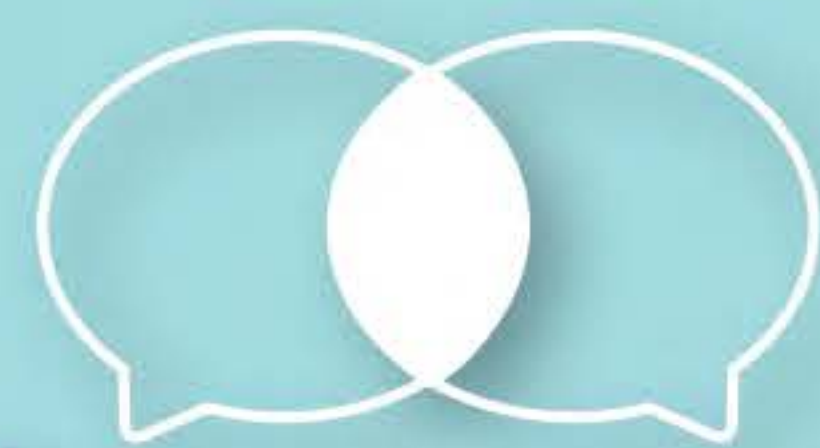


nuestromedio



ZONA ESMERALDA

Nº 367 | 25 DE MAYO AL 15 DE JUNIO DE 2018



¡LA FUERZA DEL FUTBOL!

Ellos cinco, como miles de jóvenes y adultos de nuestra zona, son un ejemplo de la influencia positiva que tiene el Mundial en nuestras vidas: nos une, fortalece, integra y nos hace sentir como un gran equipo.

ES
RA + CA
WE DE
NA


GALERÍAS
ATIZAPÁN

Por primera vez en México
LOS TR **MPOS**



Conoce esta exposición interactiva creada por reconocidos
DISEÑADORES MEXICANOS

Ven a **Galerías Atizapán** y descubre el giro
del diseño mexicano **del 24 de mayo al 17 de junio.**

Los Trompos es un proyecto comisionado por el High Museum of Art,
Atlanta, Georgia, Estados Unidos de América.



PAPA MERECE LO MEJOR

Siracusa Zona Esmeralda



@SiracusaMX



@siracusamedmx

La Antigua, Av. Jorge Jimenez Cantú
Ciudad López Mateos.

Reservaciones 21 55 27 82



Coordinador de Contenidos | Jorge Álvarez

jorge.alvarez@nuestromedio.com.com.mx

EDITORES

Zona Esmeralda | Catalina Montoya

catalina.montoya@nuestromedio.com.com.mx

Satélite | Jorge Álvarez

jorge.alvarez@nuestromedio.com.com.mx

Arte y Diseño | Carolina Zahuna,
Evangelina Calderón.

Coordinador de Fotografía | Jorge Álvarez

Colaboradores | Carla Tochijara,

Javier Casillas, Angélica Riojas Latour
y "El Both".

Distribución | Hilda Martínez

hilda.martinez@nuestromedio.com.com.mx

Atención a clientes | 5308 4434

ze@nuestromedio.com.mx

satelite@nuestromedio.com.mx

Servicios Fotográficos | Image.net

Thinkstock / Graphic News

estromedio es una marca registrada de

EDICIONES Y REVISTAS S.A. DE C.V.

Circuito Plaza Esmeralda No. 11, 2º piso,

Col. Rancho Viejo. 52937, Atizapán de Zaragoza,

Estado de México. Conmutador: 5308 4434

publicidad@nuestromedio.com.mx

contacto@nuestromedio.com.mx

nuestromedio.com.mx

La esencia del deporte

Los mexicanos son quienes más boletos han adquirido para acudir al Mundial de fútbol de Rusia 2018. Este hecho solo demuestra que somos un país de grandes aficionados pero que se aleja de la verdadera cultura deportiva. Por esta razón, en esta edición, nos motivó reconocer a varios deportistas, que aún sin el apoyo necesario, entrenan por un verdadero amor a su disciplina. Se trata de jóvenes promesas, tanto varoniles como femeniles del fútbol. Ellos están muy inspirados por su coach y exfutbolista que los anima para soñar y enfilar en las ligas mayores. Nadie mejor que ellos para hablarnos del Mundial, la máxima fiesta deportiva. Por otra parte, incluimos la historia de tres vecinas que formaron parte del único equipo selectivo que ha encumbrado a México en el voleibol femenino. Durante la plática, recordaron con gran entusiasmo sus múltiples triunfos pero también señalaron que en aquella década de los 50's, nadie las apoyó económicamente para

asistir a las Olimpiadas o Universiadas europeas, con todo y que tenían las cualidades físicas y el espíritu para ganar.

Creemos que nuestro país tiene grandes talentos y que muchos deportistas a nivel local se quedan en el intento por no contar con los medios suficientes para "dar el brinco" hacia la profesionalización en su disciplina.

A escasos días de que empiece la máxima fiesta del fútbol, el Mundial de Rusia 2018, nos encantaría saber si los futuros gobernantes, alcaldes o quien presida nuestra nación, tienen en mente un plan concreto y bien cimentado, para impulsar la práctica del deporte desde la infancia, así como un plan estratégico que vigile que los recursos para apoyar a los deportistas realmente lleguen a su destino. Comenta con nosotros ¿cuántas y cuáles propuestas has escuchado en el actual proceso electoral para impulsar al deporte mexicano?

ze@nuestromedio.com.mx

Nuestromedio, Año 15, No. 367 del 25 de mayo al 15 de junio de 2018, es una publicación catorcenal de Ediciones y Revistas S.A. de C.V. Circuito Plaza Esmeralda No 11 2º piso, Rancho Viejo, Atizapán de Zaragoza, Estado de México, C.P. 52937. Tel. 5308 4434. Editor responsable: Karen Villaseñor Trabado. Reserva de derecho al uso exclusivo 04-2012-071913202900-102. ISSN en trámite, ambos otorgado por el Instituto Nacional de Derechos de Autor. Certificado de licitud de título, num. 13645; de contenido, num. 11218. El contenido de los artículos refleja exclusivamente la opinión de sus autores. Se prohíbe la reproducción total o parcial de todos los contenidos gráficos y textuales de esta publicación, por cualquier medio mecánico o electrónico, sin permiso por escrito del editor. Todos los derechos reservados. Preprints e impresión: Multigráfica Publicitaria S.A. de C.V. Avena no. 15 Col. Granjas Esmeralda C.P. 09810, México, D.F. 2003-2018 EDICIONES Y REVISTAS, S.A DE C.V.

PREVENTA DEPARTAMENTOS BELLAVISTA



- Departamentos de 118m² y 123 m²
- Jardín comunal • 2.5 baños equipados
- 2 recamaras • opcional 3^{er} recamara principal con baño y vestidor incluye closets,
- Cuarto de lavado con 1/2 baño
- Cocina abierta equipada
- Dos lugares de estacionamiento • Elevador
- Seguridad 24 Hrs.



