beneficios de una recarga de \$150 vigentes por 26 días si el cliente elige el esquema de cobro Amigo Sin Límite; a realizar una recarga de \$100 recibirá los beneficios de una recarga de \$300 vigentes por 30 días, si el cliente elige el esquema de cobro Amigo Sin Límite. 1) Agotados los MB incluidos, se cobrará conforme a la tarifa de \$0.85 el MB adicional, descontándose del Saldo Amigo disponible. 2) La navegación en EUA y Canadá depende de la capacidad tecnológica ofrecida por el operador extranjero. 3) Redes Sociales limitadas: El uso de WhatsApp, Twitter, Facebook, Messenger, Instagram y Snapchat limitados se encuentra sujeto a la Política de Uso de Redes Sociales incluidas disponible en www.telcel.com/redesociales. 4) El uso de los servicios de voz y SMS ilimitados está sujeto a la Política Antifraude en el Uso de Servicios Ilimitados disponible en www.telcel.com/politicaantifraude, así como de la Política de Uso de Servicios Sin Fronteras disponible en www.telcel.com. CLARO MÚSICA: Al recargar \$150 en una sala exhibición, comprar desde pequeños \$1.75 en adelante o comprar un Paquete Internet Amigo \$150 el cliente obtiene 500 MB para el servicio de streaming de audio en Internet denominado Claro Música que podrán ser utilizados estando en México. Aplica para usuarios con esquema de Cobro Amigo Sin Límite. El beneficio aplica hasta que se agoten los MB promocionales o hasta el término de la vigencia de la recarga realizada. La que ocurre primero. Al término de los datos incluidos por promoción, el consumo de datos se continuará a partir de los datos incluidos para navegación libre. Claro música es un servicio de audio en Internet previsto que requiere de una suscripción con costo y de la creación de una cuenta y aceptación de los términos y condiciones del servicio. La suscripción se puede realizar eligiendo como forma de pago el número Telcel, en cuyo caso el cargo se debitará del Saldo Amigo nombre y por cuenta de Claro música. Información en www.claromusica.com. SUSCRIPCIÓN INDICADA CON EL EQUIPO EVANGONET. La disponibilidad y calidad en la prestación del servicio Claro Música es responsabilidad del tercero que lo ofrece y se prestará conforme a la disponibilidad, calidad, términos y condiciones ofrecidos por el tercero correspondiente. Válido en toda la República Mexicana con excepción de la CDMX, Estado de México, Hidalgo y Morelos. Más información en www.telcel.com, *264, Centros de Atención a Clientes y Distribuidores Autorizados Telcel. Precios incluyen IVA. Válido al 31 de mayo de 2023.

AMLO y gobernadores de Morena acuerdan unidad rumbo al proceso electoral 2024



En reunión con el presidente Andrés Manuel López Obrador, los mandatarios estatales coincidieron en mantener la unidad, piso parejo y reglas claras, para respaldar a quien resulte elegido como candidato o candidata de Morena a la presidencia de la República.

Brinda SSM atención para prevenir adicciones de manera gratuita

- Con el propósito de reforzar el cuidado de la salud mental.

Morelia, Michoacán, 3 de junio del 2023.- La Secretaría de Salud de Michoacán (SSM) brinda en promedio mil 500 consultas mensuales de primera vez y subsecuentes a través de las cuatro unidades de Especialidades Médicas de Atención Primaria a las Adicciones (UNEME-CAPA).

Lo anterior, con el propósito de reforzar el cuidado de la salud mental y adicciones, ya que el consumo de sustancia psicoactivas se ha convertido en un problema de salud pública en el panorama epidemiológico del país, con consecuencias sanitarias y sociales que han obligado a los servicios de salud a adecuar los esquemas de tratamiento, redirigiendo y optimizando los recursos económicos, humanos y materiales disponibles para la atención.

Estos centros pretenden disminuir el consumo de drogas a través de acciones tempranas y oportunas en escuelas, grupos organizados de la sociedad civil, y comunidad en general, y se encuentran ubicados en los municipios de Morelia, Lázaro Cárdenas, Zitácuaro y Uruapan.

Para ello, se cuenta con una plantilla de especialistas e infraestructura necesaria para otorgar consultas psicológicas gratuitas y servicios ambulatorios para jóvenes con problemas derivados del abuso de sustancias nocivas a la salud.

El personal brinda capacitaciones en materia de prevención a las adicciones a docentes y realiza actividades reactivas para fomentar la sana convivencia entre jóvenes.

Cada tratamiento de una adicción va acompañado de terapia al paciente para saber si tiene algún trastorno que desencadenó consumir alcohol o sustancias nocivas, o viceversa, y así después generar un esquema trabajo conjunto con sus familiares que permitan lograr una correcta atención a su problema.



La Secretaría de Salud de Michoacán (SSM) brinda en promedio mil 500 consultas mensuales de primera vez y subsecuentes a través de las cuatro unidades de Especialidades Médicas de Atención Primaria a las Adicciones (UNEME-CAPA).

Morelia, Michoacán, 6 de junio de 2023.- El gobernador Alfredo Ramírez Bedolla y sus homólogos de los estados donde gobierna Movimiento de Regeneración Nacional (Morena), acordaron caminar juntos rumbo al proceso electoral del 2024.

En reunión con el presidente Andrés Manuel López Obrador, los mandatarios estatales coincidieron en mantener la unidad, piso parejo y reglas claras, para respaldar a quien resulte elegido como candidato o candidata de Morena a la presidencia de la República.

Ramírez Bedolla informó que en el encuentro también participaron el

secretario de Gobernación, Adán Augusto López; el secretario de Relaciones Exteriores, Marcelo Ebrard Casaubón, la jefa de Gobierno de la Ciudad de México, Claudia Sheinbaum Pardo y el senador Ricardo Monreal.

Por lo que se notificó que el próximo domingo en la Ciudad de México, se realizará el Consejo Nacional de Morena a las 17:00 horas, donde el máximo órgano dará a conocer la convocatoria y reglas para, apegándose a los principios de Morena y sus estatutos, definir al coordinador nacional en defensa de la Cuarta Transformación.

El gobernador de Michoacán adelantó que dicho proceso de selección, se realizaría por encuesta para seleccionar al representante que competirá por la Presidencia de la República.

En turismo hay que buscar nuevas oportunidades de negocio con un enfoque regional y local: Gloria Tapia

-La legisladora destacó la importancia de apoyar el crecimiento turística y la generación de empleos de calidad, es decir potenciar el fomento del sector.

En materia de turismo, en Michoacán se deben buscar nuevas oportunidades de negocio con un enfoque regional y local, respetuoso del entorno natural y cultural, recaló la diputada Gloria Tapia Reyes, presidenta de la Comisión de Fortalecimiento Municipal y Límites Territoriales de la LXXV Legislatura del Congreso del Estado.

La también vicecoordinadora del Grupo Parlamentario del Partido Revolucionario Institucional destacó la importancia de apoyar el crecimiento turística y la generación de empleos de calidad, es decir potenciar el fomento del sector.

“Es necesario fortalecer la promoción turística de nuestro patrimonio cultural y natural, así como invertir en la profesionalización de sus trabajadores y la infraestructura de nuestros destinos turísticos”.

La diputada por el Distrito de Zitácuaro consideró indispensable garantizar seguridad para que el sector pueda seguir creciendo y generar un trabajo coordinado con los prestadores de servicios y todos aquellos involucrados en el sector turístico.

“Las actividades que se desarrollan en el estado de Michoacán y que tradicionalmente se realizan en materia cultural y de tradiciones en nuestros municipios deben posicionarse nacionalmente, es decir, se les debe dar una promoción óptima para atraer más turismo, pero de igual forma promocionar la tradición, hecho que dará a conocer la misma riqueza de los eventos forjados en el estado”.

