La imaginación es el lápiz con que el niño pinta sus mejores sueños

Actividades • Bienestar Social

Abril 2014

Red de Voluntarios Telmex

Red de Voluntarios TELMEX
Programa de Capacitación

¿Te gustaría contribuir y colaborar en el logro del bienestar social y la superación humana en grupos sociales vulnerables?
¿Colaborar en instituciones de asistencia que realizan acciones de servicio altruista?

• Plática de inducción "La virtud de servir".
Sábado 5 de abril de 10:00 a 12:00 hrs., Río Nazas 28.
Martes 8 de abril de 17:30 a 19:00 hrs., Río Nazas 28.

A las personas que pertenecen a nuestra Red de Voluntarios TELMEX, se les invita a participar en el Programa de Capacitación:

• Taller: La Magia de Compartir.
Miércoles 2 de abril de 11:00 a 13:00 hrs., Río Nazas 28.

Mayores informes e inscripciones a partir de su publicación en Voluntarios TELMEX a los tels.: 5222 1546 y 5705 3647.

NOTA: La capacitación que imparte Bienestar Social a través de Voluntarios TELMEX, es exclusivamente para realizar actividades altruistas como parte de la Red de Voluntarios TELMEX. No tiene valor curricular.

www.voluntariostelmex.org

• Da click sobre el título de cada actividad para consultarla.
• Para volver a este menú da click en el botón "Índice" que está al final de cada actividad.

Formación

Talleres Casa TELMEX:	• Desarrolla una app • Mi primer página web • Herramientas digitales en línea	2
Taller de habilidades manuales:	• Cuadros artísticos "Técnica Modelo Olímpico"	3
Taller:	• El perdón	4
Conferencias:	• Manejo de tus emociones	5
	• Aprendiendo a ser imán	6
Taller de artes plásticas:	• Autorretrato	7

Salud

Conferencia:	• El camino al envejecimiento	8
Talleres:	• ¡Muévete!	9
	• Bailes de salón	10

Cultura y Recreación

Taller:	• Los sonidos de tu cuerpo	11
Evento especial del Día del Niño	• Robin Hood	12
Visita guiada:	• Museo Soumaya - Plaza Carso	14
Reflexión:	• Niño ocre	15
Directorio:		16

NOTAS:
• Todas las actividades y el contenido de los eventos de Bienestar Social TELMEX son sin fines de lucro y exclusivos para el Grupo TELMEX.
• Las actividades físicas se realizarán bajo la responsabilidad de cada persona.
• Sólo podrán ingresar a las diversas actividades las personas que se inscribieron previamente y deberán identificarse. No se permitirá el ingreso a los acompañantes. Únicamente ingresarán a las instalaciones los participantes inscritos. La inscripción es intransferible.
• Las inscripciones son única y exclusivamente vía telefónica o intranet. No se inscribirá a nadie que llegue físicamente a los lugares de inscripción.

Talleres

Casa TELMEX

Cultura digital para todos

Los imparten instructores de Casas TELMEX.

• Desarrolla una app

Dirigido a niños y jóvenes. Adquiere los conocimientos básicos para elaborar una aplicación y utilízala en un dispositivo móvil con Sistema Operativo Android.

Nota: *Es necesario tener conocimientos previos en el uso de la computadora.*

Extensivo a familiares y amigos.

• Mi primer página web

Dirigido a jóvenes y adultos. Identifica los elementos que debe contener un sitio web y utiliza una herramienta en línea que te permite elaborar y publicar tu propia página.

Nota: *Es necesario tener conocimientos previos en el uso de la computadora.*

Extensivo a familiares y amigos.

• Herramientas digitales en línea

Dirigido a niños, jóvenes y adultos. Contar con un correo electrónico tiene grandes beneficios, conoce algunas aplicaciones que se ofrecen en línea para el aprendizaje de niños, jóvenes y adultos.

Extensivo a familiares y amigos.