INFORMES Y CITAS 04455 1647 1832

CONFERENCIA MAGISTRAL CON



Estefanía Vela

Especialista en derecho y género
por el ITAM y YALE

Temática:

- La mujer en el tiempo
- Estereotipos de género
- Perspectivas en el siglo XXI

MUJERES CONECTADAS RETOS Y OPORTUNIDADES EN LA ACTUALIDAD

VIERNES 1 DE JUNIO DEL 2018

8:30 AM A 10:00 AM	REGISTRO Y EXPO
10:00 AM A 11:30 AM	CONFERENCIA
11:30 AM A 12:00 PM	HEALTHY BREAK
12:00 PM A 1:30 PM	CONFERENCIA
1:30 PM A 2:00 PM	CIERRE DE LA EXPO

Tu boleto incluye acceso a Expo: MUJERES EMPRENDEDORAS
Fortaleciendo el comercio e independencia de mujeres Mexicanas

Club Campestre Chiluca / Zona Esmeralda.

Inversión: \$500

Envía tu comprobante de pago vía WhatsApp para recibir tu boleto personalizado

Andrea Gómez / HSBC

Cuenta: 4059000323

Interbancaria: 021180040590003230

Tarjeta: 4213 1690 1175 6697



Psicoimagen

Andrea Gómez
0445549164777

Michelle Valdez
0445527299009

WHATSAPP





¡LE APUESTAN A MÉXICO!

Por: Catalina Montoya. Fotos: Jorge Álvarez.

Su nombre: Broncos, un equipo bicampeón que confía en el Tricolor y conoce la fórmula para que México brille en el Mundial de Futbol Rusia 2018.

SU APUESTA

Los chicos están mentalizados para el triunfo y son "Campeones 2016 del Cuadrangular Torneo Azul" jugado en el Estadio Cruz Azul. En el 2017 resultaron subcampeones del Torneo Copán y este año podrían aspirar a fuerzas básicas. En el Mundial, estas son sus recomendaciones para la Selección Nacional:

- Ante Alemania, el Tri debe olvidar que juega frente al campeón del mundo, salir con convicción de ganar y no conformarse con empatar.
- Ante Corea y Suecia no hay más, "los mexicanos tienen todo para ganar".
- México tiene mucho para "dar el brinco" y poner "una zarandeada" a Brasil.

El futbol es lo máximo para estos chicos de Zona Esmeralda y ver jugar al Tri en Rusia será muy inspirador. Nos contaron que vivirán una experiencia similar porque participarán en Mini Mundiales locales. Suman más de una década jugando futbol por lo que resulta válida su estrategia para que México destaque en Moscú.

LOS INSPIRA

- Guillermo Ochoa, por ser "el mejor portero en Mundiales y es mexicano".
- Javier "Chicharito" Hernández, porque "ha hecho realidad el sueño que nosotros tenemos".
- El Tri, "ya que seguro dará la sorpresa y llegará a cuartos de final en Rusia".
- La Selección Sub 17, "pues es la prueba de que México es potencia en ese nivel".

- Jorge Campos, "pues sabía adivinar la trayectoria de la bola y parar penales".
- El estilo de juego de Argentina, "por su juego limpio y mentalidad positiva".
- Messi y Peralta. "Son amigos y el sueño de muchos futbolistas como nosotros".
- Las chicas futbolistas, "porque son muy fuertes y disciplinadas".

SU ENTRENADOR

El líder de los Broncos Sayavedra C.F. es el exfutbolista, Ignacio Moreno López, profesor certificado por la Conade, instructor de Acondicionamiento Físico y Entrenador de Fuerzas Básicas. Entrena equipos colegiales de Satélite y Atizapán, y escuelas del Toluca, Pumas, Atlante, Cruz Azul y América. Jugó en el Atlante (IMSS) y con Coyotes Neza. Considera al deporte como "el medio idóneo para fomentar

valores" y está seguro de que estos chicos, incluyendo las niñas, tienen talento y potencial para aspirar a fuerzas básicas cumpliendo los 13 años de edad. Para que lo logren, dijo, "se requiere reforzarles la mentalidad de líderes, ellos saben que muchos futbolistas tienen cualidades similares a las suyas, pero que su actitud puede hacer la diferencia. Entrenan seis horas semanales más partidos de media hora que se intensifican si van a torneo. Están preparados para jugar modalidad de Futbol 7 o 9, Soccer y de Salón", nos dijo, además de brindar su mejor consejo: "No existe el cansancio cuando se juega con actitud ganadora. Los mexicanos somos futbolistas de corazón, creo que El Tri podrá dar más del cien por ciento en Rusia, conscientes de que a nivel juvenil ya somos potencia". ■



MARÍA CABRERA

Defensa

13 años.
10 jugando.

"Amo a mi equipo, celebro que las futbolistas mexicanas destaquen y sueño ser como ellas".



KARINA PALAFOX

Medio

12 años.
7 jugando.

"Ser mujer futbolista es divertido y sueño con jugar un Mundial representando a México".



MOISÉS AGUILAR

Medio

12 años.
9 jugando.

"El futbol te ayuda a hacer amigos; el ambiente del Mundial es súper emocionante sobre todo si juega la selección".



EMMANUEL CABRERA

Delantero

16 años.
13 jugando.

"Me inspira la frase: el talento es fruto de la constancia; yo sueño ir al Mundial y ver ganar a México".



LUIS MORENO

Portero

15 años.
11 jugando.

"Me siento poderoso y libre al atajar el balón y evitar goles; México me inspira y si me veo en un Mundial".



IGNACIO MORENO

Entrenador

"Los chicos se han contagiado del espíritu mundialista y participarán en Mini Mundiales para que vivan en carne propia esa experiencia".



DIEGO AGUILAR

Delantero

14 años.
10 jugando.

"He tirado muchos goles, admiro el juego y mentalidad de triunfo de Argentina. Representar a México sería fantástico".



LA GRAN FIESTA DEL FUTBOL

¿Ya tienes lista “la verde”, apartaste las fechas cuando juegue *El Tri*, sacaste la bandera para celebrar sus triunfos? Aquí tienes todos los detalles para que vivas al máximo el Mundial de Futbol Rusia 2018.

Por: Catalina Montoya.



Seas aficionado o no, sin duda vale la pena disfrutar los encuentros de los mejores futbolistas del mundo.



DE ZE A RUSIA

25 mil mexicanos asistirán. De 20 familias de Zona Esmeralda encuestadas, 17 vecinos disfrutarán el juego en Rusia.



¡VACÚNATE!

Si eres de los afortunados que asistirá a Rusia sigue las recomendaciones de salud:

Vacúnate cuatro semanas antes contra la Hepatitis A y B (lo indica el gobierno, por su incidencia) y Rabia (para protegerte si visitas las zonas rurales pues abundan murciélagos).