Gloria Tapia destacó la importancia de contar con un programa viable que permita detonar la promoción de todos los diferentes lugares turísticos del estado, esto para generar aún más la atracción de turismo a estas zonas.



En materia de turismo, en Michoacán se deben buscar nuevas oportunidades de negocio con un enfoque regional y local, respetuoso del entorno natural y cultural, recaló la diputada Gloria Tapia Reyes.

Inician funciones los Juzgados Cívicos en Zitácuaro

- Juan Antonio Ixtláhuac Orihuela entrega nombramientos a quienes serán responsables de resolver dichos conflictos

H. Zitácuaro Michoacán, 05 de junio de 2023.- Por: Guadalupe Solache Rebollo. Con un total de 3 jueces, quienes serán los responsables de solucionar conflictos, este lunes arrancaron funciones oficialmente los juzgados cívicos en la ciudad. Entre los problemas que podrán resolver se encuentra cuando un ciudadano tira basura en la calle, infracciones de tránsito así como problemas entre vecinos donde este involucrada la autoridad municipal.

Fue el Presidente Municipal Juan Antonio Ixtláhuac Orihuela, el responsable de hacer la entrega de nombramientos a quienes serán los jueces, inicialmente serán 3: Salvador Moreno Ramos, Moisés Salazar, así como Mayra Beatriz Valdespino.

En su intervención el alcalde de Zitácuaro, dejó claro que los zitacuarenses se merecen instituciones fuertes, sólidas, dignas y cercanas a todos los ciudadanos. En este sentido, reflexionó que uno de los principales temas que preocupan a los ciudadanos son los relacionados a la seguridad.

Por ello, dijo que todas las instituciones deben estar preparados a las exigencias y reclamos de los ciudadanos, pues es necesarias mejores estrategias, comunicación y coordinación para una justicia pronta, expedita y sobre todo cívica que permita una mejor convivencia social.

“La violencia es un tema de evolución, se va dando desde pequeños infractores que al no recibir los escarmentos necesarios, procesos o procedimiento que permitan restauran

sus conductas van evolucionando sus conductas antisociales, violentas e inseguras que dañan el tejido social”, explicó.

Ixtláhuac Orihuela, destacó que la justicia cívica permite fortalecer la justicia nacional, ya que ha de permitir solucionar controversias e diferencias a través de juicios para determinar quién tiene la razón en los distintos pleitos. Y la justicia cívica solo está facultada para temas de reglamentación municipal y no deberá chocar con ninguna corporación de seguridad.

El representante de Seguridad Pública Municipal así como la juez Mayra Beatriz Valdespino, explicaron el procedimiento que deberá seguir cada procedimiento, la forma de actuar y sobre todo la importancia de los elementos de la Dirección de Seguridad Pública Municipal para un proceso adecuado, ya que la justicia cívica implica llamadas de atención, sanción.



Conalep plantel 240 pionero en promover la sustentabilidad

-Arranca 11va. Semana de Protección al Medio Ambiente

H. Zitácuaro Michoacán, 05 de junio de 2023.- Por: Guadalupe Solache Rebollo. En el marco del Día Mundial del Medio Ambiente instituido para el 5 de junio de cada año, el Conalep plantel 240 dio inicio a la Onceava Semana de Protección al Medio Ambiente “Comunidad Conalep unida por la Tierra”, y se desarrollará del 6 al 9 de junio.

El evento tuvo lugar en las instalaciones del plantel y contó con la presencia de legisladores, funcionarios estatales así como autoridades educativas y ambientalistas.

Como anfitrión, el Director del plantel,

Fernando Terán Huerta resaltó la necesidad de involucrar a los jóvenes en tareas que están enfocadas al cuidado del medio ambiente.

Durante su mensaje, el Director General del Conalep Michoacán, Osvaldo Ruiz Ramírez pidió a los alumnos participar en las diferentes acciones que se van a implementar en aras de la sustentabilidad.

Recordó que en muchos lugares había suficiente agua, lo que motivaba la existencia de flora y fauna, sin embargo por el descuido de todos hoy los recursos naturales están deteriorados y los efectos ya se están

teniendo, un ejemplo de ello son las variaciones en el clima.

Por su parte, la Diputada Local Gloria Tapia Reyes, como Presidenta del Comité de



En el marco del Día Mundial del Medio Ambiente instituido para el 5 de junio de cada año, el Conalep plantel 240 dio inicio a la Onceava Semana de Protección al Medio Ambiente “Comunidad Conalep unida por la Tierra”, y se desarrollará del 6 al 9 de junio.

Vinculación aplaudió este tipo de iniciativas y reiteró todo el apoyo con el que pueda contribuir.

Como parte central del evento se tuvo una plantación simbólica en el lugar y en los siguientes días se habrán de implementar proyectos enfocados al cuidado del medio ambiente, entre ellos la cosecha de agua, instalación de un centro de acopio de PET para su reciclaje, también la puesta en marcha de producción de árboles para reforestación.

Llaman a población a reducir el uso del plástico

- Este lunes se cumplieron 50 años de la conmemoración del Día Mundial del Medio Ambiente

H. Zitácuaro Michoacán, 05 de junio de 2023.- Por: Guadalupe Solache Rebollo. Este año se cumplieron 50 años de la conmemoración del Día Mundial del Medio Ambiente, instituida por la Organización de las Naciones Unidas (ONU) y este 2023 el lema es “Por un planeta sin plástico”.

Esto se debe a que el plástico está invadiendo el planeta cada vez más, señaló el Ingeniero Víctor Torres Morales, ambientalista local y Presidente del Consejo Municipal de Ecología.

Reflexionó que según datos de investigaciones científicas, en todo el planeta se fabrican al año 400 mil millones de plásticos, de estos, un total de 11 millones llegan a los cuerpos de agua. De esta situación el oriente y Zitácuaro no son la excepción, por ejemplo la Presa del Bosque está invadida de estos residuos.

Asimismo, comentó que al año cada persona ingiere 50 mil micropartículas de plástico, ya sea a través de los alimentos, en el agua o bien a través del aire que respira. “Esta situación es preocupante porque el planeta se está sumergiendo en plástico y nos debe ocupar a todos”, dijo.

Torres Morales, exhortó a la población a



El plástico está invadiendo el planeta cada vez más, señaló el Ingeniero Víctor Torres Morales, ambientalista local y Presidente del Consejo Municipal de Ecología.

reducir el uso del plástico lo más que se pueda, pero sobre todo a separar residuos de tal manera que los plásticos se busque la manera de reutilizarlos y no seguir contaminando.

“Todos los días y a cada hora desde que salimos de nuestra casa traemos con nosotros algo de plástico, incluso al regresar a casa y eso debe disminuir”.

Renueva #GobiernoDeSoluciones Jardín de la Constitución

-El espacio ahora cuenta con cafetería, galería de libros, mesas con sombrillas y presentación de eventos artísticos y culturales.



Como parte del proyecto de embellecer el centro de Zitácuaro y rescate de espacios públicos, el presidente municipal Juan Antonio Ixtláhuac, inauguró la remodelación del quiosco y explanada del Jardín de la Constitución.

Zitácuaro, Mich., a 4 de junio del 2023.- Como parte del proyecto de embellecer el centro de Zitácuaro y rescate de espacios públicos, el presidente municipal Juan Antonio Ixtláhuac, inauguró la remodelación del quiosco y explanada del Jardín de la Constitución.

Cabe mencionar que desde el comienzo de

su administración inició la renovación de todas las luminarias de esta plaza, tras muchos años de encontrarse en penumbras y descuido.

