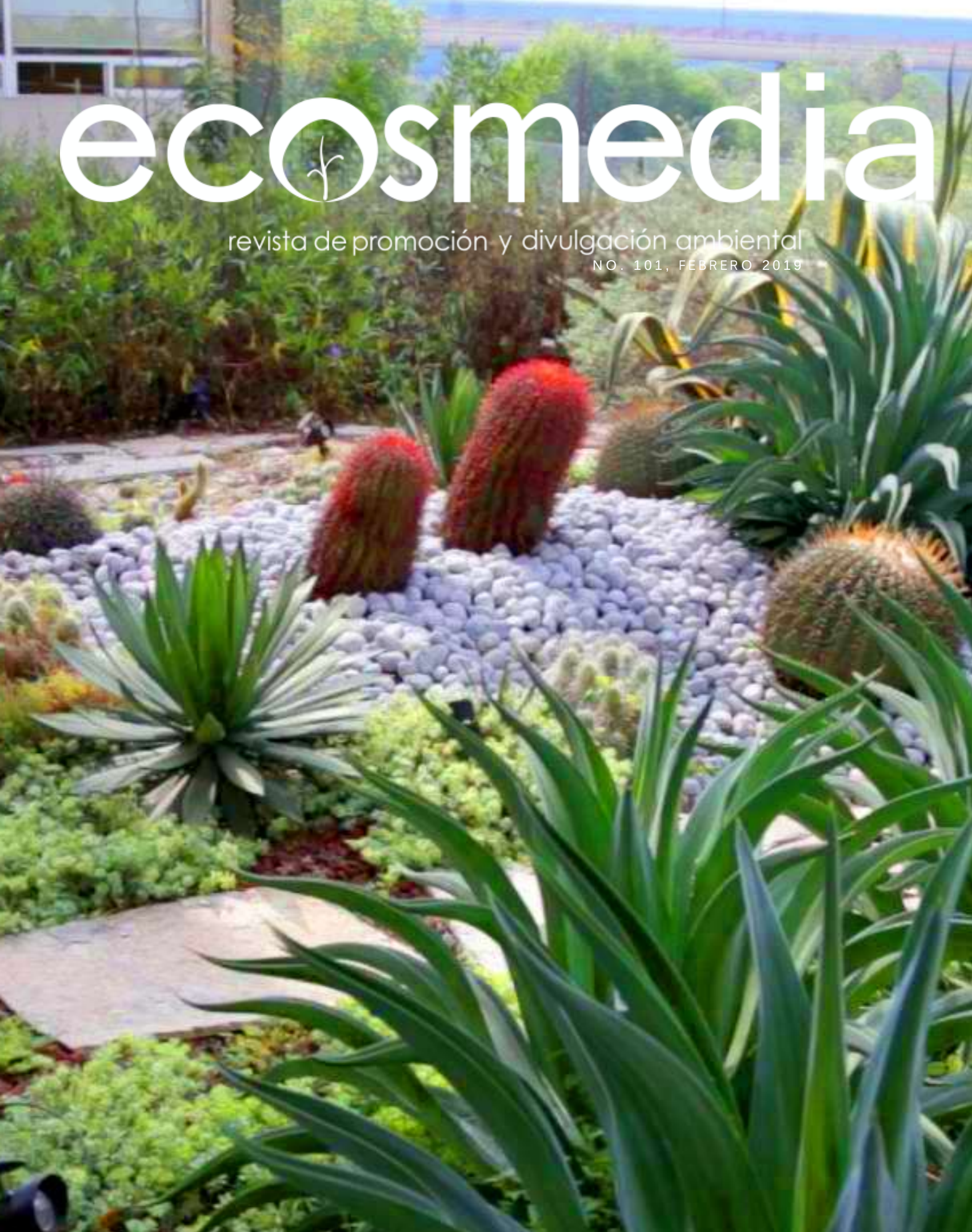


ecosmedia



revista de promoción y divulgación ambiental

NO. 101, FEBRERO 2019

SUSCRIBETE

en www.ecosmedia.org

También puedes
mandarnos correo a
info@ecosmedia.org



SIGUENOS EN



Ecos voces y
Acciones



@ecosmedia



ecos_ac

ecosmedia

revista de promoción y divulgación ambiental

La revista **Ecosmedia** es desarrollada por Ecos. Voces y Acciones, A.C. (ECOS), organización dedicada a fomentar el cuidado, la protección y conservación del entorno ecológico como escenario óptimo para el desarrollo humano.

Director y Editor General
Edith González

Consejo Editorial
Sofía Mejía
Enrique Ramírez

Colaboradores
Alma Estrada
Eduardo Pérez

Diseñador
Héctor Rivas

Enlace Comunicación
Anallely González
revista@ecosmedia.org

EN PORTADA



Fotografía
Azotea verde de la
Universidad Autónoma de
Nuevo León, México

Ecosmedia, Año 8, Núm. 101 Febrero 2019. Publicación mensual editada por Ecos. Voces y Acciones A.C., calle Atanasio G. Sarabia, 1111, Int 8, Col. Héroes de Churubusco, Delegación Iztapalapa, C.P. 09090, Tel. (55) 4632.2092., www.ecosmedia.org, info@ecosmedia.org Editor responsable: Edith González Cruz. Reserva de Derechos al Uso Exclusivo: 04-2015-092313483800-203, ISSN en trámite, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Responsable de la última actualización de este Número, Unidad de Informática INDAUTOR, Eduardo Pérez Pérez, calle Atanasio G. Sarabia, 1111, Int 8, Col. Héroes de Churubusco, Delegación Iztapalapa, C.P. 09090, fecha de última modificación, 01 de Febrero de 2019.

Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación.

Hecho en México



CONTENIDO

04

DESTACADOS

Celebremos
este 14 de
febrero

06

TEMA CENTRAL

Conoce el
GreenMetric
World
University

16

GENTE

Informe
global de la
ONU Medio
Ambiente

32

DISTRITO VERDE

San Miguelito
*Antigonon
leptopus*

34

NOVEDADES

Noches de
Ciencia...
para
adultos!!

36

AVISOS

Cursos y
talleres en
el mes

22

VIAJES

Destinos
románticos

29

CONSUME MÉXICO

La Rifa
Chocolate-
ría

30

ESPECIAL

Calendario
para Plantas
de Interior



Celebremos el 14 de Febrero

¿Sabes que puedes celebrar este día además del amor y la amistad? Pues el Día Internacional de la Energía. Podrías pensar que se trata de una efeméride reciente pero no lo es. Desde 1949 se dedica este día a incentivar el uso de las energías renovables como la eólica, solar, biomasa, marina, geotérmica, entre otras, así como consumirla de forma eficiente. Así que ya sabes, el próximo 14 de febrero seamos más eficientes energéticamente.

Conoce la dieta para salvar a la humanidad y al medioambiente



La alimentación de los seres humanos podría generar un enorme cambio en el planeta y el sistema de producción agrícola mundial, si la fuente principal de su dieta fueran las plantas ricas en proteínas (verduras y legumbres) y con una baja cantidad de carnes rojas. Científicos expertos en agricultura, cambio climático y nutrición sugieren hacer cambios en las costumbres alimenticias de casi todos los rincones del planeta: Europa y América del Norte tendrían que reducir masivamente el consumo de carne roja, Asia debería reducir el consumo de pescado y África el de verduras con almidón.

Se recupera la monarca

Con gran felicidad, Andrew Rhodes, titular de la Comisión Nacional de Áreas Naturales Protegidas (CONANP) anunció que este periodo 2018-2019 la presencia de mariposas Monarca creció 144% respecto a la temporada pasada con una ocupación total de 6.05 hectáreas, la mayor ocupación desde el 2006-2007, cuando el área forestal en que hibernó el lepidóptero fue de 6.87 hectáreas. La temporada más baja fue 2013-2014 cuando se registró una ocupación de 0.67 hectáreas.



A instalar tinacos para captar agua

Una de las primeras acciones ambientales del nuevo gobierno capitalino será instalar 10 mil sistemas de captación de agua de lluvia para finales de abril - antes de la próxima temporada de lluvias- en viviendas de Iztapalapa y Xochimilco. La titular de la Secretaría de Medio Ambiente de la Ciudad de México, Marina Robles, anunció que la inversión ascenderá a 200 millones de pesos y para el final del sexenio esperan haber logrado la instalación de 100 sistemas en colonias que carecen de este vital recurso.