A DISTANCIA

Si te quedaste en casa sería buena idea reunir a tus amigos para echarles porras a sus equipos favoritos. Aprovecha que en estos eventos se difunden paisajes y tradiciones del país anfitrión y Rusia es riquísima en costumbres que valdría la pena admirar aún a distancia:

- San Petersburgo, donde hay decenas de palacios contruidos por los zares.
- Moscú, la capital rusa con sus enormes estructuras arquitectónicas de gran valor histórico.
- La Plaza Roja, el Metro de Moscú, la Catedral de San Basilio y El Kremlin.
- Muy cerca de la capital: la Avenida de los Jardines (incluyendo el de Corazones), la Catedral de la Natividad de la Virgen María, el Monasterio Spaso Yakovlevsky.



PONTE “LA VERDE”

Demuestra el orgullo que te da ser mexicano luciendo la camiseta original de la Selección Nacional. Es sorprendente la variedad de *outfits* que puedes encontrar en las tiendas deportivas de nuestra zona:

Cinco modelos diferentes de *jersey* para caballero (incluyendo el de portero).
Tres estilos de camiseta para dama.
Cuatro diferentes modelos para niño y niña (incluida la de Rusia).
Un juego de *jersey* para bebés de 6 a 18 meses que incluye sus calcetas a juego, en el caso de que la pidas en línea (Amazon).

TOP 5

TIENES QUE VERLO

1. La ceremonia de inauguración; será corta y tras ella verás el partido inicial.

Jueves 14 de junio, 17:00 horas, en Estadio Luzhnikí.

2. Alemania vs México.

Domingo 17 de junio, 9:00 horas, en Estadio Lushnikí.

3 Corea vs México.

Sábado 23 de junio, 12:00 horas, en el Rostov Arena.

4. México vs Suecia.

Miércoles 27 de junio, 8:00 horas, en el Ekaterimdurgo Arena.

5. El encuentro entre los vencedores, la gran Final.

Domingo La final será el 15 de julio, 17:00 horas, en Estadio Luzhnikí.



SÍGUELES LA PISTA

TOP 10 MEJORES FUTBOLISTAS

Leo Messi, Cristiano Ronaldo, Neymar Jr., Andrés Iniesta, Eden Hazard, Toni Kroos, Philipp Coutinho, Harry Kane, Mbappe, y Antoine Griezmann.

TOP 3 MEJORES PORTEROS

Ter Stegen (Alemania).
Hugo Lloris (Francia).
David De Gea (España).

El mexicano Rafa Márquez: jugará su 5° Mundial y quizá sea el último.



VECINOS



Campeonas de voleibol

Nuestras vecinas formaron parte del único equipo femenino de voleibol que llevó a México a la cumbre en Centroamericanos y Panamericanos. Descubre cómo recuerdan esos excepcionales momentos de éxito y su estilo de juego copiado por selectivos japoneses.

Ellas hicieron historia cuando situaron a México en el primer lugar de voleibol femenino; primero en los Juegos Centroamericanos de 1954 y luego en los Juegos Panamericanos en 1955 celebrados en nuestro país. Compartieron con nosotros su reciente y amena “reunión de amigas”, donde cariñosamente se presentaron como: Celia “La Güera” Juárez, María Luisa “La Güicha”, Bárbara y Carmela Medina.

“No han habido otras campeonas desde entonces, creo que porque se necesita tener mucho amor al deporte y practicarlo con pasión. Nosotras jugábamos desde jovencitas y nunca paramos”, recordó Celia quien comandaba a su selectivo bajo la guía del maestro “El bigotes” Figueroa y Vinicio García. El equipo obtuvo el primer lugar en Puebla y en el Distrito Federal, y se

colocó en segundo sitio en Monterrey. Después, en 1954, Celia fue seleccionada nacional y eso la trajo a la capital donde conoció a sus otras compañeras de equipo. Tras esos dos grandes triunfos, agregaron las amigas, el grupo fue invitado a competir en Estados Unidos y ahí también se impuso dejando atrás a las brasileñas, a las dominicanas y a las norteamericanas.

Todas cursaron carreras profesionales y organizaron su tiempo para compaginarlo con sus entrenamientos, María Luisa es Química Industrial y entró al Salón de la Fama de la UNAM; Celia truncó sus estudios de Ciencias Químicas por dedicarse al deporte, y Carmela es Maestra de Educación Física.

“Teníamos que hacer nuestras labores porque nadie nos dio dinero ni nos financió, excepto por la Federación Mexicana de Voleibol que nos llevó a Estados Unidos, pero en otras grandes competencias nadie nos impulsó; simplemente yo jugaba con unos tenis marca Faro que era de los más económicos. El único reconocimiento que recibimos fue un reloj de oro que nos regaló el entonces presidente de la República Mexicana, Adolfo Ruiz Cortines, y también, luego de ganar el oro en los Panamericanos nos dieron nuestros tenis Converse”, expresó sonriente “La Güera” mostrándonos el álbum, obsequiado por su nieta, con todos los recortes de periódicos de la época que dieron cuenta de sus triunfos. Junto a éste, todas nos enseñaron sus diplomas, entregados en 1981, donde las reconocieron como “campeonas internacionales”.

Las jugadoras aceptaron que la comunicación en equipo fue la clave de su éxito y poseían un estilo único. “Cada

quien sabía posicionarse, había tres clavadoras con sus respectivas acomodadoras de pelota.

Nosotras éramos clavadoras –indicó el grupo– y creo que como todas éramos altas, estábamos acopladas, dábamos pases cortos, ese fue nuestro secreto, incluso vimos a selectivos japoneses copiando nuestro sistema de bola rápida”. También nos contaron que tampoco tuvieron apoyo económico para participar en la Universiada de Sofía, Bulgaria ni para una justa celebrada en París. “Fuimos afuera del Palacio Nacional y Ruiz Cortines ni siquiera nos recibió, aún y cuando teníamos ese derecho por ser campeonas”.

Curiosamente, las tres se casaron con jugadores de basketbol y practicaban en las canchas del Plan Sexenal. Ahora que ya son abuelas, sus nietos heredaron su gusto por el deporte y gracias a que conviven mucho, se mantienen con excelente humor, claridad mental y buena condición física. **n**



Comunidad/Grupos



nuestromediolife.com

¿Conoces algún vecino talentoso, grupo destacado o personaje que haga algo excepcional? Compártelo con nosotros.

“Si tienes habilidad en piernas para moverte, fuerza en manos para “clavar” la pelota, amas el deporte y sabes trabajar en equipo, el voleibol es lo tuyo”.



Enréd@nos

en tu día a día....



facebook/nuestromedio



@nuestromedio.mx



@nuestromedionm



nuestromediolife.com



Nuestromedio

Publicado por Jorge Álvarez Salazar [?] · 11 de mayo a las 16:28 · 🌐

Operativo "Plan Integral Atizapán de Zaragoza Seguro".



👤 596 personas alcanzadas

👍 Eddy Zahu, Francisco J Villanueva y 6 personas más

Más relevantes ▾

#Prémialo

"Atizapán Seguro"

Tras señalarte que se habilitaron diversos retenes sobre la avenida principal Jiménez Cantú, bajo el nombre de "Operativo Plan Integral Atizapán de Zaragoza Seguro", organizado por el gobierno estatal, diversos vecinos comentaron la medida, destacando:



BG Rafael. "¿Por qué no hubo oficiales de tránsito? Son los únicos que pueden levantar infracciones".