Toño Ixtláhuac destacó que este lugar es parte del corazón de La Heroica, por ello debe permanecer y mantenerse como un espacio digno y atractivo para la estadía de los

Se suma Zitácuaro a la celebración del “Día Mundial de la Bicicleta”

- Rodada de ciclistas por varias calles de la ciudad

H. Zitácuaro Michoacán, 03 de junio de 2023.- Por: Guadalupe Solache Rebollo. Por primera vez a nivel local se celebró el Día Mundial de la Bicicleta, como un llamado a la población a utilizar este medio de transporte para disminuir la contaminación así como fomentar un estilo de vida saludable.

Esta efeméride se creó gracias a un Decreto de la Organización de las Naciones Unidas (ONU), proclamado en el año 2018. El objetivo es promover el uso de este medio de transporte sostenible, sano y divertido, y concienciar a la sociedad sobre los derechos de los ciclistas.

A nivel local este día se hizo una bici humana en la Plaza Central de la ciudad, posteriormente los asistentes con sus bicicletas llevaron a cabo una rodada por varias calles de la ciudad. Estas actividades son parte de la Semana Ambiental que se realiza del 1 al 6 de junio.

A la actividad también se sumó el alcalde Juan Antonio Ixtláhuac Orihuela, quien llegó a la Presidencia Municipal a bordo de una bicicleta, como forma de poner el ejemplo a los zitacuarenses.



Por primera vez a nivel local se celebró el Día Mundial de la Bicicleta, como un llamado a la población a utilizar este medio de transporte para disminuir la contaminación así como fomentar un estilo de vida saludable.

zitacuarenses y visitantes. El alcalde indicó que en el Jardín de la Constitución, además de ofrecer el servicio de cafetería, se proyecta que cada semana, haya viernes románticos y que, al igual que los Jueves Danzoneros, se queden para la posteridad.

Agregó que la grandeza de Zitácuaro merece ser capitalizada hacia el turismo y desarrollo económico.

Una obra de electrificación representa anhelos para nuestras comunidades: Toño Ixtláhuac

-Arranca alcalde trabajos de electrificación en Manantiales de las Rosas.

Zitácuaro, Mich., a 5 de junio del 2023.- "Instalar una red de iluminación, es más que una obra para nosotros, porque la gente de nuestras comunidades tiene años esperando este momento", externó Toño Ixtláhuac, en el arranque de una red de iluminación en la colonia Manantiales de las Rosas, en favor de 10 familias.

El presidente municipal convocó a los vecinos a ser promotores de la unidad para caminar hacia el progreso. Señaló que muchas obras son historias de vida y su administración desea ser parte de ese momento en que cambian sus condiciones de vivir.

Respecto al red de electrificación, aseguró que en los próximos meses contarán con una zona iluminada que traerá beneficios y mayor seguridad. Agradeció la confianza en su gobierno y ratificó que esta acción es otro resultado del #DíaCiudadano, donde fue atendida la solicitud.



"Instalar una red de iluminación, es más que una obra para nosotros, porque la gente de nuestras comunidades tiene años esperando este momento", externó Toño Ixtláhuac, en el arranque de una red de iluminación en la colonia Manantiales de las Rosas, en favor de 10 familias.

Por ola de calor, SEE emite medidas preventivas para escuelas de Michoacán

Las actividades al aire libre en los planteles deberán reprogramarse para evitar excesiva exposición al sol.

Morelia, Michoacán, 5 de junio de 2023.- Ante la ola de calor que afecta a gran parte de los municipios michoacanos, la Secretaría de Educación del Estado (SEE) emitió una circular donde establece medidas para prevenir afectaciones, entre ellas, se pide evitar actividades en las que los menores se expongan directamente al sol entre las 10:00 y las 16:00 horas.

En ese sentido, se instruye a reprogramar las actividades al aire libre, como los recreos, ensayos o las clases de educación física, evitando las horas de máxima exposición al sol.

Dichas actividades deberán realizarse antes de las 10:00 horas para turnos matutinos y después de las 16:00 horas para turnos vespertinos, en las escuelas de nivel básico.

Asimismo, se recomienda a los miembros de las comunidades escolares mantenerse hidratados, consumiendo de dos a tres litros diarios de agua natural, evitando los jugos, refrescos o bebidas azucaradas; además de establecer pausas regulares para que estudiantes y personal puedan beber agua durante las actividades escolares.

Las autoridades educativas invitan a promover el uso de protector solar, ropa ligera, transpirable, de preferencia de colores claros, y recuerdan que los uniformes escolares no son obligatorios; se debe privilegiar el uso de ropa cómoda y adaptada al clima cálido.

En caso de presentar fiebre; piel roja, seca y sin sudor; boca seca; alteración en la respiración (sin que se padezca de alguna enfermedad infecciosa); es importante acudir al médico, ya que puede tratarse de los primeros síntomas del golpe de calor y deshidratación.



Entre las medidas se pide evitar actividades en las que los menores se expongan directamente al sol entre las 10:00 y las 16:00 horas.

Buscará Ulises Romero que cabildos del país sean capacitados constantemente en Encuentro Nacional de Síndicos y Regidores

- El regidor por la fracción del PRD participará en Encuentro Nacional de Síndicos y Regidores en Puerto Vallarta en el mes de julio
- Actualmente es vicepresidente de Confederación Nacional de Regidores (CONAREM)



El regidor perredista y vicepresidente de la CONAREM, Ulises Romero Hernández, integrante del cabildo zitacuareño, participó en esta ciudad para la conformación de lo que será la próxima reunión nacional de Síndicos (as) y Regidores (as) de las diferentes expresiones políticas que se habrá de realizar en Puerto Vallarta, Jalisco los días 21, 22 y 23 del mes de julio.

CDMX.- El regidor perredista y vicepresidente de la CONAREM, Ulises Romero Hernández, integrante del cabildo zitacuareño, participó en esta ciudad para la conformación de lo que será la próxima reunión nacional de Síndicos (as) y Regidores (as) de las diferentes expresiones políticas que se habrá de realizar en Puerto Vallarta, Jalisco los días 21, 22 y 23 del mes de julio.

Para ello, la mesa directiva de la CONAREM (Confederación Nacional de Regidores) y de la CONASIME (Conferencia Nacional de Síndicos) se reunieron el día de hoy, 5 de junio, en las instalaciones de la Cámara de Diputados Federal, para formalizar la realización del Congreso y establecer la agenda de temas en un marco democrático y de pluralidad, considerando la importancia de fortalecer acuerdos en favor del bienestar y desarrollo del país.

La organización del próximo Congreso Nacional es resultado de la voluntad política y el amplio compromiso de las y los

municipalistas de todas las expresiones políticas del país, con el objetivo de impulsar, promover y defender los fines de hacer realidad el concepto de Municipio Libre, promover el desarrollo y fortalecimiento de los municipios de México impulsando la vida democrática nacional, así como la promoción del respeto a los derechos humanos desde el ámbito local.

Es así, que en el marco de este evento, se buscarán incentivar el diálogo y la discusión de los temas de interés general que afectan el funcionamiento de las y los regidores y sindicaturas del país, así como se promoverán el diseño e implementación de acciones e iniciativas de las y los ediles, a través del intercambio de conocimientos y experiencias de éxito.

Al término de la reunión, los integrantes de la CONAREM y CONASIME participaron en una rueda de prensa, en donde Ulises Romero Hernández, en su calidad de vicepresidente, tomó la palabra y señaló que “la finalidad de estar frente a los medios de comunicación, es para promocionar el próximo Encuentro Nacional de Síndicos y Regidores que se habrá de realizar en Puerto Vallarta, cabe señalar que en Michoacán, en el año 2016, se llevó a cabo el primer encuentro en el cual se dieron cita alrededor de 1300 participantes. La finalidad de este tipo de encuentros es poder tener cabildos capacitados, profesionales y que puedan ser responsables como funcionarios”.

Con Ley de Movilidad, apps de transporte aportarán 1.5% de cada viaje: Sedum

-El recurso irá a un fondo que se creará para el desarrollo de la movilidad y el transporte en Michoacán.