MAYORES INFORMES E INSCRIPCIONES:

www.telmexeducacion.com
o bien comunícate vía telefónica al: 01 800 1221212
ó por correo electrónico a casatelmex@telmex.com

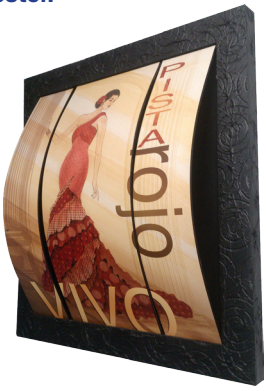
CUPO LIMITADO

Cuadros artísticos

"Técnica Modelo Olímpico"

Lo imparte Salvador Reyes, especialista en aplicación de poliéster.

¿Quieres desarrollar tu creatividad? ¿Te gustaría darle vuelo a tus habilidades manuales y a tu imaginación? Te invitamos a aprender a aplicar esta técnica novedosa que consiste en pegar una imagen de 40x50 cm, sobre 3 tiras de macocel de 10x50 y 20x50 cm, que va sobre una base que se decora con un material llamado gel artístico o falso óleo. Anímate. Da vida a tu creatividad.



Grupo I: Jueves **10 de abril** de 18:00 a 21:00 hrs.
Grupo II: Sábado **12 de abril** de 10:00 a 13:00 hrs.
Río Nazas 28, Col. Cuauhtémoc.

INSCRIPCIÓN TELEFÓNICA O EN INTRANET:

A partir del 2 de abril.

- En Bienestar Social TELMEX* o en Sría. de Deportes, Cultura y Recreación del STRM.*
- En la ruta http://Intranet>Direcciones>Apoyo a la Gestión>Bienestar Social> Agenda de Actividades>Abril 2014.

Nota: *Llevar una libreta y un bolígrafo o lápiz para anotar. El material para el taller tendrá un costo que se cubrirá el día del evento.*

Extensivo a familiares mayores de 15 años.
CUPO LIMITADO

Taller

El perdón

Lo imparte Rocío Hernández, especialista en desarrollo humano.

Durante nuestra vida vamos acumulando rencores y resentimientos que nos quitan la paz interior e impiden que disfrutemos la vida a plenitud. Perdonar es una herramienta que nos permite recobrar la tranquilidad y el equilibrio.

Temas:

- ¿Qué es perdonar?
- ¿Cómo se logra?
- Sus inmensos beneficios.
- El perdón como una forma de vida.

Sábado **12 de abril** de 9:00 a 14:00 hrs., Hotel Bristol, Plaza Necaxa 17, entre Río Sena y Río Pánuco, Col. Cuauhtémoc.

INSCRIPCIÓN TELEFÓNICA O EN INTRANET:

A partir del 3 de abril.

- En Bienestar Social TELMEX* o en Sría. de Deportes, Cultura y Recreación del STRM.*
- En la ruta http://Intranet>Direcciones>Apoyo a la Gestión>Bienestar Social> Agenda de Actividades>Abril 2014.

Nota: *Llevar una libreta y un bolígrafo o lápiz para anotar.*

Extensivo a un familiar mayor de 15 años.
CUPO LIMITADO

Manejo de tus emociones

Educación emocional

La imparte Cecilia González, especialista en desarrollo humano.

¿Cómo podemos educar en las emociones a nuestros hijos? ¿Cómo nos educaron nuestros padres? ¿De qué manera podemos ayudarlos, a partir de nuestra experiencia y conocimientos, en la construcción diaria de su vida?

Temas:

- ¿Qué educación recibí yo respecto a las emociones?
- Las emociones básicas.
- El registro corporal de las emociones.
- Ponerle voz a la emoción.
- Aceptación y manejo de la emoción.

Miércoles **23 de abril** de 18:00 a 20:00 hrs.,
Auditorio TELMEX del Conjunto Verónica.*

Inscripción telefónica o en intranet:

A partir del 10 de abril.

- En Bienestar Social TELMEX* o en Sría. de Deportes, Cultura y Recreación del STRM.*
- En la ruta http://Intranet>Direcciones>Apoyo a la Gestión>Bienestar Social> Agenda de Actividades>Abril 2014.