Preparan radiografía de áreas verdes

Una de las primeras acciones ambientales del nuevo gobierno capitalino será instalar 10 mil sistemas de captación de agua de lluvia para finales de abril - antes de la próxima temporada de lluvias - en viviendas de Iztapalapa y Xochimilco. La titular de la Secretaría de Medio Ambiente de la Ciudad de México, Marina Robles, anunció que la inversión ascenderá a 200 millones de pesos y para el final del sexenio esperan haber logrado la instalación de 100 sistemas en colonias que carecen de este vital recurso.



2019 Año Internacional de las Lenguas Indígenas

La riqueza del mundo es su diversidad y existen cientos de formas de ver y concebir el mundo, por ello este año la ONU promoverá por todo el mundo la importancia de proteger, conservar y fomentar a las lenguas indígenas, representación milenaria de la cultura e identidad de los pueblos originarios y cúmulo de conocimientos complejos que lamentablemente se están perdiendo de manera acelerada. La iniciativa promovida por Bolivia y el Foro Permanente de Pueblos Indígenas busca preservar las casi 6,700 lenguas originarias que hay en el mundo conservadas por menos del 3% de la población mundial.





A photograph of a modern building with a glass facade and a wooden walkway overlooking a lush green courtyard. The building has multiple levels with balconies and large windows. The courtyard is filled with dense green foliage and a small body of water. The text "¿Qué tan verde es tu universidad?" is overlaid on the image in white, bold, sans-serif font.

**¿Qué tan verde es tu
universidad?**

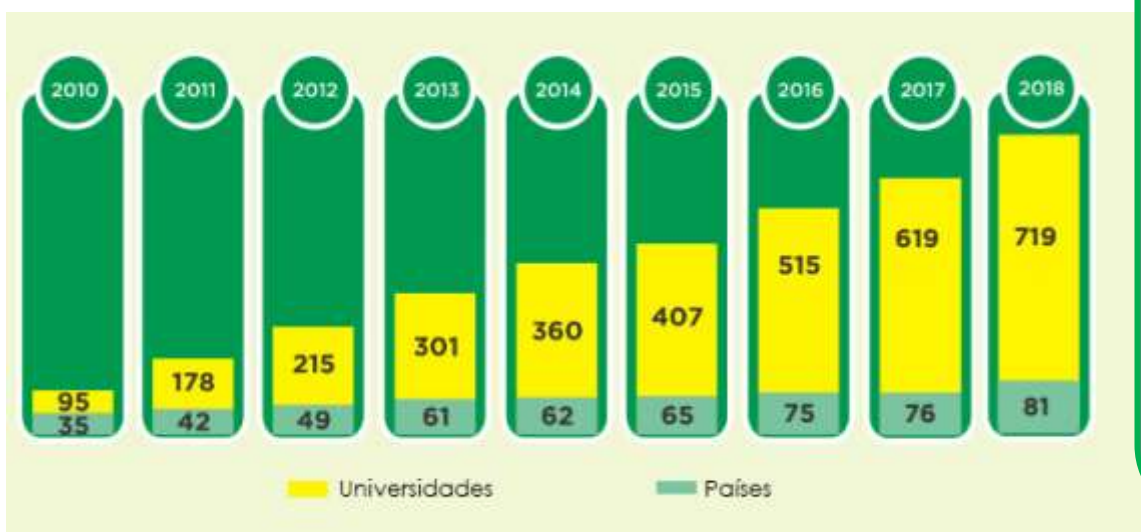
Conoce el GreenMetric World University Ranking

El mes pasado celebramos el Día Mundial de la Educación Ambiental, y por lo general las actividades están orientadas a la comunidad infantil, pero ¿qué pasa con la educación a niveles más avanzados? Las universidades, ese semillero de científicos e intelectuales que lideran muchas de las iniciativas más novedosas a nivel mundial, ¿qué hacen con su propia comunidad estudiantil para ser más sostenibles en sus instalaciones?

Bajo esta premisa, la Universidad de Indonesia elabora desde el 2010 el *UI GreenMetric World University Ranking*, un método de evaluación de los esfuerzos que realizan universidades en todo el mundo para reducir su huella de carbono y ayudar en el combate del cambio climático. En un inicio el número de universidades participantes era de apenas 95 en 35 países, pero al año pasado la cifra ascendió a 719 universidades en 81 países, lo cual ya de inicio es un buen indicador.



En los últimos años, los rankings universitarios han tomado relevancia, no sólo como un referente para decidir donde estudiar y conocer el accionar de sus distintas sedes, sino también para reconocer el prestigio que tienen las universidades en el mundo .



*El UI GreenMetric World University Ranking se basa las tres **E's**: Environment, Economics and Equity.*

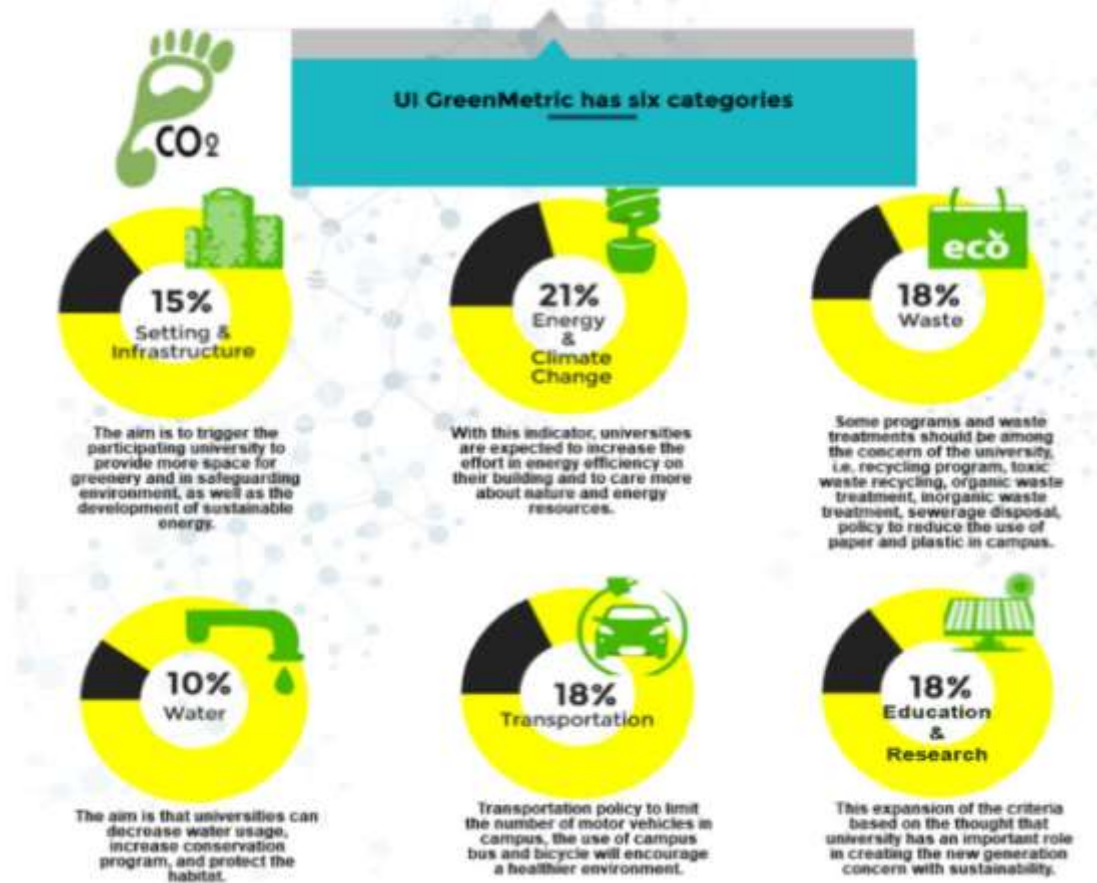
10 primeros lugares 2018

Ranking	University	Country	Total Score	Setting & Infrastructure	Energy & Climate Change	Waste	Water	Transportation	Education & Research
1	Wageningen University & Research		9125	1250	1725	1800	1000	1550	1800
2	University of Nottingham		8600	1175	1675	1575	1000	1450	1725
3	University of California Davis		8575	1400	1375	1725	1000	1500	1575
4	University of Oxford		8525	1150	1625	1650	850	1600	1650
5	Nottingham Trent University		8450	1225	1675	1800	550	1400	1800
6	Umwelt-Campus Birkenfeld		8350	1350	1700	1500	800	1275	1725
7	University of Groningen		8350	1100	1550	1575	1000	1550	1575
8	Bangor University		8325	1250	1500	1650	425	1700	1800
9	University College Cork		8250	1150	1475	1725	600	1650	1650
10	University of Connecticut		8150	1200	1350	1800	700	1450	1650

Criteria & Indicator

Metodología

Para ser incluidas en el UI GreenMetric, las instituciones educativas deben aparecer en otras evaluaciones internacionales, como Times Higher Education (THE) y QS World University Rankings, compartir información sobre seis categorías (infraestructura, energía y cambio climático; residuos; agua; educación e investigación y transporte) y realizar una encuesta en línea.