Morelia, Michoacán, 5 de junio de 2023.- La nueva Ley de Movilidad y Seguridad Vial de Michoacán regula el servicio de transporte bajo demanda en redes móviles o aplicaciones, el cual tendrá que aportar el 1.5 por ciento de cada viaje realizado.

En rueda de prensa encabezada por el gobernador Alfredo Ramírez Bedolla, la titular de la Secretaría de Desarrollo Urbano y Movilidad (Sedum), Gladys Butanda Macías, detalló que este dinero irá a un fondo que se creará para el desarrollo de la movilidad y el transporte.

Señaló que con ello se atenderán infracciones al transporte público, aportaciones de empresas de gas natural, de los estudios de impacto vial y de los Sistemas de Actuación por Cooperación.

La secretaria de Desarrollo Urbano explicó que, anteriormente, el servicio de transporte bajo demanda operaba sin ningún marco jurídico que lo regulara en el estado, por lo que se ajustó a los criterios nacionales para que exista una competencia sana entre el transporte público y privado.

Esta nueva ley contempla la autorización de empresas o personas morales mediante registro único, la constancia de las unidades vehiculares, y para los prestadores del servicio, la exhibición de un engomado especial, la rendición de informes mensuales, y la actualización de los vehículos; ahora, las unidades concesionadas podrán prestar también el servicio bajo demanda.

La titular de la Sedum recaló que el transporte por medio de plataformas digitales ya operaba en la entidad y que era un tema obligado diseñar un marco jurídico que lo regulara, por lo que se integraron a los foros de parlamento abierto a los prestadores de este servicio y se les tomó en cuenta en la elaboración de la ley.



La nueva Ley de Movilidad y Seguridad Vial de Michoacán regula el servicio de transporte bajo demanda en redes móviles o aplicaciones, el cual tendrá que aportar el 1.5 por ciento de cada viaje realizado.

Derrota del PRI en Edomex, antesala del triunfo de Morena en 2024: Celis

Morelia, Michoacán; 05 de junio del 2023.- El presidente de Morena en Michoacán Juan Pablo Celis Silva, mencionó que el triunfo histórico del partido guinda en el Estado de México marca la antesala para la victoria en los comicios del 2024 y la continuidad de la Cuarta Transformación.

“El Estado de México se convirtió en el referente rumbo al 2024, nuestro movimiento es un fenómeno político y social, hace 10 años no existía como tal, hace siete años no contábamos con ninguna gubernatura en el país; ahora logramos terminar con casi un siglo de corrupción que imperó y dañó a los michiquenses”.

El líder morenista, destacó que Morena es la herramienta para lograr los intereses populares y emprender el rescate de los estados donde se ha logrado el triunfo de la transformación.

“Estamos muy contentos porque las elecciones del domingo pasado serán el reflejo de lo que sucederá en el 2024 y asegurará la continuidad de la transformación del país”, concluyó Juan Pablo Celis.



El presidente de Morena en Michoacán Juan Pablo Celis Silva, mencionó que el triunfo histórico del partido guinda en el Estado de México marca la antesala para la victoria en los comicios del 2024 y la continuidad de la Cuarta Transformación.

Gobierno estatal se suma a llamado federal para que Hidalgo respete autogobierno de San Matías

- Desde el 22 de enero dicha comunidad determinó ejercer el presupuesto directo.

Morelia, Michoacán, 3 de junio de 2023.-* El Gobierno de Michoacán se suma al llamado que hizo la Subsecretaría de Derechos Humanos, Población y Migración del Gobierno Federal, para que el presidente municipal de Hidalgo, José Luis Téllez Marín, entregue el recurso que por ley le corresponde a la comunidad de San Matías el Grande.

Y es que dicha localidad realizó su consulta libre e informada, organizada por el Instituto Electoral de Michoacán (IEM), el pasado 22 de enero para ejercer el derecho de acceder al presupuesto directo.

Sin embargo, el propio Ayuntamiento se ha negado a entregar el recurso que por ley les corresponde a las y los habitantes de la localidad.

Ante ello, la Comisión para el Diálogo con los Pueblos Indígenas de México, dependiente de la Subsecretaría de Derechos Humanos, le hizo un exhorto al alcalde para que a la brevedad se respete la libre autodeterminación de la comunidad.

El Gobierno de Michoacán respalda por su parte la postura del Gobierno federal reiterando siempre su acompañamiento a los pueblos originarios en su proceso de libre autodeterminación.

Todo ello, en la ruta de seguir reivindicando la importancia de los pueblos originarios para Michoacán, toda vez que es un eje prioritario de la administración del gobernador Alfredo Ramírez Bedolla.



controlar, en la medida de lo posible, su propio desarrollo económico, social y cultural. Además, dichos pueblos deberán participar en la formulación, aplicación y evaluación de los planes y programas de desarrollo nacional y regional susceptibles de afectarles directamente.

Por su parte, la Declaración de las Naciones Unidas sobre los Derechos de los Pueblos Indígenas, en sus artículos 3 y 4, refieren que los pueblos indígenas tienen derecho a la libre determinación para fijar libremente su condición política y perseguir libremente su desarrollo económico, social y cultural y tienen el derecho de disponer de los medios para financiar sus funciones autónomas.

El artículo 5 de la misma Declaración, dispone que los pueblos indígenas tienen derecho a conservar y reforzar sus propias instituciones políticas, jurídicas, económicas, sociales y culturales, manteniendo a la vez su derecho a participar plenamente, si lo desean, en la vida política, económica, social y cultural del Estado, en ese mismo sentido, el artículo 23 refiere que tienen derecho a determinar y a elaborar prioridades y estrategias para el ejercicio de su derecho al desarrollo y, en particular el de participar activamente en la elaboración y determinación de los programas de salud, vivienda y demás programas económicos y sociales que les conciernan y, en lo posible, a administrar esos programas mediante sus propias instituciones.

Por su parte, el artículo 1 de la Constitución Federal refiere que, todas las autoridades en el ámbito de sus competencias tienen la obligación de promover, respetar, proteger y garantizar los derechos humanos de conformidad con los principios de universalidad, interdependencia, indivisibilidad y progresividad, refiere además, que las normas relativas a los derechos humanos se interpretarán de conformidad con la Constitución y con los Tratados Internacionales de la materia favoreciendo en todo tiempo a las personas la protección más amplia.

La fracción I del apartado B, del artículo 2 de la misma Constitución, mandata a la Federación, las Entidades Federativas y los Municipios a impulsar el desarrollo regional de las zonas indígenas con el propósito de fortalecer las economías locales y mejorar las condiciones de vida de sus pueblos, mediante acciones coordinadas entre los tres órdenes de Gobierno, con la participación de las comunidades y precisa claramente que, **las autoridades municipales determinarán equitativamente las asignaciones presupuestales que las comunidades administrarán directamente para fines específicos.**

Finalmente, los artículos 1 y 3 de la Constitución Política del Estado de Michoacán; artículos 117 y 118 de la Ley Orgánica Municipal; artículo 74 de la Ley de Mecanismos de Participación Ciudadana del Estado de Michoacán, regulan el procedimiento para la transferencia del presupuesto directo a las comunidades indígenas.

Por tal razón y, con fundamento en el marco jurídico señalado en los párrafos anteriores, así mismo, con pleno respeto a las autonomías institucionales, esta Comisión exhorta de la manera más atenta al Ayuntamiento de Hidalgo, a que, con estricto apego a las normas jurídicas establecidas y respeto a los derechos humanos y colectivos, atienda la petición de las autoridades de tradicionales y del Consejo

Av. Dr. José María Vértiz No. 852, piso 6, Col. Narvarte Poniente, Alc. Benito Juárez, C.P. 03020, Ciudad de México. Tel. (55) 5128-0000 ext. 19641



Comunal de San Matías el Grande; con la atenta suplica que se sirva remitir información sobre la atención que se les brinde.