Nota: *Llevar una libreta y un bolígrafo o lápiz para anotar.*

Extensiva a familiares mayores de 15 años.
CUPO LIMITADO

Conferencia

Aprendiendo a ser imán:
desarrolla tu carisma personal

La imparte Berenice Olivo,
especialista en desarrollo humano.

¿Qué es lo que logra que una persona parezca interesante y auténtica ante los demás? ¿Cómo desarrollar métodos de persuasión e influir en sus semejantes? ¿Cómo desarrollar el carisma personal?

Martes **29 de abril** de 18:00 a 20:00 hrs.,
Auditorio TELMEX del Conjunto Verónica.*

INSCRIPCIÓN TELEFÓNICA O EN INTRANET:

A partir del 15 de abril.

- En Bienestar Social TELMEX* o en Sría. de Deportes, Cultura y Recreación del STRM.*
- En la ruta http://Intranet>Direcciones>Apoyo a la Gestión>Bienestar Social> Agenda de Actividades>Abril 2014.

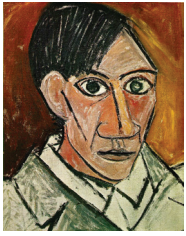
Nota: *Llevar una libreta y un bolígrafo o lápiz para anotar.*

Extensiva a familiares mayores de 15 años.
CUPO LIMITADO

Autorretrato, expresión *y autoconocimiento*

Lo imparte Gracia Zanuttini, Voluntaria TELMEX, diseñadora gráfica y artista plástica.

A través de actividades prácticas y clases teóricas, adquirirás conocimientos sobre la historia del arte y herramientas para expresarte y conocerte mejor. Conócete más a ti mismo a partir del ejercicio del autorretrato. Ven y diviértete creando.



Temas:

- Dibujo.
- Pintura.
- Historia del arte.
- Ejercicios de autoconocimiento.
- Exploración visual.

Los martes comprendidos entre el **29 de abril y el 1º de julio** (10 sesiones). De 18:00 a 20:00 hrs.
Río Nazas 28, Col. Cuauhtémoc.

INSCRIPCIÓN TELEFÓNICA O EN INTRANET:

A partir del 16 de abril.

- En Bienestar Social TELMEX* o en Sría. de Deportes, Cultura y Recreación del STRM.*
- En la ruta http://Intranet>Direcciones>Apoyo a la Gestión>Bienestar Social> Agenda de Actividades>Abril 2014.

Material necesario: *Una bata o ropa vieja que se pueda manchar, un espejo (puede ser tamaño de bolsillo pero mientras más grande, mejor), un block de dibujo grande, una tiza de grafito, lápiz 6b, goma, sacapuntas, una caja de pasteles secos.*

Exclusivo para personal activo de Grupo TELMEX.
CUPO LIMITADO

Conferencia

El camino al envejecimiento

La obesidad

La imparte Dr. Héctor Bolio, médico cirujano-homeópata IPN.

¿La obesidad es una enfermedad o un estado del cuerpo? ¿Qué la causa? ¿En qué consiste? ¿Todo exceso de peso es obesidad? ¿Es posible bajar de peso sin dietas que nos quiten el placer de comer? ¿Por qué la obesidad envejece más rápido a las personas?

Temas:

- Definición, síntomas, diagnóstico.
- ¿Cómo sé si tengo sobrepeso u obesidad?

¿Los ayunos prolongados me afectan?

- ¿Qué alimentos debo comer?

¿Por qué siento ansiedad por comer?

- ¿Cuánto debo bajar por mes?

¿Qué tipo de ejercicio puedo hacer?

- Tratamiento homeopático,

tratamiento alopático y cirugía.

Jueves **24 de abril** de 18:00 a 20:00 hrs.,
Auditorio TELMEX del Conjunto Verónica.*

Inscripción telefónica o en intranet:

A partir del 14 de abril.

- En Bienestar Social TELMEX* o en Sría. de Deportes, Cultura y Recreación del STRM.*
- En la ruta http://Intranet>Direcciones>Apoyo a la Gestión>Bienestar Social> Agenda de Actividades>Abril 2014.