Grissel G Ybarra. "Con razón pusieron bella la avenida Jiménez Cantu, para que salieran bien las fotos. Ojalá si lo hicieran en serio y no solo para las elecciones".

#Enrédanos

¿Impacto en nuestra plusvalía?

Vecino, te presentamos cuatro desarrollos habitacionales, entre las múltiples obras que se están construyendo en nuestra zona:

- San Miguel Kristal Towers ofertará departamentos de lujo con costos desde 25,000 pesos el m² con superficies de 199 m².
- Lago Esmeralda con edificios de tres niveles y Cima Esmeralda, ambos con precios desde 1,900, 000 pesos hasta 2, 650, 000 pesos.
- Proyectos horizontales desde 2, 500, 000 pesos hasta cinco millones en: Reva Lago Esmeralda, Horizonte Esmeralda, La Punta, Bélgica, La Punta Bosque Esmeralda, Aqua Lago Esmeralda y Reserva Los Jinetes.
- Así como terrenos con superficie promedio de 800 m² rodeados de áreas verdes cuyos costos se ofertan a partir de los cinco millones de pesos.

OPINA:

- La llegada de más desarrollos ¿Te afecta o te beneficia?
- ¿Crees que impactan en la plusvalía?
- ¿Qué sugerencias le harías a Desarrollo Urbano de Atizapán?
- ¿Conoces algún otro desarrollo habitacional que se esté construyendo en ZE?



Sigue opinando y enrédanos en el día a día de nuestra zona, con los hashtags: #Pídelo, #Prémialo y #Quémalo



Conoce a Elías Cardoso

Contiene a la presidencia municipal de Atizapán por parte de Vía Radical, una nueva plataforma política de ciudadanos. Elías Cardoso Zanabria tiene 27 años de edad y es vecino de Zona Esmeralda. Fue propuesto por la Comisión de Gobierno de su agrupación y electo por ser “un ciudadano nuevo, fresco y joven”. Está seguro de poder ganar las elecciones en su localidad porque, a diferencia de otros candidatos, está enfocado en proponer estrategias que lleven a la acción, más que en descalificar. Cardoso es el candidato más joven y se asume “incorruptible, honrado, alejado de lo tradicional y muy responsable”.

Desea ser alcalde de Atizapán “por convicción y por vocación” y le apuesta a la participación de los ciudadanos para beneficiarlos, especialmente a los jóvenes con quienes interactúa activamente en redes sociales. Confía en éstas porque han co-

adyuvado al triunfo de líderes jóvenes en el mundo, como en Canadá, por ejemplo. Vía Radical ostenta su logo en tonos rosados porque lo conforman muchas mujeres y jóvenes, para cumplir con la paridad de género mexiquense. **n**

Propuestas



- Ayudar a los jóvenes egresados a obtener un primer empleo bien remunerado.
- Apoyar a las pymes de modo que los emprendedores logren abrir un negocio propio en Atizapán.
- Dar incentivos a las empresas atizapenses para que contraten a trabajadores de la localidad.



Vecinos de nuestra zona y del municipio aledaño de Santa Ana Jilotzingo, siguen expresando su inquietud por el inminente impacto al medio ambiente, a la dotación de servicios y a la movilidad, que generará la construcción de Bosque Diamante; un desarrollo habitacional que incluye una extensa zona comercial y 20,000 casas que se pretenden construir sobre 238 hectáreas boscosas y que se-

Impacto ambiental en Jilotzingo

rán habilitadas por la constructora Bosque Avivia, del que te informamos anteriormente.

Daño al medio ambiente

En la Gaceta del Gobierno del Estado de México del 1º de agosto de 2017 se hace alusión a este proyecto: “Bosque Diamante, denominación comercial del proyecto ‘Fracción 3 y 4 de la Exhacienda San Nicolás Apaxco’, tiene como dueños a Ricardo Funtanet Mange, junto con Alejandro Eugenio Pérez Teuffer Fournier”, e indica que fungen como representantes legales de la empresa Bosque Avivia 58, S.A. de C.V., también que fue la Dirección General de Operación Urbana quien expidió “Constancia de Viabilidad fechada

el 19 de mayo del 2016” y que los planos de lotificación fueron “autorizados por la Secretaría de Desarrollo Urbano” estatal. Eso sumado a que se aprobó el “cambio de uso de suelo de los terrenos forestales” en diciembre del 2016.

Los vecinos ambientalistas señalaron que dicho proyecto pretende extenderse sobre “superficies entre los 2,800 y 2,900 metros sobre el nivel del mar” las cuales rebasan lo decretado por el gobierno mexiquense cuando habilitó el Parque Otomí-Mexica. El impacto mayor, cita el artículo, recaería en “disminución de reservas de agua, generación de más de 120 toneladas por día de basura y 8,000, 000 de litros por día de aguas negras”. **n**

Inauguran nueva capilla

El padre de la Parroquia de San Fernando, Monseñor Pedro Marmolejo, nos compartió que siguen apelando a la buena voluntad de las familias católicas de nuestra comunidad para terminar la construcción del nuevo templo de Zona Esmeralda. Mientras tanto se congratuló por la inauguración de la Capilla “Señor de la Divina Misericordia”, la cual tiene capacidad para 300 feligreses y está ubicada en el camino hacia el Aeropuerto de Atizapán. El padre indicó que ésta será provisional, mientras esté listo el nuevo templo, con la finalidad de descongestionar las que se efectúen en San Fernando.



Toma nota

- En la nueva capilla las misas dominicales son a las: 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 17:00 y 18:00 horas.
- En San Fernando las misas dominicales se efectúan en los horarios: 8:00, 10:00, 12:00, 14:00, 19:00 y 20:30 horas.

Comunidad/Vecino a Vecino



nuestromediolife.com

¿Qué servicios consideras que hacen falta en Zona Esmeralda? Más sobre esto en la web.

-En ambas se realizarán bodas, bautizos, Primera Comunión, XV Años, misas especiales, y disponen de 1,000 lugares para nichos aproximadamente.

Si deseas contribuir a la construcción del nuevo templo, acude directamente a las oficinas de la Parroquia de San Fernando o llama al 5308 0541. **n**

**POR UN
ATIZAPÁN
SEGURO Y
PRÓSPERO**

PARTIDO POLÍTICO



**VOTA
RADICAL
1 DE JULIO**

**Dr.
ALAN
VEGA**

CANDIDATO A

DIPUTADO LOCAL

DISTRITO 29

ATIZAPÁN DE ZARAGOZA

CONOCE MIS PROPUESTAS



ALAN VEGA RADICAL

www.viaradical.com

**POR UN
ATIZAPÁN
SEGURO Y
PRÓSPERO**

PARTIDO POLÍTICO



**VOTA
RADICAL
1 DE JULIO**

**ELÍAS
CARDOSO**

CANDIDATO A PRESIDENTE MUNICIPAL
ATIZAPÁN DE ZARAGOZA

CONOCE MIS PROPUESTAS



ELÍAS CARDOSO ZANABRIA

www.viaradical.com



Promueven artes visuales



Andrea Hernández, alumna de la Prepa Tec Esmeralda, a muchos adolescentes se les dificulta expresar con facilidad sus emociones, sin embargo, indica: “Nombrar y expresar sentimientos y emociones es el primer paso para manejarlos de manera más adecuada; en ocasiones se viven etapas difíciles y a través del arte logramos superarlas”.