Finalmente, esta Comisión reitera su compromiso con las personas, comunidades y pueblos indígenas y afroamericanos de velar por sus derechos colectivos y fundamentales, contenidos en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos y en instrumentos internacionales en el que México forma parte, en concordancia con la política de defensa de los derechos Humanos del Gobierno Federal.

Sin otro particular, aprovecho la ocasión para enviarle un cordial saludo.

Atentamente

Mtro. Juan Campos Romero
Subdirector de Asuntos Jurídicos

C.c.p. Mtra. Patricia Rojas Maldonado. - Secretaria Particular del Subsecretario de Derechos Humanos, Población y Migración. - para su conocimiento.
Mtra. Elvia Higuera Pérez. Subsecretaria de Derechos Humanos y Población, de la Secretaría de Gobierno de Michoacán. - para su conocimiento.
Dr. en D. Humberto Urquiza Martínez, Subsecretario de Enlace Legislativo y Asuntos Registrales de la Secretaría de Gobierno de Michoacán. - para su conocimiento.
Autoridades Tradicionales y Consejo Comunal de San Matías el Grande. - para su conocimiento.

En atención al volante: E/COG-23-5437
Oficio: SEGOB/SDH/PM-SP/635/2023
Folio de presidencia: 20230419MACOEL
OBC/sgp



Oficio No. SG/CDPIM/0374/2023
Ciudad de México, a 31 de mayo de 2023

Asunto: el que se indica

Lcdo. José Luis Téllez Marín
Presidente Constitucional Municipal de Hidalgo, Michoacán
presidencia@hidalgomich.gob.mx
Presente

Por este medio, me permito distraer su amable atención para referirle el escrito de fecha 18 de abril del presente año, signado por autoridades tradicionales y del Consejo Comunal de San Matías el Grande, municipio de Hidalgo, Michoacán; dirigido a la Dra. Claudia Sheinbaum Pardo, Jefa de Gobierno de la Ciudad de México, canalizado por razón de competencia mediante oficio número **DGAGDC-013100-2023** al Lcdo. Andrés Manuel López Obrador, Presidente Constitucional de los Estados Unidos Mexicanos, identificado con el número de referencia **20230419MACOEL**, mismo que fue turnado a la Secretaría de Gobernación y remitido a esta Unidad Administrativa para su atención.

En dicho escrito, los peticionarios refieren que, mediante Consulta Previa, Libre e Informada realizada el 22 de enero del presente año, la comunidad de San Matías el Grande, determinó autogobernarse y administrar los recursos presupuestales de manera directa y autónoma, consulta que fue acordada como válida por el Consejo General del Instituto Electoral del Estado de Michoacán, mediante acuerdo IEM-CG-05/2023; sin embargo, aun cuando dicho acuerdo ya fue notificado al Ayuntamiento de Hidalgo para los efectos legales correspondientes, dicho Ayuntamiento se niega a sesionar en cabildo para autorizar la transferencia, por lo que solicitan la intervención institucional para resolver el conflicto.

Para su conocimiento, la Comisión para el Diálogo con los Pueblos Indígenas de México (CDPIM), perteneciente a la Subsecretaría de Derechos Humanos, Población y Migración de la Secretaría de Gobernación, tiene entre sus competencias, ser el vínculo entre la Secretaría y las autoridades de los distintos órdenes de gobierno, incluyendo a los Poderes Legislativo y Judicial, a fin de atender las problemáticas y conflictos mediante acciones que garanticen los derechos humanos y colectivos de las personas, pueblos y comunidades indígenas y afroamericanas; lo anterior, en términos del artículo 67 del Reglamento Interior de la Secretaría de Gobernación.

Ahora bien, los artículos 5, 6 apartado 1, inciso C, 7 numeral 1 y 8 del Convenio 169 de la Organización Internacional del Trabajo sobre Pueblos Indígenas y Tribales en Países Independientes, obliga a los Estados a establecer los medios para el pleno desarrollo de las instituciones e iniciativas de los pueblos indígenas, y en los casos apropiados proporcionar los recursos necesarios para este fin, así mismo, refieren que los pueblos tienen el derecho de decidir sus propias prioridades en lo que atañe al proceso de su desarrollo, en la medida en que éste afecte a sus vidas, creencias, instituciones, bienestar espiritual y a las tierras que ocupan o utilizan de alguna manera, y de

Av. Dr. José María Vértiz No. 852, piso 6, Col. Narvarte Poniente, Alc. Benito Juárez, C.P. 03020, Ciudad de México. Tel. (55) 5128-0000 ext. 19641

Av. Dr. José María Vértiz No. 852, piso 6, Col. Narvarte Poniente, Alc. Benito Juárez, C.P. 03020, Ciudad de México. Tel. (55) 5128-0000 ext. 19641

Integrantes del Jardín del Arte quieren recuperar kiosco del Jardín Constitución

- Actualmente trabajan desde el patio de la Casona de la Estación
- Buscarán el respaldo de la población



Luego de que el Gobierno Municipal convirtiera en cafetería el kiosco del Jardín Constitución, integrantes del Jardín del Arte manifestaron su inconformidad y señalan que quieren recuperar este espacio.

H. Zitácuaro Michoacán, 06 de junio de 2023.- Por: Guadalupe Solache Rebollo. Luego de que el Gobierno Municipal convirtiera en cafetería el kiosco del Jardín Constitución, integrantes del Jardín del Arte manifestaron su inconformidad y señalan que quieren recuperar este espacio.

Actualmente son 60 alumnos los que aprenden las diferentes técnicas de las artes plásticas en el patio de la Casona de la Estación, que es el lugar en donde los reubicaron desde hace casi 3 meses.

Rubén Bautista Sánchez, tallerista y director del Jardín del Arte, recordó que originalmente les dijeron que en el kiosco iba a estar la oficina de turismo y en la parte de abajo les iban a permitir trabajar. Sin embargo se dieron cuenta que solo está una cafetería, que desde su inauguración el domingo ha estado cerrada.

“Padres de familia y alumnos están inconformes porque a nosotros nos comunicaron que aquí iba a estar la oficina de turismo y que también iba a haber un espacio para nosotros, no quisimos intervenir porque eso significaría un ahorro para el erario, por lo que accedimos y decidimos no estorbar, además nos dieron dos opciones, que era rentar una bodega o irnos a la casona, y elegimos temporalmente la segunda opción” dijo.

“Si no va a ser la oficina que nos dijeron, nos gustaría retomar nuestro espacio y eso se lo dejamos a la ciudad que opine y hemos vistos que la mayoría está a favor de que este

lugar debe ser cultural”, destacó el director del Jardín del Arte.

Acompañado de alumnos Rubén Bautista Sánchez, reiteró que van a buscar la manera

de que se les reintegre en dicho lugar, ya que es importante un espacio como éste, en el que se les enseña a niños, jóvenes y adultos sin ningún costo.

Reiteró que este lugar funciona sábados y domingos de 11:00 de la mañana a 2:00 de la tarde, aunque esté por el momento en la Casona de la Estación, si hay gente interesada se puede sumar, las puertas para aprender siempre están abiertas.

Secundaria Federal No 1 Nicolás Romero pinta abecedario en LSM en barda

- Objetivo: promover la inclusión entre los alumnos

H. Zitácuaro Michoacán, 06 de junio de 2023.- Por: Guadalupe Solache Rebollo. Con el fin de motivar la inclusión en los alumnos, la Escuela Secundaria Federal No 1 Nicolás Romero pinta el abecedario en LSM en una de las bardas exteriores. Dicha acción comenzó el sábado pasado, está en proceso y se espera que esté terminada antes del fin de semana.

En entrevista, el Director de esta institución, Adán Rosales Santillán, explicó que desde hace varios años la secundaria aplica la inclusión que marca el Gobierno Federal por medio de planes y programas.