De las 719 universidades participantes en el 2018, estas son las tres más verdes:

Las 3 mejores universidades en el mundo

Wageningen University & Research (WUR), Holanda
La universidad más verde del mundo

WUR apareció en el ranking por primera vez en el 2015 ubicándose en el puesto 36 y desde esa fecha su compromiso ha ido creciendo. WUR genera energía renovable con aerogeneradores con sistemas bio-CHP's, almacenamiento térmico y paneles solares. En 2017 el 104% de la energía consumida en el campus se generó con métodos sostenibles.

Su programa Green Office estimula la sostenibilidad en el campus y desempeña un papel central en los métodos de titulación. Por ejemplo, a través de la implementación de proyectos estudiantiles dentro del campus en categorías como Energía &



TI, Educación e Investigación, Comida y Salud, Comunicación y Difusión e Impacto Verde, los estudiantes pueden optar por realizar tesinas, tesis de maestría, pasantías u obtener puntos con alto valor curricular. Por otra parte, el Green Man es portavoz de la universidad en su misión de crear la mayor conciencia sobre la sostenibilidad entre los estudiantes, ello mediante videos, actividades durante los días de introducción y asistiendo a días como el Día de la Sostenibilidad.

Universidad de Nottingham, Reino Unido
La universidad con más áreas verdes

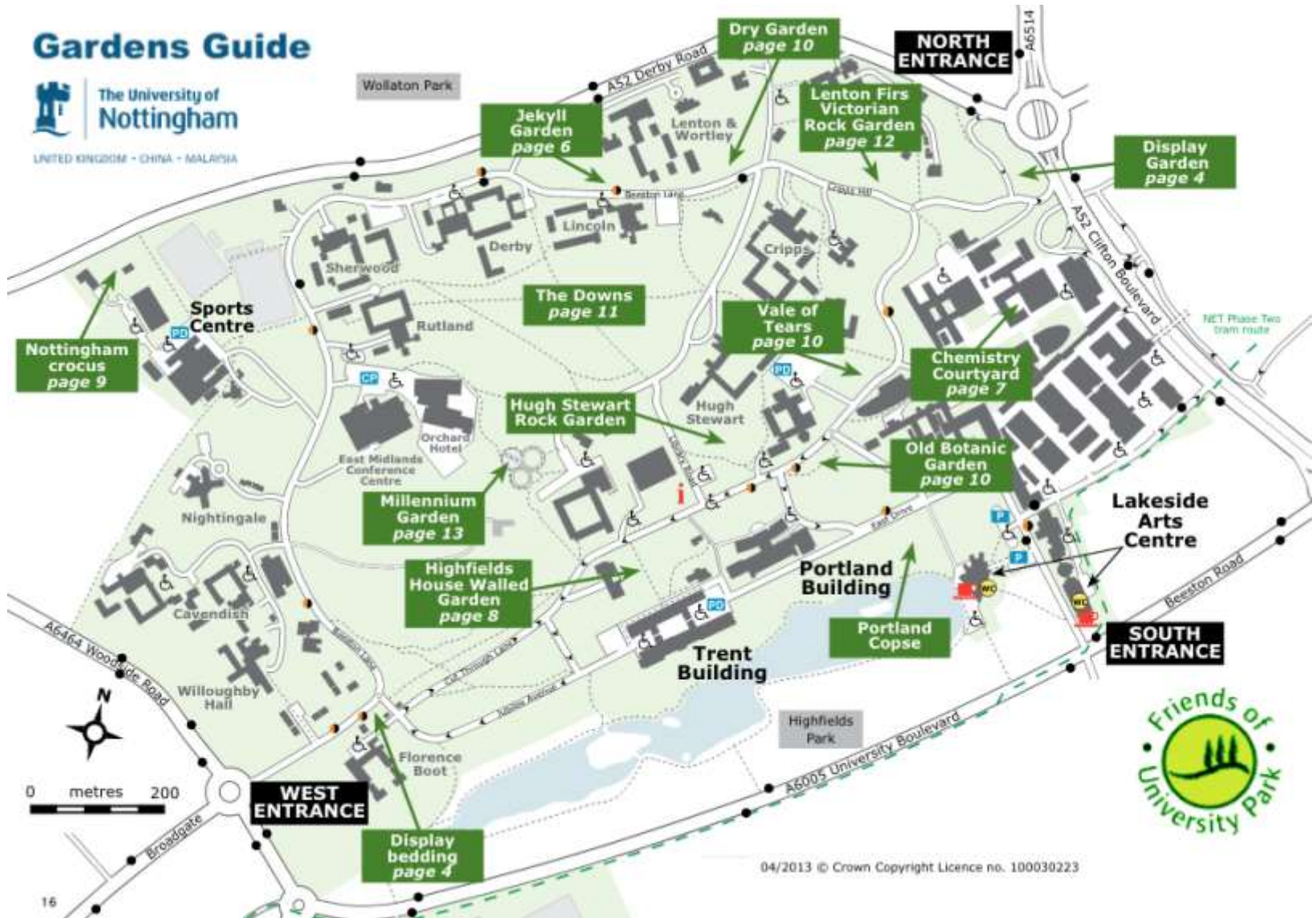
La universidad cuenta con un

Comité de Sostenibilidad y Medio Ambiente que dirige la política en todos los temas ambientales del campus (residuos y el reciclaje; energía y agua; viajes y transporte; e investigación y gobierno corporativo). Este comité es presidido por el Jefe de Estado y el rector, y entre sus funciones está monitorear, revisar y hacer recomendaciones para reducir el impacto ambiental de la universidad. El Comité administra el Fondo de Iniciativas para el Medio Ambiente que permite a los estudiantes y al personal postularse para financiar proyectos de sostenibilidad.

La universidad tiene un Plan de Gestión de Biodiversidad gestionado por University Park que establece un programa de 10 años para mejorar la biodiversidad del campus mediante la creación de 13 jardines de diferentes estilos y con diversas prácticas de jardinería orgánica para fomentar la biodiversidad. Además, los jardines abren sus puertas a la comunidad local y realizan actividades durante todo el año.

©Green Office Wageningen





A través del programa University Park, la Universidad de Nottingham promueve la conservación de la biodiversidad, la creación de jardines y las mejores prácticas de jardinería. Los 13 jardines que han desarrollado están abiertos al público.

Otro rasgo a destacar, es su interés en mantener y mejorar los lugares y las comunidades donde se ubica la universidad, compromiso así plasmado en su Estrategia Global 2020.



Universidad de California Davis (UC Davis), Estados Unidos
Campus con movilidad verde

La UC Davis posee y opera más infraestructura que cualquier otra universidad del país, empezando por su amplio sistema de rutas de transporte dentro del campus y en la periferia para reducir las emisiones contaminantes. Otra infraestructura destacada es su planta de tratamiento de aguas residuales, sistemas de captación de agua de lluvia, una subestación

eléctrica y un relleno sanitario.

A través del programa Sustainable 2nd Century promueven la cooperación entre gobierno, industria y ciudadanía, para la solución de problemas que van desde la gestión ambiental y energía renovable, hasta la agricultura sostenible y la salud para comunidades rurales. Uno de sus principales focos de atención es la conservación de energía, por ello desde hace dos décadas promueven el Programa de Asociación de Energía



El sistema de transporte de UC Davis posee 99 vehículos alimentados por gas natural comprimido; 63 vehículos eléctricos; 53 híbridos y 17 eléctricos híbridos enchufables. Todos ellos con horarios eficientes para reducir las emisiones contaminantes.