La reinterpretación de la soledad

El eje temático de los trabajos seleccionados, adelantó la joven, será “La Soledad”. Se busca “compartir las expresiones artísticas y producción visual de jóvenes adolescentes mexicanos y de otras nacionalidades, cuyas creaciones tengan ese elemento de comunicación en común”.

El concurso beneficiará al centro de atención especial “Autismus” y en éste podrán participar jóvenes que vivan en la República Mexicana que tengan entre 15 y 24 años de edad, con una fotografía, pintura, dibujo o grabado de su autoría. Para quienes resulten ganadores habrá diversos premios, así como reconocimiento y diplomas para los participantes destacados. La selección de trabajos culminará con una exposición en el Centro Cultural Ágora y con una ceremonia de gala en la Torre Mayor durante junio y julio de 2018; así como la publicación del catálogo de trabajos participantes. Si te interesa participar envíanos tus datos a: ze@nuestromedio.com.mx

Estudiantes de nuestra zona organizan el “Concurso de Artes Visuales 2018” con la intención de que jóvenes dibujantes, diseñadores o artistas plásticos, expresen sus emociones a través de las manifestaciones artísticas. Como indica

Obras y cifras



En los registros del Programa Anual de Obra del Ayuntamiento de Atizapán de Zaragoza, fechado el 28-04-2017, se encuentran los costos de algunas obras que han impactado en Zona Esmeralda:

- Oficinas de Relaciones Exteriores dentro del Centro Cultural Nishizawa en Bosque Esmeralda: **\$ 103,226.65**
- Puente Peatonal Zona Esmeralda (frente a Mega Comercial), Obra Nueva: **\$6,704,661.18**

- Reencarpetado con concreto asfáltico y obras complementarias de la salida a Blvd. Condado de Sayavedra: **\$2,736,967.50**

Vecino ¿Consideras que éstas han sido útiles? ¿Qué otras te gustaría que se realizaran en bien de la imagen urbana de nuestra zona? Si deseas conocer el costo de otras obras entra en nuestromediolife.com y deja tus comentarios para darles mayor difusión. **n**

Comunidad/Noticias



nuestromediolife.com

¿Quieres denunciar fallas en servicios públicos, problemas entre vecinos, o conflictos en tu fraccionamiento? Utiliza este espacio y los difundiremos.



Infórmate para votar

El área de Comunicación Social del Instituto Electoral del Estado de México, nos comparte la siguiente información que te será útil para conocer las propuestas de los contendientes a puestos de elección popular. Se trata de una plataforma digital lanzada por la UNAM, nombrada “Voto Informado” y que, de acuerdo a lo expresado por la académica Claudia Bodek, ayudará a los ciudadanos a emitir un voto inteligente y razonado. Ahí podrás encontrar las propuestas, posturas y opiniones sobre temas relevantes vertidos por los candidatos participantes en el actual proceso electoral. Revisa el sitio www.votoinformado2018.unam.mx e interactúa en el apartado “Tu candidato responde” o sigue los programas vía internet en la dirección <http://tvmexiquense.mx> **n**



MASCOTAS

Entrena con tu perro

Muchas son las historias que hemos escuchado acerca de atletas que entrenan con sus perros, pero no todos tienen los conocimientos para hacerlo de forma correcta. Al respecto, nuestra vecina y especialista en el tema, Mónica Pérez, nos sugirió algunas medidas para poner en práctica esta actividad sin comprometer la integridad física de tu canino:

- Adecúa la intensidad del ejercicio con la edad del perro. Si no está acostumbrado, inicia poco a poco, por ejemplo, una o dos veces por semana.
- Cachorros menores a nueve meses no deben realizar caminatas largas o extenuantes y siempre deberás llevarle agua para hidratarlo cada 15 minutos.
- Evita salir a correr con tu perro bajo temperaturas muy altas ya que podrían quemarse las almohadillas de sus patas con el roce del pavimento.
- Si planeas una larga caminata úntales vaselina en sus patitas.

- Perros de raza pequeña no son aptos para quienes entrenan en bicicleta; en estos casos los caninos deben comenzar con distancias cortas a velocidad lenta.

- Si tienes alberca en tu casa entrénalo con un chaleco para flotar ya que algunos no lo hacen naturalmente. Finalmente, no estará de más que consultes a su veterinario para que le realice una revisión general. Considera que los perros, naturalmente, siguen a tu lado hasta que ya no pueden más. **n**





Torneo de talla internacional



Nuestra zona fue escenario del Torneo Internacional Futura donde se lucieron destacados tenistas del mundo. Te mostramos algunos participantes que llegaron al Sayavedra Racquet Club durante las primeras eliminatorias, rumbo a la final de la competencia. Si en tu fraccionamiento se organiza algún evento deportivo envía los datos a: ze@nuestromedio.com.mx



Antes de participar nos saludó el equipo cubano: Osmer, Wilfredo, Yasier y Omán.



Alan Rubio pasó las eliminatorias y aquí esperaba a su rival norteamericano.



El jugador número uno de México: Manuel Sánchez Montemayor.



Manuel Sepúlveda entrenó arduamente antes de su encuentro.



Juan Ignacio y Ricardo Ortiz antes de su juego de singles.



En las gradas encontramos a los Mayagoitia, padre e hijo.



Esperando su participación saludamos a Miles Seemann de Estados Unidos.

Comunidad /Gente



nuestromediolife.com

Encuentra la tabla final de posiciones del torneo Internacional de tenis y descubre cómo les fue a los jugadores mexicanos.



Puede ser, pero mi realidad es otra

Por Angélica Riojas Latour



Hace unos días estaba en una reunión con amigos y el tema que acaparó la plática más tiempo, fueron las próximas elecciones y lo que pasaría si cierto candidato llegara a ser presidente. Me llamó la atención las ideas que algunos proponían con el fin de prevenir su futuro; sentí de pronto que eran decisiones de pánico y percibí un miedo colectivo frente a aquel escenario. Si bien no podemos controlar el futuro, vamos, ni siquiera podemos predecirlo, sí

podemos crear nuestra realidad a partir de nuestros pensamientos. Entonces ¿por qué aceptas el mundo de los demás? Si algo no te gusta o no quieres que a ti te suceda, te afecte o influya en tu vida ¿por qué lo aceptas como una realidad absoluta?