Nota: *Llevar una libreta y un bolígrafo o lápiz para anotar.*

Extensiva a familiares mayores de 15 años.
CUPO LIMITADO

¡Muévete!

¿Tu estilo de vida es sedentario?

Lo imparte Alexis Vera, especialista en medicinas alternativas.

Una de las causas del exceso de peso y la obesidad es la falta de ejercicio físico. Esta rutina está formada por una serie de movimientos de fisioterapia china, pilates, yoga, respiración, relajación y fitness. Con esta rutina en poco tiempo habrás ejercitado de manera completa todo tu cuerpo sintiéndote más relajado y con gran vitalidad.

Sábado **26 de abril** de 9:00 a 14:00 hrs., Hotel Bristol, Plaza Necaxa 17, entre Río Sena y Río Pánuco, Col. Cuauhtémoc.

INSCRIPCIÓN TELEFÓNICA O EN INTRANET:

A partir del 15 de abril.

- En Bienestar Social TELMEX* o en Sría. de Deportes, Cultura y Recreación del STRM.*
- En la ruta http://Intranet>Direcciones>Apoyo a la Gestión>Bienestar Social> Agenda de Actividades>Abril 2014.

Nota: *Llevar una libreta, un bolígrafo o lápiz para anotar, ropa cómoda, zapatos tenis y tapete.*

Extensivo a un familiar mayor de 15 años.
CUPO LIMITADO

Taller de ejercitación física

Bailes de salón

Cumbia, rock and roll y danzón

Lo imparte Argelia Madiedo,
Voluntaria TELMEX especialista en bailes de salón.

Muévete con la música, disfruta de la vida y cambia tu estado de ánimo a través de la música, el ritmo y la cadencia.

Lunes y miércoles del **7 de mayo al 30 de junio**
de 18:00 a 19:30 hrs., Gimnasio del C.T. Lindavista.

INSCRIPCIÓN TELEFÓNICA O EN INTRANET:

A partir del 28 de abril.

- En Bienestar Social TELMEX* o en Sría. de Deportes, Cultura y Recreación del STRM.*
- En la ruta http://Intranet>Direcciones>Apoyo a la Gestión>Bienestar Social> Agenda de Actividades>Abril 2014.

Exclusivo para personal del Grupo TELMEX.
CUPO LIMITADO

Los sonidos de tu cuerpo

Lo imparten María Eugenia García Cortés y Georgina Sanabria, especialistas en comunicación educativa.

Te invitamos a ser explorador de los sonidos que produce tu cuerpo. ¿Te has dado cuenta que somos seres sonoros? Al aplaudir, chiflar, gritar, zapatear o estornudar producimos sonidos. ¿Conoces los sonidos de tu cuerpo? ¿Has oído el latido de tu corazón? ¿Cuántos sonidos produce tu cuerpo al día?

Temas:

- Escuchar cápsulas sonoras de los sonidos que emite el cuerpo.
- Realiza una orquesta con tu cuerpo.
- Completar el cuerpo humano.
- Onomatopeyas del cuerpo.

Sábado **12 de abril** de 10:00 a 11:30 hrs.,
Río Nazas 28, Col. Cuauhtémoc.

INSCRIPCIÓN TELEFÓNICA O EN INTRANET:

A partir del 3 de abril.

- En Bienestar Social TELMEX* o en Sría. de Deportes, Cultura y Recreación del STRM.*
- En la ruta http://Intranet>Direcciones>Apoyo a la Gestión>Bienestar Social> Agenda de Actividades>Abril 2014.

Dirigido a familiares de telefonistas de 6 a 10 años.
CUPO LIMITADO

Evento especial del Día del Niño

Robin Hood

De Alejandro Dumas

Versión para teatro y ballet: Javier Chávez Belmont.
Presentada por la Compañía de Teatro Federico Mastache.