Estratégica con empresas de servicios públicos propiedad de inversionistas como Pacific Gas and Electric Company.

México en la ruta verde

La presencia de México en el *UI GreenMetric World University Ranking* es alta. El año pasado se evaluaron 12 universidades, siendo las de más reciente adhesión la Universidad Autónoma de Yucatán y la Universidad Autónoma de la Ciudad de México.

Universidad Autónoma de Nuevo León

Para abordar el tema de la sostenibilidad, la Universidad Autónoma de Nuevo León (UANL) se ha volcado a la infraestructura institucional. En 2010 creó la Secretaría de Sustentabilidad (SS), con el propósito de generar una instancia de referencia institucional, estatal y nacional en los temas y problemáticas de la región y, a partir de este año estará terminado el Centro de Investigaciones Ambientales para la Sustentabilidad (CIAS), que generará propuestas



Este año se inaugurará el Centro de Investigaciones Ambientales para la Sustentabilidad (CIAS), de la UANL, el cual se encargará de investigar, diseñar y operar soluciones a las problemáticas del uso eficiente del agua, energía, gas y suelo.

de solución a la problemática del uso eficiente del agua, energía, gas y suelo.

La construcción y equipamiento del CIAS contará con paneles fotovoltaicos, aerogeneradores y techo verde, así como laboratorios de Geomática Ambiental,

Climatología, Toxicología, Riesgo Ambiental, Calibración y Mantenimiento de Instrumentos de Medición.



ITESO, Universidad Jesuita de Guadalajara

De los seis indicadores que mide el ranking, el ITESO tuvo un avance destacado en Infraestructura y Agua. La universidad tiene una red hidráulica que reduce las descargas al drenaje, usa energía solar a través de fotoceldas y lámparas ahorradoras y, para reducir el consumo de PET prohibió la venta de agua embotellada de menos de un litro. Actualmente trabaja en programas de separación de residuos, la instalación de una planta potabilizadora de agua y la eliminación del uso de unicef y cubiertos desechables.

Universidad Autónoma de México (UNAM)

La Estrategia de Universidad Sustentable EcoPuma de la UNAM comprende 8 ejes de acción: Energía, Movilidad, Agua, Áreas Verdes, Residuos, Administración Electrónica, Consumo Responsable y Construcción Sustentable. Todas las Facultades, Centros e Institutos de la UNAM a nivel nacional participan y trabajan en los subtemas específicos de cada eje. Por ejemplo en el tema de residuos, la Universidad tiene el Programa de Manejo Integral de Residuos Sólidos Universitarios

con enfoque en Basura Cero (MIRSU BO) y otorga el distintivo ambiental EcoPUMA a la entidad con la más alta evaluación en la gestión de sus residuos desde la separación y recolección, hasta el acopio y transferencia diferenciados. El distintivo tiene tres niveles: Básico, Azul y Oro, y apenas tres entidades han alcanzado el distintivo Oro. Otros ejes con gran impulso son el de agua, energía y consumo responsable. El agua de la alberca olímpica de Ciudad Universitaria se calienta con 30 por ciento de energía obtenida de colectores solares, en diversos puntos del campus hay

A nivel mundial el ITESO se colocó en la posición 122; mejorando ocho puestos con respecto al ranking 2017.

©ITESO



bebederos con agua obtenida mediante sistemas de captación pluvial y la universidad tiene un catálogo de proveedores de insumos bajo impacto ambiental.

Por otra parte, para difundir el trabajo del Programa Universitario de Estrategias para la Sustentabilidad, se cuenta con un programa de radio llamado Ambiente Puma, uno de televisión llamado Observatorio cotidiano: la ciencia desde la sustentabilidad, así como cápsulas informativas llamadas Nuestra huella en el planeta. Hasta el momento hay 36 programas de televisión, 156 programas de radio de 15 minutos cada uno y 270 cápsulas, todas descargables en sus redes sociales.



El Centro de Ciencias Genómicas, el Instituto de Biotecnología y el Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias, en el estado de Morelos, obtuvieron el distintivo Oro 2018 por separar y gestionar el 75% de sus residuos sólidos.

La evaluación del *UI GreenMetric World University Ranking* además de reconocer los esfuerzos en el camino a la sostenibilidad al interior de las universidades, busca difundir las buenas prácticas no sólo entre universidades sino entre otras esferas de acción pública como gobiernos y municipios.

Más información en:

<http://greenmetric.ui.ac.id>
<http://greenmetric.ui.ac.id/wp-content/uploads/2015/07/Brosur-UI-GM-2019.pdf>
<http://www.webometrics.info/es>
<https://www.wur.nl/en/About-Wageningen/Sustainability.htm>
<https://www.nottingham.ac.uk/sustainability/>
<https://sustainability.ucdavis.edu/>
<http://sds.uanl.mx/>
<https://sustentabilidad.unam.mx/evaluaciones-internacionales.php>
<https://sustentabilidad.unam.mx/distintivo.php>
<http://www.morelos.unam.mx/basuracero/node/59>

Ranking de Universidades en México

Posición	Universidad
83	Universidad Autónoma de Nuevo León
121	ITESO, Universidad Jesuita de Guadalajara
149	Universidad Nacional Autónoma de México
205	Universidad Autónoma de Chiapas
231	Universidad Autónoma del Estado de México
255	Universidad Popular de la Chontalpa
274	Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo
352	Universidad Autónoma de Yucatán
417	Universidad Autónoma Metropolitana
668	Universidad Autónoma de la Ciudad de México
673	Instituto Nacional de Antropología e Historia

No estamos indefensos ante el cambio climático



Dejemos de desecar los humedales



El Día Mundial de los Humedales
hecho posible gracias al
Punto Verde para el Agua