Rechazar que algo se manifieste en tu vida es tan sencillo como decir mentalmente: “puede ser, pero mi realidad es otra, mi realidad hoy es...” Deja de lado las lecciones de vida que los demás quieran darte, desactiva y evita que en ti suceda, acostúmbrate a tomar de los demás lo mejor y aquello que impacte positivamente en tu vida. Muchos de los consejos y predicciones que recibes vienen de un mundo

que se construye a partir del de otros. Si te dicen que la economía está mal, que hay una epidemia de influenza o que no hay forma de conseguir lo que deseas bloqueale el paso a esa energía, no dejes que esos pensamiento impacten tu vida y dite a ti mismo “mi realidad es otra, yo si...” Y sigue adelante desactivando proyecciones de otros y del inconsciente colectivo que podría ser tóxico.

Sea lo que sea, desde lo más bobo hasta lo más trascendental si no es de tu interés ¿Por qué has de dejar que se manifieste en tu mundo? Practica este ejercicio durante una semana y notarás que habrá cosas que realmente te dejan de suceder. **n**



Esta película es una historia inspirada en hechos reales que tienen su clímax el día del 2 de octubre de 2005, en la ciudad de Lima, Perú, donde un técnico y veintitún jugadores menores de diecisiete años hicieron historia ganando para México, la primera Copa Mundial de Fútbol.

El director técnico fue nada más y nada menos que Jesús “Chucho” Ramírez, exfutbolista y actual entrenador de fútbol. Dirigió las selecciones juveniles de México que ganaron el mundial de la categoría Sub-17 en Perú 2005 y en la que participaron

“Campeones” de carne y hueso

jugadores como Carlos Vela, Giovani dos Santos, Héctor Moreno y Patricio Araujo.

Sin embargo, esta historia no se origina en esa fecha; principia mucho tiempo atrás y va considerablemente más allá de las canchas de fútbol.

Producida y dirigida por Lourdes Deschamps, “Campeones” cuenta en retrospectiva, los pormenores amenos y ocurrientes, hasta dramáticamente amargos, de la intensa preparación que se llevó a cabo para lograr la victoria.

“Vivimos con el entrenador y su cuerpo técnico, el drama personal de los jugadores y su entorno familiar, el empeño diario de todos en la búsqueda de la excelencia para alcanzar la meta codiciada”, comentó la directora.

“Campeones” no es una película de fútbol, es una película de triunfo.

Su promoción estará impulsada por un Récord Guinness, con la instalación de porterías en todo Paseo de la Reforma y la premiere con alfombra verde, que contó con la asistencia de artistas y jugadores reconocidos. **n**

Hot & Trendy / Espectáculos




nuestromediolife.com

Checa el tráiler de la película “Campeones” en esta sección y consulta los mejores espectáculos, exposiciones y eventos de entretenimiento.

Conoce a nuestros artistas

Domesticando animales

Por: Ana Mondragón y Mariana Quintana / The Art Corner

Muchos piensan que el instinto animal es inherente al ser humano y que en ocasiones nos permite sobrevivir y en otras nos impulsa a cambiar de territorio para explorar nuevas condiciones de vida, aprendizaje y desarrollo. Así es nuestro artista originario de Chihuahua, Alfredo Cota, que ha pasado gran parte de su vida migrando de ciudad o país y esto lo refleja en su obra figurativa, creando imágenes de animales que no han sido domesticados por el hombre y viven en constante movimiento, dejando una reflexión sobre el comportamiento humano y su instinto animal.

Cota es un artista plástico dedicado principalmente a la escultura, que utiliza la técnica del modelado con plastilina como su principal herramienta creativa. Con la cual

le da un toque expresionista a los gestos y rasgos de sus criaturas. Siempre termina estas obras con un vaciado en material rígido como la resina o el bronce.

Durante su trayectoria artística ha participado en diversas exposiciones en museos, galerías y espacios independientes. Fue elegido en el 2016 como el artista encargado de realizar la escultura del 25 aniversario del Auditorio Nacional en la Ciudad de México.

En la serie de animales, podemos encontrar algunos como el zorro, considerando como un ser solitario; la comadreja, un animal muy ágil y de fácil adaptación; la liebre, herbívoro veloz; el halcón, considerada una de las aves de rapiña mas nobles y espectaculares y

el mapache que es un animal nocturno. Todas estas características las vemos reflejadas en la personalidad del artista.

Estas piezas y mas de la serie, las puedes encontrar en la galería The Art Corner ubicada en Paseo Interlomas. **n**





Controla el asma



Los ácaros, el polen, la caspa de los animales, el moho e incluso el cambio de clima son factores que pueden desencadenar los síntomas del asma en personas que tienen esta enfermedad.

Conocidos como alérgenos o desencadenantes, estas sustancias producen en las personas asmáticas una inflamación de las vías respiratorias. Cuando ocurre un ataque de asma, se reduce la cantidad de aire que puede pasar a través de los pulmones.

Generalmente los ataques de asma no son continuos, sino que se encuentran separados por periodos sin síntomas. Entre los principales se encuentran las sibilancias (un sonido se produce al respirar) o tos.

Una de las estrategias para prevenir los ataques de asma consiste en evitar la exposición a los factores desencadenantes. Por ejemplo, si existe mucho polen en el ambiente, se recomienda utilizar una mascarilla al realizar actividades al aire

libre, mantener las ventanas cerradas o secar la ropa en interiores.

Mantener niveles de humedad por debajo del cincuenta por ciento dentro de la casa, instalar persianas y cortinas que acumulen el menor polvo posible, mantener limpia la ropa de cama y almohadas, lavar los peluches semanalmente, reduce la exposición a los ácaros del polvo.

Otra manera de reducir la aparición de síntomas del asma es mantener una alimentación rica en frutas, vegetales, oleaginosas, pescados y mariscos, y evitar comida rápida y golosinas. Esto se debe a que estos alimentos tienen alto contenido en antioxidantes, fibra, minerales, vitaminas, ácidos grasos omega 3, entre otros. **n**

Hot & Trendy/Healthy Lifestyle



nuestromediolife.com

En esta sección, también te contaremos acerca de los pacientes que tienen asma y que a pesar de su condición, pueden ser atletas de alto rendimiento.



Carbón activado

Se trata de un producto que se obtiene de quemar ciertos tipos de maderas. En el caso de estar destinados a consumo humano, los más recomendados son los elaborados a base de coco y bambú orgánicos; posteriormente, la materia prima es tratada con oxígeno, lo que aumenta su porosidad. El carbón activado tiene carga negativa, lo que permite atraer moléculas cargadas positivamente como ciertas toxinas y gases. El carbón activado es utilizado como un agente absorbente y aglutinante eficaz, principalmente para el tratamiento de casos de intoxicación o envenenamiento. También se considera como purificador de aire, gas comprimido y agua. Recientemente se ha incrementado su demanda para tratar ciertas condiciones como blanqueamiento dental, prevención de acné, reducción de colesterol, inflamación intestinal entre otras. Como todo suplemento no sólo ofrece beneficios, también tiene algunos perjuicios que debemos tomar en cuenta al momento de definir los periodos de consumo del mismo. Desde la época de la antigua Grecia se utilizaba como un componente del botiquín de emergencias, es decir, se usaba esporádicamente; sin embargo, hoy en día las personas han comenzado a consumirlo como un suplemento alimenticio por periodos prolongados. Entre los principales riesgos que esto genera, está el hecho de que absorbe el agua del intestino pudiendo provocar deshidratación, ralentización del proceso digestivo y estreñimiento, así como inhibición de la absorción en el cuerpo de medicamentos, vitaminas o suplementos, de igual modo puede ocasionar náuseas, vómito y diarrea. Recuerda consumir cualquier producto con moderación y responsabilidad para obtener de él todos sus beneficios.