Es así que tienen apertura a alumnos que tengan alguna condición especial, actualmente tienen dos alumnos, uno de ellos presenta una discapacidad auditiva y el otro está relacionada a la visión.

Explico que con ayuda de la Asociación Civil “Mis manos hablan para ayudar” y la Diputada Federal, Mary Carmen Bernal Martínez actualmente se lleva a cabo la pinta del abecedario en el Lenguaje de Señas Mexicanas, y se tiene previsto inaugurarla el 10 de junio.

“Los alumnos son capaces de integrarse, al inicio teníamos temor por tener tantos alumnos y que pudieran recibir burlas y bullying, pero pasa lo contrario y tienen el respeto, apoyo y ayuda siempre la tienen por parte de sus compañeros; lo hemos visto en los simulacros, van por ellos y los ayudan”, dijo.

Agregó que en esta secundaria la solidaridad es fundamental y se aplica, prueba de ello es que se les toma en cuenta en todo, por ejemplo en la celebración del 10 de mayo, esos alumnos con esta condición especial participaron en los bailables.



Con el fin de motivar la inclusión en los alumnos, la Escuela Secundaria Federal No 1 Nicolás Romero pinta el abecedario en LSM en una de las bardas exteriores. Dicha acción comenzó el sábado pasado, está en proceso y se espera que esté terminada antes del fin de semana.

Ahh Chingá...!

Pilar Padilla Ruiz. Que no comas azúcar no quiere decir que tu cuerpo no obtenga azúcar de los alimentos como el arroz, las patatas, la avena, las frutas etc. De hecho no deberíamos consumir azúcar añadida, sino tan sólo la que nos proporcionan los alimentos. Y no pasa nada malo, al contrario es muy beneficioso para la salud. Yo llevo varios años sin tomar nada de azúcar añadido, ni galletas, ni bollería, nada de eso y en la primera semana se me puso la lengua blanca, que dicen que es la desintoxicación, porque yo era adicta a las gominolas, pero después todo bien. Te recomiendo que no dejes de lado los carbohidratos, que son los que nos aportan azúcares, pero sí el azúcar añadida, incluso los refrescos, bollería y demás.

RETO

No más azúcar añadida

SSM llama a mantener hidratados a menores de edad ante altas temperaturas

-A largo plazo, una inadecuada hidratación puede afectar los riñones, el hígado, el cerebro, y provocar estreñimiento.

el hígado, el cerebro, y puede provocar estreñimiento; además de deshidratación y poner en riesgo no solo la salud sino hasta la vida.

Se recomienda que, para mantenerse bien hidratados, las niñas y niños de uno a tres años necesitan aproximadamente cuatro vasos de agua al día, incluida la leche; cinco unidades para los de cuatro a ocho años, y siete u ocho para las y los más grandes.

En regiones con altas temperaturas como La Costa y Tierra Caliente se recomienda el consumo del Vida Suero Oral, fórmula en polvo que favorece la reposición de líquidos en forma inmediata evitando la deshidratación, ya que contiene sales de sodio, potasio, cloro, citrato, además de glucosa, vitales para el buen funcionamiento del organismo.

Morelia, Michoacán, 5 de junio de 2023.- Derivado de las altas temperaturas que se siguen registrando en la entidad, la Secretaría de Salud de Michoacán (SSM), exhorta a padres y madres de familia a mantener hidratados a los menores de edad con el propósito de cuidar y proteger su salud.

La hidratación es primordial para mantenerse saludables, ya que no tenerla de manera adecuada puede producir síntomas como fatiga, dolor de cabeza y poca resistencia. La falta crónica de líquidos a largo plazo afecta los riñones,

¿Qué cantidad de este químico cancerígeno hay en su cuerpo?

Por el Dr. Mercola. A medida que los alimentos se han adulterado, contaminado y modificado genéticamente, ha aumentado exponencialmente la necesidad de realizar pruebas de laboratorio. El presidente de Health Research Institute Labs (HRI Labs), John Fagan, es un experto en esta área.

Según explicó Fagan, HRI Labs "vuelve visible lo invisible, lo que puede brindarle la capacidad de saber lo que contienen sus alimentos y entorno".

Fagan estudió bioquímica y biología molecular en la Universidad de Cornell. Después de investigar durante ocho años en los Institutos Nacionales de la Salud, ingresó en el mundo académico y realizó

investigaciones sobre el cáncer a través de la ingeniería genética como herramienta de investigación.

En última instancia, esta experiencia fue lo que suscitó sus preocupaciones sobre la ingeniería genética, especialmente en relación con los alimentos.

Como resultado, creó el primer laboratorio para pruebas de transgénicos en los Estados Unidos, y después laboratorios en Europa y Japón. También ha entrenado laboratorios en otros 17 países para pruebas de transgénicos.

"Lo que se logró fue hacer visibles los transgénicos. Antes de que se realizaran las pruebas, nadie podía saber si esas semillas de soja o de maíz eran o no transgénicas", indicó Fagan. "Después de que las pruebas de transgénicos estuvieron disponibles, las personas tuvieron una opción".

El laboratorio HRI analiza tanto los micronutrientes como las toxinas; es decir, lo bueno y malo. "Creemos que el tipo de prueba que realizamos podría brindarle la oportunidad en cada una de esas áreas, para que pueda tomar mejores decisiones sobre los alimentos que consume y que comparte con su familia", indicó Fagan.

Pruebas de glifosato

Una de las toxinas en las que el laboratorio se enfoca es el glifosato, y las pruebas públicas que ofrecen les permiten recopilar datos sobre la omnipresencia de este químico en el suministro de alimentos.

Cuando participé en la prueba de exposición ambiental hace algún tiempo, el glifosato era indetectable, lo que significa que los niveles en mi sistema era inferiores a 40 partes por trillón, probablemente porque en su mayoría consumía alimentos orgánicos y cosechados de forma casera, mientras eliminaba las toxinas con las que podría entrar en contacto a través del ejercicio y uso regular de saunas. De acuerdo con Fagan:

"Lo que hemos descubierto es que hay una gran variedad de niveles de exposición, sin embargo, en general las personas que consumen alimentos orgánicos tienen niveles mucho menores. En promedio, las mujeres son propensas a niveles ligeramente más bajos que los hombres. Hay ciertos comportamientos que tienden a elevar estos niveles.

Por ejemplo, no es una correlación muy marcada, pero al parecer si es golfista, es más probable que se encuentre expuesto, ya que emplean [glifosato y otros pesticidas] en los campos de golf..

Lo tranquilizador del tema es que si... cambia... y lleva alguna alimentación que evite los alimentos que podrían contener estas sustancias químicas, luego de una o dos semanas sus niveles de glifosato podrían disminuir de forma significativa.

Los niveles de glifosato son un buen indicador para orientar sus elecciones alimenticias. A menudo las personas nos dicen: "Esto cambió mi forma de pensar acerca de mi alimentación". Esto es beneficioso".



¿Que vitaminas aporta el jengibre?

-Veronica Acurra. Estudió Nutrición y Salud y nutrición en Universidad de San Martín de Porres - USMP2 años

Las múltiples virtudes que se atribuyen al jengibre se deben sobre todo a su riqueza en aceites volátiles.

También posee sustancias fenólicas (denominadas gingeroles, shoagoles y gingeronas), enzimas proteolíticas, ácido linoleico, vitaminas (especialmente vitamina B6 y vitamina C) y minerales (calcio, magnesio, fósforo y potasio).

Tiene los siguientes beneficios:

Para el mareo y las náuseas. Reduce los síntomas asociados al mareo. Resulta muy útil para las náuseas de las embarazadas.

Para el mal aliento. Una técnica oriental consiste en utilizar un pequeño trozo de jengibre encurtido con vinagre para quitar el mal aliento y refrescar la boca después de las comidas.