Convención sobre
los Humedales

Canon



#MantenerLosHumedales
#WorldWetlandsDay

**Día Mundial de
los Humedales**

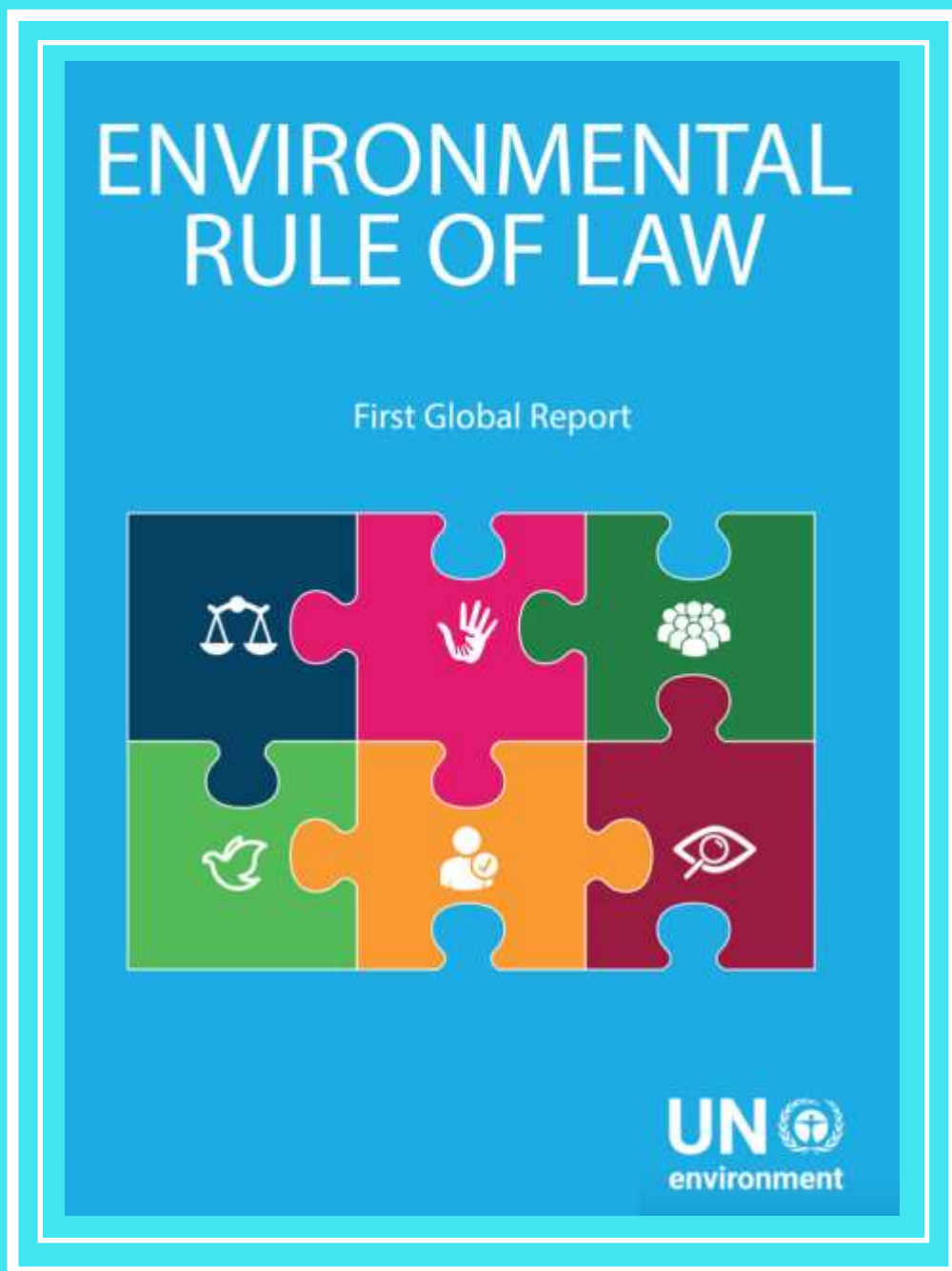
2 de febrero 2019

Los humedales y el cambio climático



¡Únete a nosotros! visita WorldWetlandsDay.org

Mucho ruido y pocas nueces entre las naciones

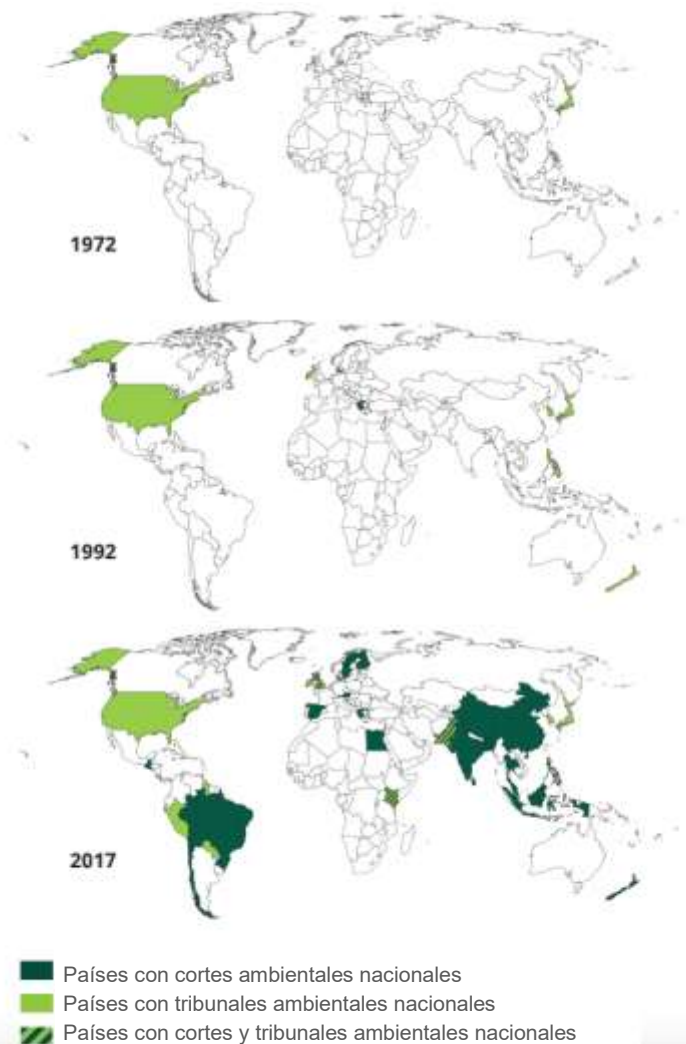


Gran revuelo ha causado el primer informe global de la ONU Medio Ambiente sobre el Estado del Derecho Ambiental, principalmente porque dos hechos incuestionables: por una parte, se reconoce que a pesar de que las leyes y organismos dedicados al medio ambiente han proliferado en las últimas cuatro décadas (década de los setenta), en realidad la aplicación del derecho ambiental es débil; mientras que por otro lado, se registra una tendencia preocupante sobre la resistencia a las leyes ambientales que ha resultado en un creciente número de casos de hostigamiento, amenazas y asesinatos de defensores ambientales, tan solo entre 2002 y 2013, 908 personas fueron asesinadas en 35 países, entre ellas, guardaparques, inspectores gubernamentales y activistas locales, mientras que en 2017, la cifra ascendió a 197 defensores asesinados.



Al respecto, David Boyd, Relator Especial de la ONU sobre los derechos humanos y el medio ambiente, señaló que “A menos que se fortalezca el estado de derecho ambiental, incluso las normas aparentemente rigurosas están destinadas al fracaso y no se alcanzará el derecho humano fundamental a un medio ambiente

Países con cortes y tribunales ambientales nacionales



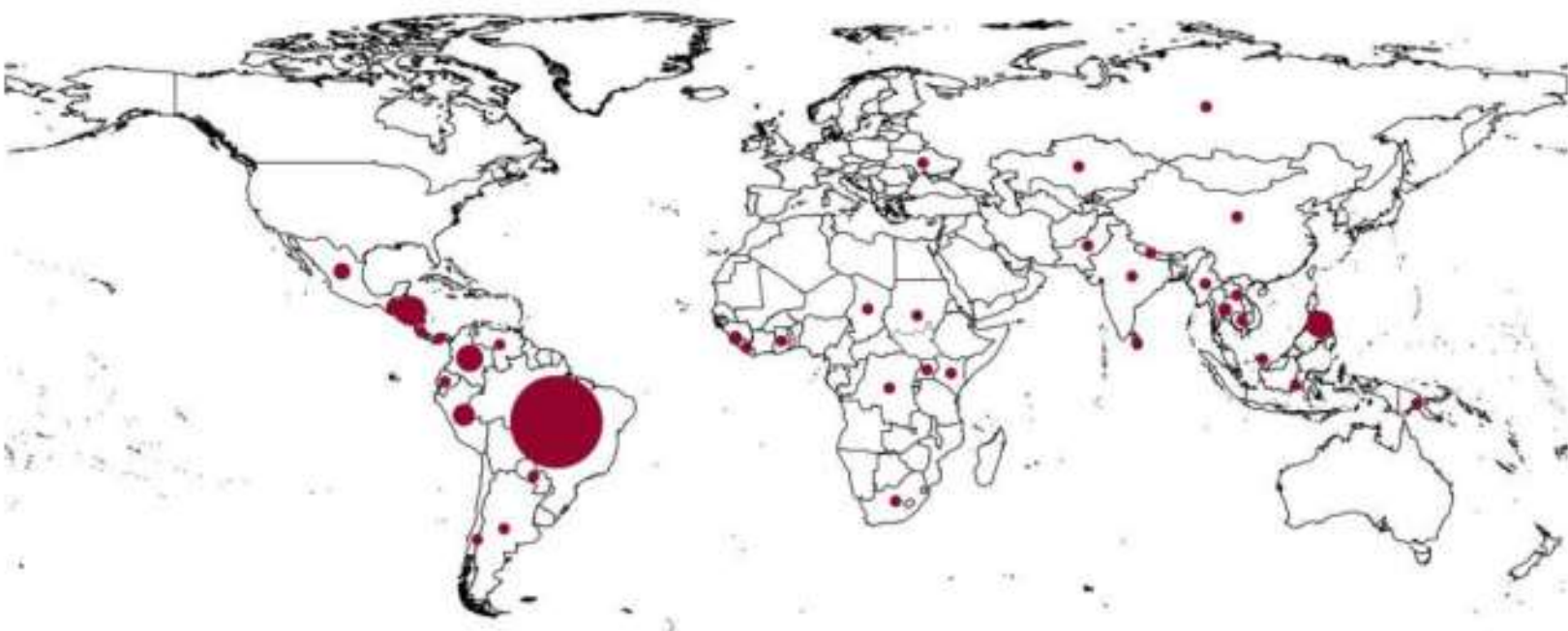
saludable”. Si bien la cooperación internacional contribuyó a que numerosos países concertaran más de 1.100 acuerdos ambientales desde 1972 y a que se elaboraran múltiples leyes marco sobre medio ambiente, ni el multilateralismo ni la asignación de fondos han dado lugar a la creación de organismos ambientales sólidos capaces de hacer cumplir las leyes y los reglamentos con efectividad.