Niños saludables y felices

La infancia, sobre todo la primera infancia, es crucial en el desarrollo de las personas en la edad adulta. En ese periodo, al que los expertos han definido como los primeros mil días, se desarrollan el 85% de las conexiones neuronales de los niños, y en los primeros tres años de vida se forma el 40 % de las habilidades mentales del adulto.

En este lapso el tamaño del cerebro se duplica y la cantidad de sinapsis incrementa sustancialmente, de ahí la necesidad de promover el óptimo desarrollo de los niños. La estimulación temprana, los juegos y la interacción con personas son



las formas en las que los niños aprenden durante este periodo.

Un vínculo fuerte entre el niño y sus padres le da más probabilidad de sobrevivir, de crecer saludablemente y desarrollar al máximo su potencial intelectual, emocional y social.

Además de las implicaciones para la salud y el desarrollo de las personas, la inversión en el desarrollo infantil temprano ayuda a reducir las brechas sociales, fortalece la economía y construye mejores sociedades.

Garantizar que los niños disfruten durante sus primeros años de las mejores condiciones de vida es una de las inversiones más inteligentes para un país que piensa en su futuro y en la posibilidad de ser parte de una economía mundializada que se basa en la fortaleza de su capital humano.

De acuerdo con el Premio Nobel de Economía, James J. Heckman, por cada dólar invertido en la primera infancia, la tasa de retorno que se obtiene es de siete dólares. **n**

RENTA DE OFICINAS EMERALD CENTER

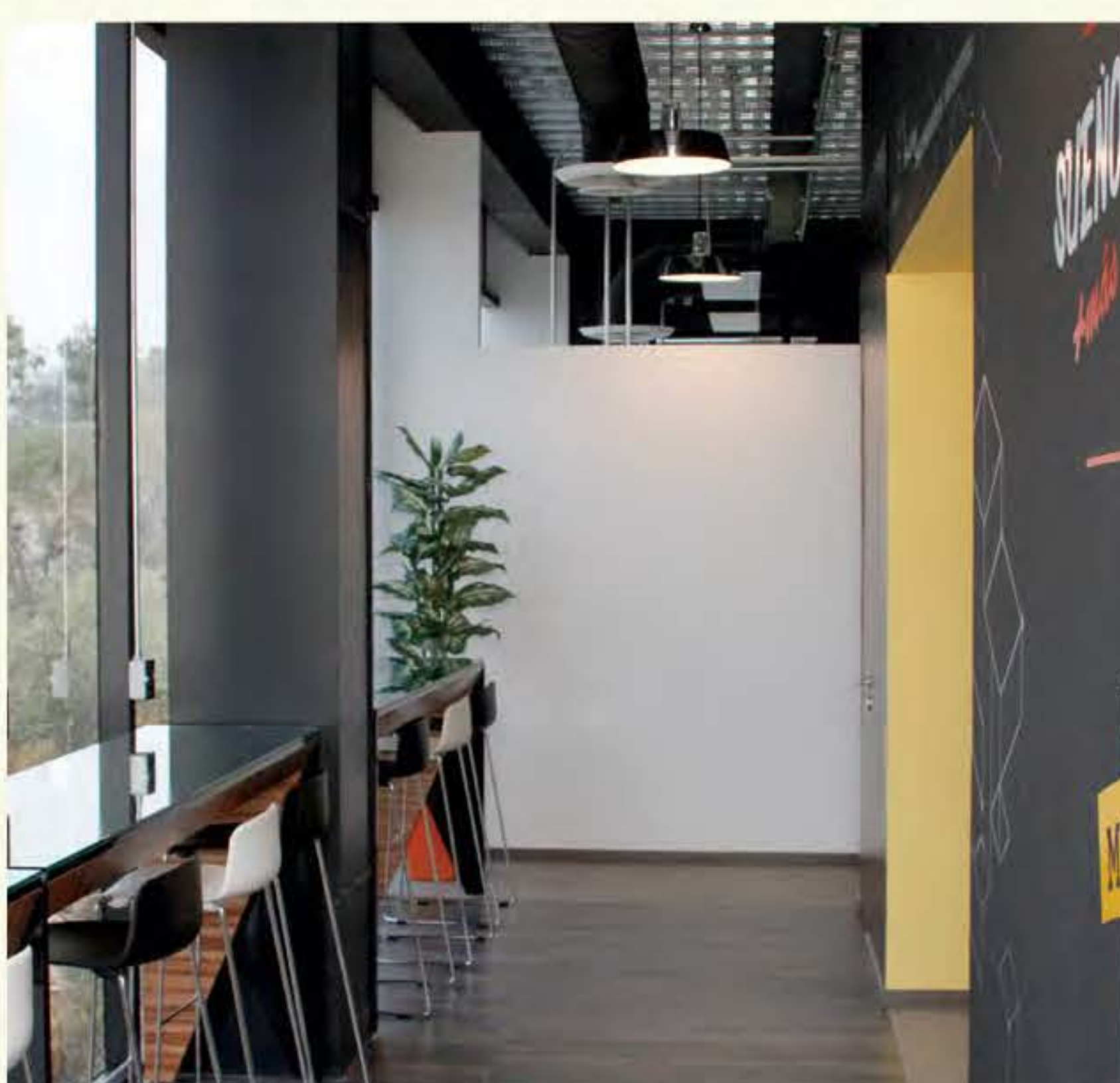
Finesa Business Center Piso 3

Desde 10.10 m² hasta 12.50 m² **\$10,000.00**



INCLUYE:

- Recepcionista
- Limpieza y mantenimiento
- 1 cajón de estacionamiento
 - Internet de 20 mb
 - 3 líneas telefónicas
- Agua, luz y área de café
 - 2 salas de juntas
 - Aire acondicionado
- Cámaras de seguridad
 - Vigilancia las 24 hrs
- No incluye mobiliarios



☎ 5084-2218/5084-2219/5084-2220 ✉ finesabusinesscenter@gmail.com

Av. Adolfo Ruiz Cortines Mz-1 Lt-8 Lomas de Atizapán 2da. Sección.

especiales



Visítanos en el Local 22-A
Espacio Esmeralda (Walmart)

¡Pide tu Tanque!

Entregamos
en tu casa

SIN COSTO

Descarga "PideTuGas" 

5308 3624

PANELES Y CALENTADORES SOLARES


Soluciónix
S.A. de C.V.