Para la digestión. Favorece la eliminación de bacterias y otros microorganismos intestinales perjudiciales. Tomar habitualmente jengibre ayuda a mejorar la composición de la flora intestinal y ayuda a evitar la aparición de putrefacciones intestinales responsables de hinchazones abdominales y meteorismo. (Recomendable acompañar de probióticos)

Calorífico. El jengibre puede ayudar a la sudoración y es muy útil en resfriados y gripes.

Tónico circulatorio. La combinación del estímulo de sudor y del torrente circulatorio induce a mover la sangre a la periferia. Esto lo hace apropiado para sabañones, hipertensión y fiebre. El jengibre también inhibe la agregación plaquetaria, por lo que contribuye a prevenir enfermedades cardiovasculares.

Antioxidante. El jengibre es rico en antioxidantes, que retrasan el proceso de envejecimiento.

Antiinflamatorio. Sus gingeroles,



principales componentes activos del jengibre y responsables de su sabor picante, son aceites volátiles con propiedades antiinflamatorias muy potentes. Personas con artritis reumatoide experimentan alivio en su dolor e hinchazón y mejoras en su movilidad cuando consumen jengibre regularmente.

Anticancerígeno. Los gingeroles también pueden inhibir el crecimiento de células de cáncer colorrectal, como sugieren los resultados de diferentes estudios.

Actividad muscular. Presenta un alto contenido en magnesio, calcio y fósforo, minerales que participan activamente en la contracción del músculo y en la transmisión del impulso nervioso. Constituye, pues, un remedio útil para prevenir y combatir espasmos musculares y debilidad muscular.

¿CÓMO SE TOMA EL JENGIBRE?

Las investigaciones médicas que se realizan con jengibre suelen utilizar el extracto (dosis de 250 mg) o la raíz cruda o cocida (unos 2 g).

ALGUNAS PRECAUCIONES

En dosis altas puede producir gastritis y está desaconsejado en caso de úlcera gastroduodenal. A las embarazadas y madres lactantes se les recomienda en dosis bajas y durante periodos cortos. Tampoco conviene a niños menores de 6 años.

2 de estas 5 predicciones de marketing ya se cumplieron en 2023

Ciudad de México. 5 de junio de 2023. El año avanza y cerca de llegar a la mitad del 2023, varias marcas, agencias y expertos en marketing seguramente ya tengan un calendario de actividades basadas en varias predicciones que especialistas hicieron al inicio de la temporada.

En este sentido, another, una de las agencias globales con la mayor oferta de servicios en América Latina, comparte algunas predicciones sobre las tendencias que colaborarán con el éxito del marketing en el futuro inmediato.

1: Recolección de datos

La primera predicción, que ya se cumplió, es que cada vez más marcas se alejarán de la recolección de datos de 'cookies' de terceros. De hecho, Google anunció que en 2024 se pondrá fin a las 'cookies' y, mientras la gran pregunta de cómo los usuarios podrán ser rastreados para recibir anuncios, Google Analytics apuesta por la privacidad y revolucionar las estrategias de publicidad digital. Aunque esto aún está a un año de distancia, se sabe que es esencial prepararse con anticipación. No hay necesidad de esperar hasta el 2024 para adaptarse, por lo tanto, varios expertos ya están iniciando este camino para aprender cómo analizar el nuevo tráfico dirigido hacia los anunciantes.

2: Búsqueda por voz

La segunda predicción es que la búsqueda por voz seguirá siendo un factor importante. El año pasado, las ventas a través de esta modalidad alcanzaron los 40 mil millones de dólares, y se espera que sigan creciendo por encima de los 50 mil millones este año. Para optimizar el uso de la búsqueda por voz en dispositivos móviles, donde la rapidez del sitio, el contenido conciso y que responda a preguntas de manera clara y puntual será de vital importancia para acercarse a una compra. Además, es relevante utilizar palabras clave y optimizar para preguntas conversacionales.

3: Live shopping

La tercera predicción es que despegará el live shopping. El live commerce, estrategia de venta que se basa en las transmisiones en vivo o en streaming en plataformas como redes sociales, generará alrededor de 387 mil millones de dólares sólo en China. Esta tendencia está ganando popularidad rápidamente. Cuando los influencers participan en la venta en vivo, los resultados son realmente impresionantes, y another lo sabe, porque ha sido testigo a través de varias estrategias.

4: Social Commerce

La cuarta predicción, que también ya se cumplió, es que el comercio en redes sociales impulsará la conversación. El 54% de los usuarios utiliza las redes sociales para investigar productos. Desde videos de unboxing hasta reseñas y conversaciones sobre cómo utilizar sus productos o servicios, es fundamental aprovechar el potencial de las redes sociales para conectar con la audiencia.

5: Publicidad en podcast

Por último, la quinta predicción es que explotará la publicidad en podcasts. De acuerdo con el Ministerio de Tecnologías de la Información y Comunicaciones de Colombia, en América Latina unas 20 millones de personas escucharon audio en formato de podcast, durante el 2020. Se cree que la publicidad en podcasts seguirá creciendo porque todavía hay relativamente poca competencia en este espacio.

CONSULTORIO V.I.D.A.
 Valoración Integral Diagnóstica Avanzada
 Responsable
Dr. Juan Daniel Cruz Munguía
 Egresado de la Universidad Autónoma Metropolitana de la CD. MX.
 Diplomado en Diabetes Hipertensión e Hiperuricemia por el ITESM campus CD. MX.
 Certificado en Advanced Trauma Life Support (ATLS) por el American College of Surgeons.

¿Presión Arterial ALTA? ¿Palpitaciones o dolor en el Pecho?

Realizamos estos estudios



M.A.P.A.



Electrocardiograma



Holter

Control de enfermedades crónicas como hipertensión diabetes, renales, tiroideas, cardiacas, cerebrales.

Si eres mayor de 40 años ¡Chécate!!

Fijo Consultorio: 715-688-11-40
 Celular Consultorio: 715-123-41-14

Consultorio: Santos Degollado Ote. 174-D, H. Zitácuaro, Michoacán.

Arena Suelta

Por: Tayde González Arias.

Listos para el 2024

En la política a nadie se le debe dar por muerto, ni tampoco se está estático, prueba de ello es que acaba de terminar el proceso electoral del 2023, en el que se eligieron a gobernadores de los estados de Coahuila y del Estado de México, e inmediatamente al día siguiente salieron los presidentes de los partidos de mayor presencia del país a anunciar sus estrategias para el 2024.

Incluso el mismo presidente de la República, se reunió con sus "corcholatas", en un día laborable, pero en horario fuera del trabajo. Salio caminando de Palacio Nacional, con paraguas en mano, y al ser increpado por algunos medios, pidió hablar al día siguiente, lo claro es que está haciendo política y actuando semejante a como lo han venido también haciendo los dirigentes de los partidos.

El presidente podría cuidarse, o bien ser un poco más cauteloso para evitar mostrar la intromisión en la política interna de su partido, sin embargo, como siempre ha pasado desde antaño, al ser el primer mandatario y dar dirección al país, siempre se desea continuar con su legado político.

El asunto de echar a pelear a sus candidatos, para ver quién es más popular o aceptado entre la población, deja ver un proceso anticipado, tener miles de bardas con los nombres de sus miembros del gabinete, rebasa a una precampaña, y hace ver una verdadera campaña. Valdría la pena que el piso fuera parejo, pero dado que ni entre ellos las cosas son iguales, menos podría suceder eso afuera de su partido político.

Se habla de que el estado de Coahuila estuvo negociado, y que por eso se puso a un candidato cansado y poco fuerte, además de dividir el voto con otro ex colaborador de la actual Presidencia de la República, mostrando que el clásico del divide y vencerás tiene vigencia, se ha dicho también que debido a que el número de votantes es infinitamente menor que el Estado de México, todas las negociaciones se centraron en ganar a como diera lugar la entidad con mayor número nominal.