← *El informe titulado Estado de Derecho Ambiental: Primer informe global destaca que el volumen de leyes ambientales se ha multiplicado por 38 desde 1972 y se han concertado más de 1,100 acuerdo ambientales, pero su aplicación deja mucho que desear. La incapacidad de aplicar y hacer cumplir plenamente las regulaciones es uno de los mayores desafíos para mitigar el cambio climático, reducir la contaminación o detener la pérdida generalizada de especies y hábitats.*

Numeralia del avance del Derecho Ambiental



Países donde defensores ambientales han sido asesinados (2002-2015)

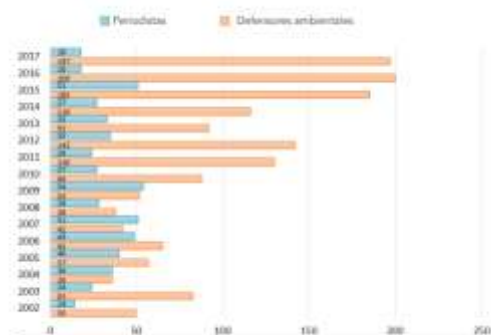


Número de defensores ambientales asesinados en varios países (2000-2015).

527 Brazil	36 Guatemala	7 Argentina
129 Honduras	22 Thailand	5 Chad, China, Pakistan, Russia
115 Philippines	16 Cambodia, Democratic Republic of the Congo	4 El Salvador, Myanmar, Papua New Guinea
103 Colombia	15 Nicaragua	3 Ecuador, Sudan
79 Peru	13 India, Paraguay	2 Costa Rica, Liberia, Panama, Uganda, Ukraine, Venezuela
47 Mexico	11 Indonesia	1 Chile, Ghana, Kazakhstan, Kenya, Laos, Malaysia, Nepal, Sierra Leone, South Africa, Sri Lanka

Fuente: Environmental Law Institute, basado en datos de Global Witness 2014, 2015 y 2016.

Defensores ambientales y periodistas asesinados (2002-2017)



Fuente: CPJ 2018, Global Witness 2014, 2016 y 2017, y The Guardian y Global Witness 2017.

Durante el sexenio de Enrique Peña Nieto se registraron 161 asesinatos a personas defensoras de los derechos humanos que se oponían a megaproyectos de minería, forestales, hídricos y de desarrollo.

Además los apoyos al sector están muy centralizados, en palabras de Carl Bruch, Director de Programas Internacionales del Environmental Law Institute, "con demasiada frecuencia, el apoyo de los donantes se centra en esferas muy específicas del medio ambiente, por lo que algunas áreas tienen sólidos programas ambientales mientras que otras no reciben fondos ni atención, este abordaje de nichos puede socavar el estado de derecho ambiental al no ofrecer uniformidad en la aplicación y el cumplimiento de la ley y enviar mensajes confusos al público en general".

Sin participación ciudadana, nada avanzará

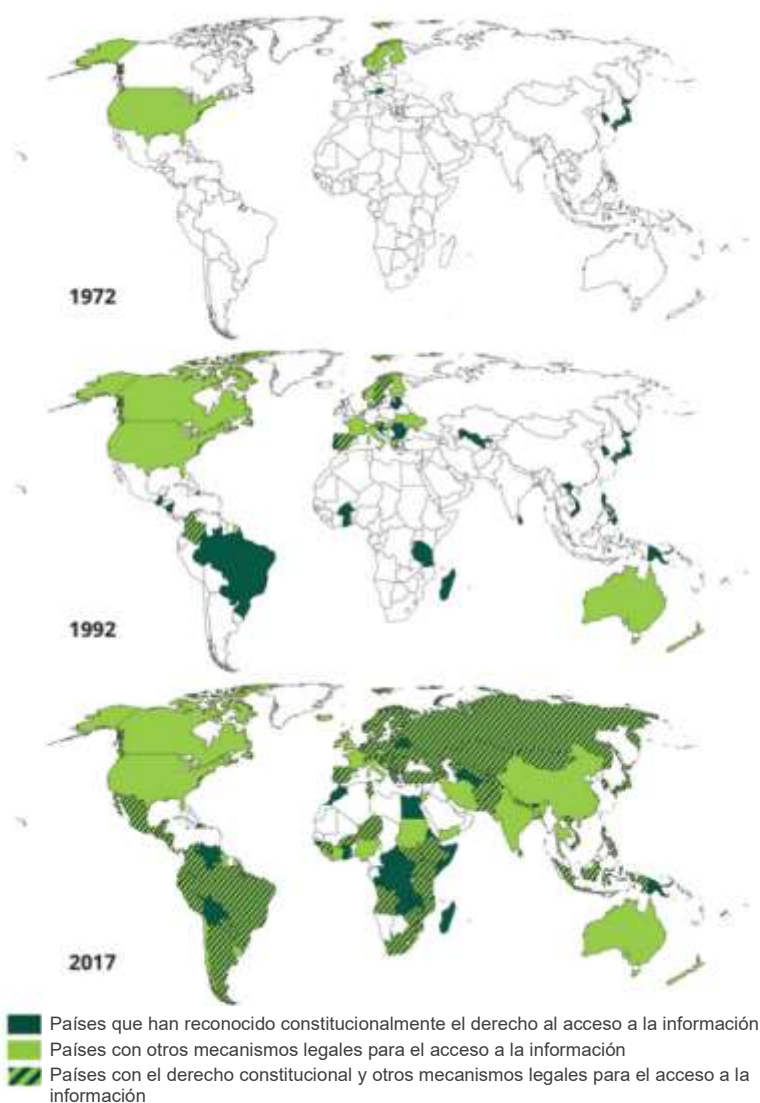
Según el Índice de Democracia Ambiental, solo 20 de 70 países examinados, es decir, 28%, están clasificados como "buenos" o "muy buenos" en lo que respecta a la elaboración de un informe periódico, completo y actualizado sobre el estado del medio ambiente, principalmente en temas como la calidad ambiental local, incluida la calidad del aire y el agua, sin embargo la gran mayoría aún carece de mecanismos de rendición de cuentas y gobernanza ambiental.

Por otra parte, si bien las normas y oportunidades para la participación cívica han aumentado de forma general, algunos Estados como China, Rusia, Turquía, Vietnam y Camboya, por mencionar los más evidentes, han incorporado nuevas restricciones a las actividades de la sociedad civil que limitan la capacidad del público de expresar su opinión sobre las injusticias relativas al medio ambiente. Así mismo, el número de países con participando en mecanismos de transparencia en una de las industrias más contaminantes, la extractiva, aún es bajo.

La Iniciativa de Derechos Ambientales

La Iniciativa de Derechos Ambientales asiste a los actores estatales y no estatales en la promoción, protección y respeto de los derechos ambientales. La Iniciativa constituye una nueva etapa en la labor de ONU Medio Ambiente en materia de derechos humanos y medio ambiente, y se basa en los resultados de proyectos previos y en las principales resoluciones de la Asamblea de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente y del Consejo de Derechos Humanos.

Países con leyes de protección al acceso a la información



Más información en:

<https://drive.google.com/file/d/1YaHtUkEW4qIH0haZlWCggTv0P-KFHFCC/view>
<http://environmentaldemocracyindex.org/rank-countries#2/8>



Mostaza

VENTA DE SEMILLAS



OKAMI

Sembrando conciencia.

Huerto Okami



@Okami130



Huerto Okami





VIAJE EN



PAREJA

Destinos románticos

Autor: Anallely González

Cuando se trata de amor y romance, ningún afrodisíaco es tan potente como viajar. Echa un vistazo a estos destinos románticos y saca ideas para esa escapada que tantas ganas tienes de hacer con tu pareja o amigos.