Ésta es una historia llena de aventuras, diversión, misterio, contiendas, disputas, protagonizada por Robin Hood, el famoso y popular encapuchado, quien despojará de sus pertenencias a los ricos para darlas a los pobres, a los más necesitados, siempre acompañado de sus hombres valientes y jubilosos y su bella damisela Marion.

Sábado **26 de abril**. Dos funciones (una a elegir): 11:00 y 13:30 hrs.,
Teatro Tepayac. Calz. de Guadalupe 497 esq. Victoria,
Col. Estrella. C.P.: 07810, Gustavo A. Madero.

Inscripción telefónica o en intranet:

A partir del 21 de abril.

- En Bienestar Social TELMEX* o en Sría. de Deportes, Cultura y Recreación del STRM.*
- En la ruta http://Intranet>Direcciones>Apoyo a la Gestión>Bienestar Social>
Agenda de Actividades>Abril 2014.

Extensiva a familiares.
CUPO LIMITADO

Visita guiada

Museo Soumaya - Plaza Carso

El Museo Soumaya fue diseñado con la intención de compartir el arte, la cultura mundial y la historia de México. Buena parte de la obra que incluye el Museo Soumaya es europea, con el fin de tener disponible en México dicha colección para que aquellos mexicanos que no han podido viajar fuera del país también tengan acceso a este arte y disfrutarlo.

Sábado **3 de mayo** a las 11:00 hrs.,
Museo Soumaya - Plaza Carso, Av. Miguel de Cervantes Saavedra, esquina Av. Ferrocarril de Cuernavaca.

Inscripción telefónica o en intranet:

A partir del 23 de abril.

- En Bienestar Social TELMEX* o en Sría. de Deportes, Cultura y Recreación del STRM.*
- En la ruta http://Intranet>Direcciones>Apoyo a la Gestión>Bienestar Social> Agenda de Actividades>Abril 2014.

Nota: *Llevar ropa cómoda, zapatos tenis, una libreta y un bolígrafo o lápiz para anotar.*

Extensiva a familiares mayores de 15 años.
CUPO LIMITADO

REFLEXIÓN

NIÑO OCRE

Niño ocre, botón de la vida que preserva la especie. Alegría infinita, espiral promesa de desarrollo de múltiples aristas y las más variadas sorpresas. Nos vemos en ti, respiramos en ti, todo nuestro ser reverbera en tus ojos y a través nuestro te acercamos al mundo y lo preparamos para que lo disfrutes. Qué alegría contemplarte, verte caminando moviendo al mundo con tus travesuras. En ti encuentra su plenitud una parte de nuestra existencia. Bienvenido al mundo que te ama y que pronto será tuyo. Obsequiamos la vida por ti, pues sabemos que en su momento tú también darás la vida por otros niños.

Tus observaciones nos interesan para mejorar. Envíanos tus comentarios y sugerencias a nuestra página de Internet:

http://www.bienestartelmex.org

o a nuestro Correo Electrónico: **bsocial@telmex.com**

Visítanos en la Intranet Corporativa:
http://intranet>Direcciones>Apoyo a la Gestión>Bienestar Social>Agenda Actividades

Bienestar Social TELMEX

Río Nazas Nº 28, Col. Cuauhtémoc.
Coordinación Operativa Metropolitana:
Ofna. 101 A, P.B., tels.: 5222-6265 y 5222-6610,
de 9:00 a 14:00 y de 16:00 a 18:00 hrs.
***Voluntarios TELMEX:** Ofna. 101, P.B., tels. 5222-1546 y 5705-3647, de 9:00 a 14:00 y de 15:00 a 17:00 hrs.
Página en Internet: **www.voluntariostelmex.org**
***Coordinación ASUME A.C.:** tels. 5566-5212 y 5222-5136,
de 9:00 a 14:00 hrs. y de 15:30 a 18:00 hrs.
Página de Internet: **www.asume.org**

STRM Sindicato de Telefonistas de la República Mexicana.

