



Ahorro, ¿un buen propósito?



Es necesario que los mexicanos ahorren y destinen su dinero a cosas que realmente necesitan y no lo gasten por gastar

■ Nacional:

Anuario 2011
1ª parte



Mexicano, uno de cada tres inmigrantes



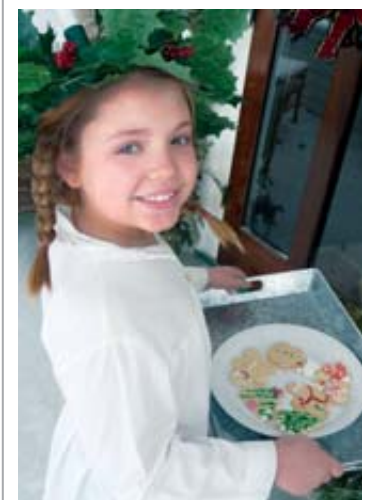
Gracias México



3

■ Cuida tu salud:

Cómo vivir las fiestas



4

■ Mundo:

La señora bi-presidenta



14



Pildoritas del Padre José

P. José de Jesús Aguilar

Para estar más cerca de Dios

Está a punto de terminar un año y muchos se preparan para recibir también al año nuevo con todo tipo de ritos: 12 uvas, maletas, ropa interior roja, etc. Este tipo de rituales pueden ser divertidos pero no pueden asegurar un año nuevo libre de obstáculos. Es mejor terminar e iniciar el año con una reflexión que nos permita reconocer nuestras fortalezas, para seguir trabajando en ellas; nuestras debilidades, para fortalecerlas y, nuestros errores, para corregirlos.

La felicidad no se consigue mágicamente. Depende de las decisiones y actitudes que tomamos diariamente. Las decisiones incorrectas y las actitudes negativas siempre provocan resultados adversos.

Algunos creen que el éxito consiste en tener dinero, ser famoso o vestir ropa de marca. Pero, no es así. Muchos tienen eso pero son infelices y no se pueden considerar exitosos.

El éxito depende del desarrollo en las siguientes áreas: salud, familia, social, profesional, económica y espiritual. Cuando estas se desarrollan en forma equilibrada, las personas son felices. Lamentablemente, con frecuencia descuidamos algunas áreas poniendo atención únicamente en la económica o la profesional, como si la vida fuera sólo dinero o trabajo. En esos casos, la salud se descuida, las relaciones familiares se enfrían o fracturan, se menosprecia la convivencia social y se provoca un gran alejamiento de Dios.

Afortunadamente, la conclusión de un año siempre mueve los corazones y las conciencias propiciando nuevamente el encuentro con Dios. De lo más íntimo surge la oración pidiendo por los seres queridos, la unidad de la pareja, la salud de los familiares o amigos enfermos, la pureza de los niños o la paciencia de los ancianos. No falta la oración que pide o agradece el trabajo, la que implora la protección de los que se encuentran lejos ni la que intercede por los difuntos. En esos momentos descubrimos que Dios nunca se ha alejado de nosotros. Somos nosotros los que nos olvidamos de él. Y descubrimos también que, por esta actitud, nos alejamos del camino correcto, ocasionamos problemas o no sentimos su ayuda en los momentos de dificultad.

Con el deseo de ayudarte a que no descuides tu área espiritual escribí mi nuevo libro "365 días para acercarse a Dios". El libro propone leer sólo una hoja al día. Puedes iniciar cuando quieras y, al término de un año conocerás: toda la Biblia, quién la escribió y en cuánto tiempo, los personajes del Antiguo y Nuevo Testamento, la diferencia entre cada uno de sus libros, la historia del pueblo de Israel y sus costumbres, las profecías, los sacramentos y sus signos, la

aplicación de cada uno de los mandamientos con temas como infidelidad, nulidad matrimonial, masturbación, suicidio, eutanasia, el fin del mundo. De esta manera, cada persona o familia, podrá tener muy sólidos los fundamentos de la fe. Todo esto con un lenguaje sencillo. **Ya se encuentra en todas las librerías.**



Anuario 2011

2ª parte

Julio

Pilotos de la serie Nascar, hicieron una donación de pintura a Nuestro Hogar Anar, México, institución que apoya la Fundación del Dr. Simi.

Agosto

El Centro de Rehabilitación del Dr. Simi en Ciudad Madero, Tamaulipas, festeja su cuarto aniversario.

Septiembre

Se realiza la Cuarta Convención Nacional de Ventas de Farmacias Similares, al sur de la Ciudad de México.

Con la presencia de más de mil abuelitos en Tlalnepantla, Estado de México, la Fundación del Dr. Simi festeja a los adultos mayores en su día.

Ciudad Universitaria es escenario de la Quinta Simicarrera 10K, evento que logra reunir a más de 4 mil 500 corredores.

Octubre

La Fundación del Dr. Simi organiza Un Kilómetro de Ayuda en el Cetus 5, en el Distrito Federal. Se captaron cerca de 600 kilos de ayuda.

La Fundación Best realiza su Cuarta Convención Nacional de Médicos en la Ciudad de México.

Se lleva a cabo el Plan Simi III en Colima, a donde acude con 16 toneladas de ayuda, para apoyar a los cerca de 10 mil damnificados que dejó el huracán Jova.