San Miguel de Allende, Guanajuato

Es la ciudad ideal para recorrer a pie, caminando tranquilamente mientras visitas los muchos templos barrocos, las galerías de arte y los centros culturales. La ruta inicia en el *Paseo del Chorro y Lavaderos*, sitio fundacional de la ciudad, donde ahora existe una capilla del siglo XVIII localizada en la parte más alta.

Parroquia de San Miguel Arcángel, ícono representativo de la ciudad.



Para seguir agregando dulzura a este viaje dos imperdibles son *La Colmena*, panadería que abrió sus puertas en 1901 y que ya es considerada la más antigua de la ciudad y, *La Casa del Tumbagón*, casa de dulces típicos de San Miguel de Allende que ya es una tradición visitar y degustar. El tumbagón es un dulce hecho con harina de trigo gotas de naranja y anís, espolvoreado con canela.

Si las calles empedradas y empinadas no es lo tuyo, puedes optar por recorrer la ciudad en tranvía, el viaje dura una hora y hace dos paradas, la primera en la Casa Sierra Nevada y la segunda en El Mirador, este último lugar no te los puedes perder tanto de día como de noche ya que ofrece una de las mejores vistas de San Miguel de Allende.

Para cerrar con broche de oro la cantina *El Manantial* es lo mejor. Se trata de la cantina más antigua de la ciudad, su ambiente es ecléctico al igual que el menú gourmet.



Taxco, Guerrero

Si puedes programar tu viaje entre semana no dejes de visitar la Facultad de artes y diseño de la UNAM que tiene sus instalaciones en la *Ex-hacienda del Chorrillo*, anteriormente conocida como Hacienda de Cantarranas, pieza histórica de la región. Toma en cuenta que por ser escuela está abierta de lunes a viernes de 9 a 19 hrs.



Aurea, Boutique de Autor es un lugar que reúne a productores y diseñadores de joyería más relevantes de la ciudad y del país. Encontrarás piezas de orfebrería y joyería exclusivas de gran calidad, así como exhibiciones temporales y un tour gratuito en el cual conocerás el proceso de la joyería.



El *Hotel Agua Escondida* es una antigua casona construida en el siglo XVI que ahora alberga el lobby, la recepción y comercios del hotel. En la casa original destacaba un abundante manantial de agua cristalina que se bifurcaba al interior de la casa, se le conocía como el callejón del "agua escondida" motivo del nombre del hotel. Actualmente a este espacio se le conoce como el Centro Joyero.



Con el tiempo, el hotel ha ido integrando algunos edificios anexos, mediante puentes elevados.

Para cerrar el día visita uno de los mayores atractivos de la capital platera: el *Teleférico de Montetaxco* ubicado a 170 metros de altura desde donde podrás obtener las mejores fotografías.

©Ecosmedia



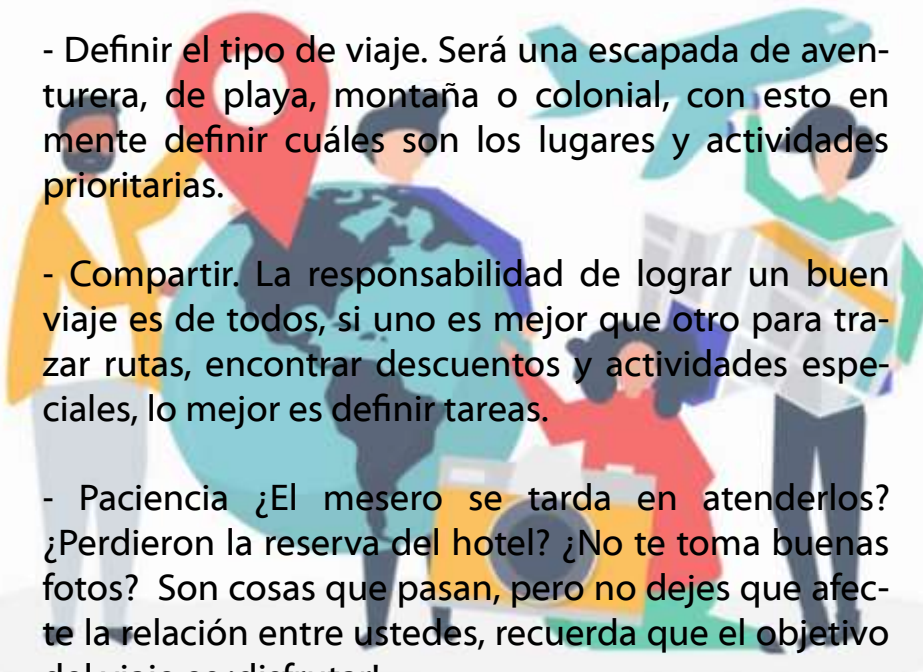
Isla Navidad, Colima

Isla Navidad es un lugar paradisíaco bordeado por caletas y una laguna, justo entre los límites de Colima y Jalisco. Aquí se ubica el lujoso complejo hotelero Grand Isla Navidad Resort, ideal para vacacionar en pareja. Cuenta con campo de golf, gimnasio, jacuzzis, cancha de tenis, restaurantes y transportación gratuita en lancha al pueblo, donde podrás comer platillos típicos y comprar auténticas obras de arte talladas en madera y coloridos bordados.

El hotel ofrece actividades como paseo a caballo por la bahía, un baño con hierbas aromáticas en el spa, moto acuática, surf, esquí acuático, kayak, buceo o competencia de pesca de pez vela (solo en temporada). ¡Solo déjense consentir!

Tips para el primer viaje en pareja o con amigos:

- Fijar un presupuesto común. Sobre todo, para evitar esa desagradable sensación de estar pagando más que el otro (s), lo mejor es hacer una cuenta general para pagar cenas y paseos.
- Definir el tipo de viaje. Será una escapada de aventura, de playa, montaña o colonial, con esto en mente definir cuáles son los lugares y actividades prioritarias.
- Compartir. La responsabilidad de lograr un buen viaje es de todos, si uno es mejor que otro para trazar rutas, encontrar descuentos y actividades especiales, lo mejor es definir tareas.
- Paciencia ¿El mesero se tarda en atenderlos? ¿Perdieron la reserva del hotel? ¿No te toma buenas fotos? Son cosas que pasan, pero no dejes que afecte la relación entre ustedes, recuerda que el objetivo del viaje es ¡disfrutar!



Lázaro Cárdenas, Michoacán

Si lo que buscas es paz y tranquilidad, Playa las Palmas será un tesoro para ti. En la playa se ubica el Hotel Gambusino que cuenta con apenas 18 habitaciones, por lo que la atención es más que personalizada y la privacidad está garantizada.

La comunidad más cercana queda a 30 minutos, así que planea bien tus víveres y necesidades, una vez en el hotel no querrás salir, mucho menos después de ver cómo el personal pesca lo que comerás mientras disfrutas de las bellas puestas del sol y un increíble cielo estrellado.

Ezequiel Montes, Querétaro

No tienes que ser un experto en vino para saber cuál es el maridaje perfecto entre vinos y carnes, pescados o postres, eso déjalo a los enólogos que te asesorarán en alguno de los muchos recorridos vinícolas de la zona de Ezequiel Montes, Querétaro, sitio que goza del mejor clima del estado para la producción de la uva.



Esta zona de playa no tiene antena de comunicación por lo que no hay servicios de internet.



Ya existen muchas rutas del Queso y Vino por las que puedes optar, todas generalmente de un día, pero en caso de que prefieras solo recorrer viñedos, aquí te mostramos algunas opciones:

Bodegas De Cote: Complejo industrial envidiable que tiene recorridos guiados a pie o en bici, además de restaurante.

Finca Sala Vivé by Freixenet: Posee impresionantes cavas enterradas a 25 metros de profundidad, donde se controla la temperatura y la humedad para la perfecta crianza de sus vinos.

Viñedos Azteca: un proyecto completo que incluye vitivinicultura, charrería y difusión de las tradiciones mexicanas.

Viñedos La Redonda: Promueve el arte y la cultura vinícola a un público joven ofreciendo festivales como 100 Vinos Mexicanos (marzo) y Wine Colors & Music Fest (mayo).

Viñedos Los Rosales: Se distinguen por la producción de Vinos Tintos Orgánicos de alta calidad con su emblemática uva llamada Salvador, también denominada Tintorera.