Haya sido como haya sido, el Estado de México, tiene a su primera mujer gobernadora, y lejos de los señalamientos por desvíos en Texcoco, cuando fue alcaldesa, de su rendimiento como legisladora o secretaria de educación pública, se le ha de augurar el mayor de los éxitos por el bien de los mexicanos, pues los números rojos por feminicidios, los asaltos diarios en el transporte público son sólo dos de los grandes problemas que deben enfrentarse de inmediato, y lastres que no merecen sufrir nadie más en éste país.

En Coahuila, no llego la transición o cambio de color, pero es que no se trata de cambiar por cambiar, con todo lo que eso represente, sino de que sea bajo condiciones de ética en la persona que se elija, como tampoco se trata de que sea mujer por sólo serlo, aunque con la historia que tenemos con ellas pudiera considerarse, pero lo mejor es que siempre sea por un trabajo, por un currículum brillante y merecedor.

La ruta para la elección que pretende ser la más grande de nuestro país, está diseñada, y cada partido estará definiendo la forma en que elegirán a sus candidatos, y dado que las vacas están muy flacas del lado de la oposición, se esperaría un cuidado quirúrgico pero urgente, porque en el frente tiene para elegir ya acá no hay ni a quién irle, aunque haya los que se creen o consideran los idóneos.

Ya sea que se vayan en alianza o coalición, solos; juntos o separados, lo que los ciudadanos esperamos es que honren sus estatutos, que no olviden los partidos políticos que viven del dinero público, por lo que se deben al pueblo, y han de dejar de actuar como mercenarios de la democracia mexicana, y apuntalar a los mejores perfiles; mujeres y hombre probos, con calidad humana y profesional que le permitan a los ciudadanos sentir representados y con la confianza de que lo que haga será lo mejor para todos.

Hay mucha responsabilidad de los gobiernos en turno, para mantenerse al margen o evitar incurrir en cualquier tipo de delito electoral, de tal suerte que por sobre todas las cosas se respete la voluntad social y se permita transitar a un sistema de vida verdaderamente democrático.

Que el 2024, vuelva a ser la oportunidad de cambiar para mejor, o quedarnos con lo que han honrado la voluntad del pueblo, cuyos esfuerzos están encaminados a que el desarrollo y la calidad de vida sean una realidad y no una esperanza que poco a poco se acaba, se termina.



Vehículo se estrella contra una barda cerca de la Encarnación

El 4 de junio de 2023, a las 20:21 hrs, se reportó un accidente vehicular en la carretera federal Zitácuaro-Tuzantla, cerca de Encarnación. Los Bomberos de Zitácuaro respondieron a la llamada y se dirigieron al lugar.

Al llegar, encontraron que un vehículo se había estrellado contra una barda. La conductora, una mujer de 53 años, sufrió una crisis nerviosa y fue atendida en el lugar antes de ser trasladada al hospital regional en la unidad de bomberos. El acompañante del vehículo, un hombre de 51 años, no sufrió ninguna lesión visible. Los detalles del vehículo involucrado incluyen un marca Mercury, color blanco y placas de circulación del estado de Michoacán.

Las causas del accidente aún se desconocen. En el incidente, la Unidad 05 de los Bomberos de Zitácuaro fue utilizada y tres elementos estaban a bordo para brindar asistencia.

Obtiene FGE vinculación a proceso contra Angélica "N" presunta responsable de robo, cometido en Zinapécuaro

Morelia, Michoacán, a 5 de junio de 2023.- La Fiscalía General del Estado de Michoacán (FGE) obtuvo vinculación a proceso en contra de Angélica "N", presunta responsable en el delito de robo, cometido en el municipio de Zinapécuaro.

De las investigaciones se desprende que el 25 de diciembre de 2021, la víctima fue golpeada por otras personas cuando se encontraba por fuera de la plaza de toros de Indaparapeo, situación que fue aprovechada por la investigada, quien se apoderó de un teléfono celular y una cartera que contenía 9 mil pesos, propiedad de la agraviada.

El hecho fue denunciado ante la Fiscalía Regional de Morelia, que dio inicio a la Carpeta de Investigación y llevó a cabo las actuaciones que permitieron llevar a Angélica "N", ante el Juez de Control.

En audiencia realizada mediante citación, la mujer fue vinculada a proceso y se le fijó plazo de un mes para el cierre de la investigación.

La FGE refrenda su compromiso de mantener acciones que garanticen la seguridad de las y los michoacanos.

En mismo día, SSP realiza el traslado aéreo de 4 personas con problemas de salud

Michoacán, 5 de junio del 2023.- Con la finalidad de salvar la vida de las personas, la Secretaría de Seguridad Pública (SSP) a través de la Dirección de Servicios Aéreos, atendió llamados de emergencia para trasladar de manera aérea a cuatro personas con complicaciones de salud.

En un primer hecho, los paramédicos de vuelo de la SSP trasladaron a través de las ambulancias aéreas a un niño, quien presentaba quemaduras de segundo grado en cara, tórax y piernas; fue llevado de la ciudad de Morelia a la Ciudad de México (CDMX), y canalizado al Centro Médico Dalinde.

En otro suceso, se efectuó el traslado de Zitácuaro a Morelia de una mujer con complicaciones de embarazo, derivado a plaquetopenia de 34 mil y hemoglobina de 13.2; fue internada en el Hospital de la Mujer de la capital del estado, en donde ya recibe atención especializada.

En Los Reyes, un menor de edad se encontraba con un estado de salud complicado tras presentar hemorragia abdominal activa. Por lo anterior, el personal de la SSP realizó su traslado inmediato al Hospital Infantil, situado en Morelia.

Finalmente, los paramédicos de vuelo realizaron las medidas correspondientes a fin de canalizar a un paciente de 65 años, de



Zamora al Hospital Star Médica -en Morelia-. El hombre presentaba complicaciones de salida derivado a una neumonía; ya recibe atención especializada.

La SSP pone a disposición de la población las ambulancias aéreas, para atender de manera inmediata cualquier emergencia; para solicitarlas es necesario llamar al número telefónico 911 Emergencias.

Suscríbase al periódico

la Región

y recíbalo en su casa u oficina
miércoles y sábados.

Tels: 153-05-02 y 715-108-44-44.

\$ 500.00 por un año

**CIRUGÍA NEUROLÓGICA
CIRUGÍA DE COLUMNA MÍNIMAMENTE INVASIVA**



Dr. Gervith
Reyes

Agenda una consulta



www.drgervith.com

contacto@drgervith.com

(55) 56783727 Citas

(55) 2240 0481 Urgencias

**ELECTROENCEFALOGRAMA
ELECTROMIOGRAFIA**

ZITÁCUARO

AGENDA TU CITA

CDMX

Salazar Nte. No. 10
Col. Cuahtémoc

715 153 3767

Hospital Ángeles Acoxpa
Consultorio 100 55 5678 3722
Centro Médico Dalinde
Consultorio 506 55 5574 7925

Impresión de
Archivos PDF,
Word, PP, Corel,
Illustrator en
negro y a color.

Excelente
Calidad a bajo
costo.

153-80-44

Álbum fotográfico a color laminado

Tesis, Trabajos,
Trípticos, Volantes,
impresos en bond
carta, oficio o
doble carta.

(715) 110-06-65

MATAMOROS Pte No. 2
Publicidad
Matamoros Pte No. 2
(a medio cuadra de la red de la calle de las Torres del Pueblo)

WDPublicidad QMD Publicidad

Carteles
Tablóide a
Color

Adhesivos y
papeles
especiales

Opalina, Cambé, Sullizada, Cromocolor,
Cambié Adhesivo, Miliard, Tercitaciones.

LONAS
Impresas