Río Neva Nº 16, Col. Cuauhtémoc.
***Secretaría de Deportes, Cultura y Recreación:**
4º piso, tels. 5140-1409 y 5140-1410,
de 11:15 a 14:00 hrs. y de 15:00 a 18:00 hrs.
***Auditorio del STRM:** Villalongín Nº 56,
Col. Cuauhtémoc
***Auditorio TELMEX Conjunto Verónica:**
Bahía de Chachalacas esquina
Marina Nacional, Col. Verónica Anzures.

Acapulco
Torneo de futbol. Todos los viernes del mes (A partir del viernes 4)

Taxco
Función de cine para festejar el Día del Niño. Sábado 19 de abril.

Iguala
Función de cine para festejar el Día del Niño. Sábado 19 de abril.

Acapulco
Curso de manualidades “Flores de papel crepe”. Martes 22 de abril.

Toluca
Obra de teatro: Los secretos del Viejo OM. Miércoles 23 de abril.

Cuautla
Obra de teatro: Los secretos del Viejo OM. Jueves 24 de abril.

Cuernavaca
Obra de teatro: Los secretos del Viejo OM. Viernes 25 de abril.

Jojutla
Obra de teatro: Los secretos del Viejo OM. Sábado 26 de abril.

Acapulco
Función de cine para festejar el Día del Niño. Sábado 26 de abril.

Chilpancingo
Función de cine para festejar el Día del Niño. Sábado 26 de abril.

ASUME A.C.
Asociación de Superación por México, A.C.

En abril celebramos a todos los niños y sabemos que la educación es parte fundamental para su desarrollo integral.

¡ FELIZ DÍA DEL NIÑO !

Educar es descubrir qué características especiales tienen las personas a nuestro cargo y ayudar a que las desarrollen.

Caminos o medios de la educación:

Con el ejemplo: Cuando los educadores ponen lo mejor de sí mismos, aman la vida y están seguros de lo que hacen, el niño se sentirá que existe un verdadero interés, cariño y respeto por él y confiará en ser guiado.

Con la palabra: Buscar las ocasiones propicias para establecer un diálogo. El educador también se interesa por los planes, problemas, sueños y proyectos de los demás.

Con el apoyo: Apoyar todo aquello que conduzca a la persona o al niño por el camino del bien, de la superación personal. La labor del educador es totalmente desinteresada. Esa es su grandeza.

Mayores informes e inscripciones:
Coordinación ASUME A.C.
Río Nazas N° 28 P.B., Col. Cuauhtémoc.
Tels. 5222 5136, 5566 5212.
Escríbenos: asumeac@asume.org.mx
Visita: www.asume.org

Seguro
yo me cuido

Inmunización Integral de la Familia (INF)

El programa de Inmunización Integral de la Familia (INF) tiene la misión de promover y coordinar la cooperación técnica y la colaboración con los sectores público y privado y la comunidad internacional en apoyo de los países en los se hacen mayores esfuerzos para lograr la reducción sostenible y equitativa de la morbilidad y mortalidad de las enfermedades prevenibles por medio de la vacunación.

La INF ayuda a los países a mejorar el desempeño de sus programas de vacunación y vigilancia y las redes regionales de laboratorios, y también mejora la capacidad de diagnóstico de laboratorio en los países.

Así mismo asegura el suministro ordenado de vacunas de calidad a través del Fondo Rotatorio de la Organización Panamericana de la Salud para la Compra de Vacunas.

http://www.clikisalud.net

Sabías qué el autismo...

Es un trastorno infantil que ocasiona excesos, retrasos y déficit en la adquisición de las habilidades de la persona para interactuar con los demás. Se caracteriza, en mayor o menor medida, por las dificultades en la interacción social, en la comunicación verbal y no verbal y por comportamientos repetitivos. Puede estar asociado con discapacidad intelectual, dificultades en la coordinación motora y la atención y problemas de salud física, tales como el sueño y trastornos gastrointestinales.

Parece tener sus raíces en el desarrollo temprano del cerebro. Sin embargo, los signos y síntomas del autismo tienden a aparecer entre los 2 y 3 años de edad. La intervención temprana con terapias conductuales comprobadas puede mejorar los resultados en el desarrollo del paciente.