Disponga de agua caliente 24 hrs
al día, todo el año, **ahorre hasta
un 90%** en su consumo de gas
**Revisamos tu instalación
eléctrica desde \$2,000.00**



☎ Contáctanos 554100-8932
🌐 www.solucionix.mx



GABÍN

PERSIANAS Y TOLDERÍA FINA

ZONA ESMERALDA







Av. del Club # 6 Local 2
Plaza de la Montaña Chiluca.

ventas@zonaesmeralda.gabin.mx
www.zonaesmeralda.gabin.mx
Gabin Zona Esmeralda

Tel.: 7157.5729

GRUPO PALVAC

El mejor Deck del mercado
¡La imaginación es el límite!

Tecnología de punta
Garantía de 25 años
Mínimo mantenimiento
Mayor resistencia

grupo.palvac@gmail.com Cel: (55) 4850 1449 www.palvac.mx

¿Vidrios
Manchados?

¡Lo solucionamos!

Presupuestos sin compromiso
Limpieza a cualquier altura

Atención personal
Alejandro Manuel Roberto

Tel. 2164 2604 Cel. 55 4320 2630 55 1910 4929
alejandromanuel966@gmail.com

PANELES SOLARES

LEEMBAL

1 Envíe una foto del recibo de luz a:
ventas@leembal.com.mx

2 Un asesor se pondrá en contacto para ayudarle.

3 Un asesor tomará medidas del área
y presentará costos

Distribución de luminarias con tecnología LED
Instalaciones eléctricas comerciales, industriales y alumbrado público.

DURABILIDAD, CALIDAD Y GARANTÍA

5510 0080 5521 5166 6819 0407
ventas@leembal.com.mx

ROBOTIX

Impacta tu mundo

Cursos de VERANO

Del 9 de julio al 17 de agosto
soyrobotix.com/verano

10 experiencias diferentes ¡inscripciones abiertas!

5025 3726 ext.1004 | SoyRobotix.fans

Cirujano plástico,
estético y reconstructivo.

5308 2231
04455 3200 3933

LARRINÚA

55 3715 1305

CENTRO QUIRÚRGICO
ESMERALDA

Laboratorio
de análisis clínicos.
Lunes a sábado
a partir de las 8:00 hrs

Cto. Plaza Esmeralda No. 11-1 Col. Rancho Viejo, Atizapán de Zaragoza
• 5308 2231 • 5308 2277

CENTRO
OPTALMOLÓGICO
ZONA ESMERALDA

Dr. Jose Luis Tovilla-Canales
Dr. Victor Estefan Saavedra

Plaza La Antigua, edificio 5b,
consultorio 221 Atizapán,
Edo. de México.

¡Ya abrimos! Centro
Oftalmológico Esmeralda

2155-2855



**Limpieza Natural
de Oídos**

**Los conos chinos, un método
efectivo y relajante**

Suavemente y sin dolor, elimina: Tapón de cerumen, Baja audición, Vértigos, Zumbidos, etc.

☎ **55 2806 0266** 📱 **HolisticCenter5**

**CIRUJANO DENTISTA
UNAM**

 **Dra. Elsa Funes Cataño**
5308 1248 / 55 3574 0937

Priv. De Valle Azul #3,
Loma de Vallescondido, Atizapán

PSICOLOGÍA CLÍNICA

Martha E. Pérez García
Psicoterapia Breve
Adultos
Circuito Plaza Esmeralda II
5308 2231

Dermapen
Advanced skin needling innovations

Es un dispositivo que consta de 36 microagujas que estimulan la producción de colágeno, ayudando a reafirmar, levantar y rejuvenecer la piel, así como reducir las líneas de expresión.

Dr. Gerardo Larrinúa
Cirujano Plástico



☎ **5308 2277**

Dr. Jorge Salazar

Médico Familiar, Ced. 1370552
Lunes a Domingo de 8 a 21 hrs.

Filipinas 6, Chiluca 📞 **Sólo por WhatsApp**
55 1200 1033

Certificados médicos escolares	Consulta médica	Receta de controlados
--------------------------------	-----------------	-----------------------

**CLASES DE
ITALIANO
Y AJEDREZ**



☎ **5343 7102**

REGULARIZACIÓN DE MATEMÁTICAS
Estudiante de Actuaría

Primaria a Preparatoria

☎ **55 2885 7705**

PIANO, TECLADO, GUITARRA

Profesor del conservatorio
Afinación profesional de pianos
Clases a domicilio, método sencillo
(Amenizo sus eventos)



5880 8108



Regularización

Prof. TEC de MONTERREY/ KIPLING
Ing. Jorge Reynoso

CENEVAL/ADMISIÓN SAT
MATEMÁTICAS/FÍSICA/QUÍMICA


Centro Regional de Estudios Avanzados A.C.

(55) 5826 1672 📞
5344 5585 📞



RENTO EN PASTORES ECHEGARAY

- Recámara chica para dama \$2,500
- Recámara grande para dama \$2,800
- Salón de belleza \$4,900

Belleza Naturista, Terapias alternativas \$250.00

Informes: 55 6616 0319

nuestromediolife

¡ANÚNCIATE CON NOSOTROS!

☎ **5308 4434**



MEJORA TUS DÍAS
ALREDEDOR DE NUESTRAS
PLANCHAS DE TEPPANYAKI.

mrsushi.mx /  [mrsushi](https://www.facebook.com/mrsushi) /  [@mrsushimx](https://twitter.com/mrsushimx) /  [mrsushi](https://www.instagram.com/mrsushi)



*“El Hospital para la Mujer....
en todas las etapas de su vida”*

**UNIDAD DE CONSULTA EXTERNA
EN GINECO-OBSTETRICIA**

DR. FERNANDO RÍO DE LA LOZA J. Y COLABORADORES
CERTIFICADO POR EL CONSEJO MEXICANO DE GINECOLOGÍA
F.A.C.O.G. Y F.A.C.S.



HORARIO DE CONSULTA

Lunes y Jueves de 10.00 a 14 hrs.
y de 16.00 a 20.00 hrs.

Martes y Viernes de 14.00 a 20.00 hrs.

- * Ginecología y Obstetricia
- * Medicina Materno-Fetal
- * Esterilidad y Reproducción
- * Urología Ginecológica
- * Detección de Cáncer mamario y Ginecológico
- * Climaterio y Menopausia
- * Laparoscopia Ginecológica
- * Reconstrucción del Piso Pélvico

Tenemos convenio con las principales aseguradoras.

La calidad y su seguridad es primordial para nosotros

Urgencias en Gineco-obstetricia 24 hrs. (en el hospital)

Consulta especializada a los teléfonos

5343.55.07, 5343.55.19 o 2625.10.00 ext. 4408 y 4409



Atención especializada para la mujer

P. Alexander Von Humboldt 88, 3a. Secc. Lomas Verdes, Estado de México

Tel. 2625.10.00 con 20 líneas

www.hospitalriodelaloza.com.mx

Unidad Consulta externa Dr. Río de la Loza 5343.55.07, 5343.5519 ó al 2625.10.00 ext. 4408 y 4409