Viñedos del Marqués: Elaboran vinos a tu medida, ya sea con tu propia uva o brindándote una solución integral para tus eventos o degustaciones.

Si quieres un plan romántico qué mejor que con un buen vino. ¡A romancear!





Se dice que un buen chocolate es capaz de levantar el ánimo en los días más tristes, además de otorgar muchos beneficios a nuestro cuerpo, como proporcionarnos energía y ser un buen antioxidante.

Por ello Rifa Chocolatería se dedica a levantar el ánimo de sus clientes a través productos con elevados porcentajes de cacao y sin grasas artificiales. Además tienen una alianza con productores mexicanos que cultivan el cacao en diferentes comunidades al sur de México como Cunduacán, Tabasco, Chiapas y Oaxaca.

Hay desde bebidas espumosas hasta tamales, pasando por miel, pasta, puntas (nibs), granos y mucho más. Visítalos en Coyoacán (Allende 45) o en la Juárez (Dinamarca 47).

www.larifa.mx



ESPECIAL

Calendario para Plantas de Interior

Febrero

En época de invierno nuestras plantas suelen deshidratarse, ya sea por el uso de calentadores eléctricos o por olvido del riego, así que es tiempo de hacer recortes periódicos que ayudarán a mantener nuestras plantas intactas todo el año. Elimina las hojas secas o deterioradas justo en la base de los tallos o elimina sólo la parte afectada. La poda drástica es la solución cuando las plantas presentan una vegetación excesivamente pobre. Corta los tallos casi a ras de tierra, sí sin miedo, en unos meses crecerán fuertes.

Marzo:

Llega la primavera y con ello más sol así que tus plantas deberán tener una higiene adecuada para mantenerlas bellas, sanas y vigorosas. Limpia la suciedad acumulada sobre el follaje pasando una esponja humedecida con limpiador casero (mismas cantidades de agua y vinagre) por las hojas lisas y grandes, y con pincel las pequeñas. Recuerda que también es temporada de aumentar paulatinamente el riego.

Abril:

Con el calor también llegan las plagas como la cochinilla, la araña roja o el pulgón. Para combatirlos ten a la mano un bioinsecticida casero, son fáciles de hacer y efectivos. Además una poda estética siempre ayudará a fortalecerlas y fomentar la producción de brotes nuevos.

Mayo:

Es tiempo de plantar esquejes y abonar. El riego es más frecuente y preferente por las mañanas. Si tienes plantas en la terraza la limpieza es más frecuente para evitar que el polvo acumulado obstruya los poros y frene su crecimiento. Usa un trapo húmedo o un cepillo suave.

Junio:

El riego ahora será cada 2-3 días a la semana. Si tienes macetas con flores elige un abono rico en fósforo y potasio, para plantas verdes utiliza uno rico en nitrógeno. Para mantener más frondosas tus plantas, despúntalas un poco.

Julio:

En pleno verano y con las altas temperaturas es recomendable colocar las plantas en un lugar fresco y con riego frecuente. Si te vas de vacaciones y el viaje es corto instala las plantas en una bandeja con grava y agua, si va a ser un viaje largo llena un recipiente con agua y conéctalo a las macetas por medio de mechas de tela para un riego por absorción. Recuerda alejarlas de la luz directa para evitar que sus hojas se quemen.





Agosto:

Luego de las vacaciones es importante hidratar y nutrir tus plantas. Es importante colocar un poco de composta y trasplantar los ejemplares que hayan crecido mucho o que estén demasiado apretados en la maceta. Revisa las raíces y recorta las muy crecidas, viejas o estropeadas, así evitarás que la planta crezca demasiado.

Septiembre:

Es momento de aflojar el sustrato un poco y colocar composta, esto ayudará a tu planta a absorber el agua. Sumerge la maceta en un recipiente con agua, quita las hojas secas y colócala en un sitio fresco. Es buen momento para cortar esquejes, ponerlos a enraizar en agua y esperar a que crezca una nueva planta.

Octubre:

Para la mayoría de las plantas de interior es la última oportunidad para nutrirlas y eliminar las flores secas y

y las hojas amarillas o estropeadas. Recuerda que a partir de este momento el agua fría puede dañar las raíces de las plantas.

Noviembre:

En esta época el riego debe ser esporádico y con agua no tan fría. Observa si le falta algún nutriente específico y abona para corregir esta carencia antes de que la planta entre en un estado de latencia.

Diciembre:

Protege tus plantas del frío, si en tu casa usas calefacción, coloca un recipiente con agua cerca de tus plantas, el ambiente húmedo evitará que se resequen de más.

Enero:

Si tienes azaleas en tu hogar comenzarán a florecer, pero necesitarán más agua que otros ejemplares. Utiliza cascará de plátano para limpiar las hojas, les proporcionará un brillo sano y natural.



SAN MIGUELITO

FICHA TÉCNICA

Nombre científico: *Antigonon leptopus*
Familia: Polygonaceae
Nombre común: San Miguelito

Qué mejor muro verde que el San Miguelito para llenar de color rosa nuestro entorno, principalmente si vivimos en climas tropicales. Originaria de México, esta trepadora crece rápido y puede alcanzar los 8 mts de altura y como es semileñosa puede adaptarse a cualquier tipo de soporte.

Sus flores rosas en ramillete son muy atractivas para las abejas y mariposas y en conjunto con sus hojas verdes de forma acorazonada dan un toque hermoso a cualquier espacio. Otra de sus ventajas es que puede reproducirse por semillas, estacas o acodo aéreo.

Otros Nombres: Flor de San Diego, flor de Santiago, Rosa de Mayo, Corona de reina o Coralita.

	Cálido
	Planta Trepadora
	Mucha
	Moderado
	Abril a Noviembre
	





USOS

Ornamental: para cubrir muros

Gastronómico: Los tubérculos son comestibles y tienen sabor a nuez.

Noches de Ciencia...para adultos!!

Si te dan envidia todas esas ferias y actividades científicas infantiles que existen hoy en día y que te habría gustado tener cuando eras niño/a, ¡estas actividades son para ti!

A partir de enero y hasta noviembre el Centro Cultural de España en México llevará a cabo, una vez al mes, noches de experimentos científicos para adultos. La primera sesión, organizada en conjunto con el Instituto de Fisiología Celular de la UNAM, se realizará el miércoles 27 de febrero y estará dedicada a las plantas, bajo el título "¡No todo es verde!! Fotosíntesis bacteriana."



La palabra "fotosíntesis" nos lleva de inmediato a pensar en una hierba o un árbol. Sin embargo, este proceso metabólico también puede observarse en algunas bacterias que pueden transformar la energía luminosa en energía química para vivir. En este taller aprenderás a elaborar tu propio cultivo de bacterias fotosintéticas y acercarte al estudio del metabolismo de estos organismos.



GRAN RODADA

MONTAÑA EN ZIMAPÁN



23
FEBRERO

www.chaamexico.com

¿Sabías que en México vive el 12%
de la biodiversidad del mundo?
Aprende a cuidarlo con la
Exposición temporal:

ECOS DE LA TIERRA



Ven al MIDE. Tu tiempo lo vale.



CONABIO
COMISIÓN NACIONAL PARA
EL CONOCIMIENTO Y USO
DE LA BIODIVERSIDAD

PRODUCIR CONSERVANDO



Biodiversidad y Comunidades Sostenibles

UNIVERSUM

Museo de las Ciencias de la UNAM

Exposición temporal

Planta baja, edificio A

Hasta 03 de marzo 2019



22-23
febrero



Zoológico
Los Coyotes
Coyoacán



RECICLATRÓN

UAM-AZCAPOTZALCO



TALLER ALGA ESPIRULINA

DOMINGO 10 DE FEBRERO 2019

Foro Multicultural Xico - Poniente 6-A
Manzana 8, Lote 22, Xico 2da Sección
Valle de Chalco, Edo de México, México
Teléfono: 55 6767 2795

TALLERES LIBRES DEL CHOPO

REDACCIÓN

APRECIACIÓN
CINEMATOGRAFICA

ESCRITURA
AVANZADA

YOGA

TAICHI
CHUAN

SENSIBILIDAD
CORPORAL

LATAM MOBILITY SUMMIT MEXICO 2019

Ciudad de México
13 y 14 de febrero

info@latamobility.com / www.latamobility.com