Si sospecha que su hijo tiene autismo es necesario que acuda con su médico para una evaluación médica y salir de dudas.

Te invitamos a conocer más sobre el autismo en

CLIKISalud.net

INSTITUTO Carlos Slim DE LA SALUD

MUSEO Soumaya
FUNDACIÓN Carlos Slim

Doménikos Theotokópoulos, el Greco
Cristo en la cruz,
en un paisaje con jinetes
c 1610 - 1614
Óleo sobre lienzo
96.7 x 61.6 cm

Museo Soumaya. Fundación Carlos Slim presenta en el año del Greco la obra Cristo en la cruz, en un paisaje con jinetes. Con esta pieza se suma a conmemorar el aniversario de los 400 años de la muerte del artista.

Doménikos Theotokópoulos, se distinguió por su estilo manierista toledano, que respondió a las tendencias estéticas de principios del siglo XVII, los artistas buscaron un marcado individualismo. Es conocido el alargamiento de sus figuras, y algo que es más sutil e intangible: la intensa espiritualidad que emana de ellas. Sus personajes religiosos muestran siempre una profunda y plena de devoción.

El Cristo en la Cruz muestra un cuerpo atribulado por el sacrificio, pero su rostro apacible sostiene la mirada hacia el Padre Eterno en un intenso éxtasis místico. La figura destaca en el oscuro fondo con un cielo tenebroso que retumba ante lo inminente.

¡Te esperamos en Museo Soumaya Plaza Carso para vivir el arte!

Entrada gratuita

Visita Museo Soumaya-Plaza CARSO | www.museosoumaya.org

@ELMUSEOSOUMAYA | MUSEO-SOUMAYA

CORREDOR REFORMA-MARISMAS NACIONALES

El Corredor Reforma-Marismas Nacionales es una de las 18 áreas prioritarias en las que trabaja la Alianza WWF-Fundación Carlos Slim, que junto con el gobierno federal, los gobiernos estatales y municipales, comunidades locales, líderes conservacionistas y organizaciones ambientalistas nacionales e internacionales apoya desde el 2009 una Estrategia de Conservación de la Biodiversidad y el Desarrollo Sustentable de México.

Este extenso corredor (cerca de 500 km de costa) comprende playas y lagunas costeras desde el norte de Sinaloa hasta la porción centro-norte de Nayarit. Es la principal zona agrícola del país y concentra el mayor esfuerzo pesquero industrial y ribereño de México debido a una alta productividad biológica generada por la descarga de agua dulce y el arrastre de nutrientes a lo largo de sus cuencas.

A lo largo del corredor habitan 1.4 millones de personas. Los pueblos indígenas dominantes son mayos, tepehuanos y coras, con una población de más de 10,000 personas en la zona costera.

Fuente: Fundación Carlos Slim (http://www.carlosslim.com)
WWF (http://www.wwf.org.mx)

Comentarios:
www.bienestartelmex.org bsocial@telmex.com

Producción y Diseño: Bienestar Social TELMEX. Abril/2014.
Los Contenidos de Bienestar Social TELMEX son sin fines de lucro.

Cabo Pulmo
Baja California Sur

Este paradisiaco lugar está cerca de San José del Cabo, en Baja California Sur, dentro del Mar de Cortés o Golfo de California.

El pueblo de Cabo Pulmo, con aproximadamente 200 habitantes, está ubicado en uno de los sitios más importantes del Mar de Cortés por la cantidad de especies marinas que habitan en él. No cuenta con una gran infraestructura para recibir muchos turistas, sin embargo esto permite que este paraíso lleno de paisajes contrastantes de colores rojizos en tierra y azul turquesa en el agua se mantengan en un estado natural y de conservación único.

Cabo Pulmo fue decretado el 7 de julio de 2000 como Área Natural Protegida. Tiene el arrecife más grande al norte del Continente Americano, su edad se estima en 25,000 años y está ubicado justo abajo del Trópico de Cáncer.

http://www.mexicodesconocido.com.m