Para apoyar a los 300 mil afectados en Tabasco, la Fundación del Dr. Simi traslada 22 toneladas de ayuda a través del Plan Simi III.

Noviembre

La Fundación del Dr. Simi realiza el Kilómetro de Ayuda en la Universidad Interamericana para el Desarrollo (UNID), en Tlalnepantla, en donde reúne más de 500 kilogramos de productos alimenticios, en beneficio de la Fundación Brazo Latino, que apoya a mazahuas.

Se realiza la Novena entrega de Premios al Altruismo en el World Trade Center, evento en el que se entregan los galardones de Unidos Para Ayudar y Por Un País Mejor.

Hugo Oliveras, Rubén Pardo y Rogelio López, pilotos de la serie Nascar, donan juguetes a la institución Ejército de Salvación Internacional A.C., organismo que apoya la Fundación del Dr. Simi.

Diciembre

El Centro Comunitario del Dr. Simi 2, localizado en la colonia Desarrollo Urbano Quetzalcóalt, en la delegación Iztapalapa, lleva a cabo su pastorela anual.



14 años de logros



EN EL GRUPO POR UN PAÍS MEJOR TENEMOS UN COMPROMISO PERMANENTE CON LA CALIDAD.

CON LA CALIDAD DE TODOS LOS SERVICIOS Y PRODUCTOS QUE OFRECEMOS.

CON LA CALIDAD DE VIDA QUE LOS MEXICANOS DEBEMOS TENER.

CON VALORES, COMO EL DE LA GENEROSIDAD, QUE IMPULSAMOS PARA CONSTRUIR UN PAÍS MEJOR.

HOY, ADEMÁS DE AGRADECER SU PREFERENCIA, NOS COMPROMETEMOS A SEGUIR SIEMPRE CERCA DE USTED.

A 14 AÑOS DE NUESTRO NACIMIENTO, COMPARTIMOS LOGROS QUE NOS ENORGULLECEN COMO GRUPO NACIONALISTA:

- MÁS DE 4 MIL FARMACIAS, DONDE MÁS DE 14 MILLONES DE MEXICANOS AL MES COMPRAN GENÉRICOS DE LA MÁS ALTA CALIDAD Y AL PRECIO MÁS JUSTO.
- MÁS DE 7,500 MÉDICOS QUE OFRECEN ATENCIÓN DE CALIDAD Y CALIDEZ, EN 4,225 CONSULTORIOS, EN LOS QUE SE OTORGARON MÁS DE 50 MILLONES DE CONSULTAS.
- 220 UNIDADES DE ANÁLISIS CLÍNICOS, QUE REALIZARON MÁS DE 3 Y MEDIO MILLONES DE ESTUDIOS.
- COMO GRUPO RESPONSABLE CON LA SOCIEDAD, ORGANIZAMOS CUATRO GRANDES SIMICARRERAS, DONDE SE DIERON CITA MÁS DE 10 MIL 500 ATLETAS.
- LA APERTURA DE UNA TERCERA PLANTA DE PRODUCCIÓN DE MEDICAMENTOS GENÉRICOS DE LABORATORIOS BEST.
- MÁS DE 54,331 ATENCIONES QUE SE OTORGARON EN EL CENTRO NACIONAL DE DIAGNÓSTICO PARA LAS ENFERMEDADES EMOCIONALES.
- MÁS DE 4 MILLONES DE MEXICANOS BENEFICIADOS CON LOS 14 PLANES DE ACCIÓN DE LA FUNDACIÓN DEL DR. SIMI Y ATENCIÓN A 2,195 INSTITUCIONES DE ASISTENCIA SOCIAL.



ESTOS SON LOGROS QUE COMPARTIMOS CON MÉXICO.

¡GRACIAS!



Salud y sociedad

Miguel Ángel Ferrer
ferrermentor@hotmail.com
www.miguelangelferrer-mentor.com.mx

Me alegro mucho

Por supuesto, el lector y la lectora están para saberlo, y yo estoy aquí, precisamente, para contárselos. De modo que ahí va la interesante historia. Tengo un amigo, médico de profesión, a quien conocí siendo ambos alumnos de la Escuela Nacional de Maestros (ENM), la celeberrima Escuela Normal. Pues bien: al salir de la Normal, cada quien agarró su camino. Yo me inscribí en la Escuela Superior de Economía (ESE) del Instituto Politécnico Nacional, y mi amigo y colega lo hizo en la Escuela Superior de Medicina (ESM) del propio IPN. Yo, después de ser profesor de la ESE durante 14 años, y economista de diversas dependencias públicas (Consejo Nacional de Población, Secretaría de Hacienda, Presidencia de la República, Secretaría de Comunicaciones y Transportes), me dediqué al periodismo, noble tarea en la que sigo empeñado hasta ahora. Mi amigo, de nombre Moisés, fundó un pequeño hospital, una modesta maternidad, en la que practicaba la ginecología y, lógicamente, atendía partos a precios muy económicos. El pasado sábado 10 de diciembre íbamos a comer, con otros compañeros y compañeras de la Normal. Pero Moisés no asistió. Cariñosamente nos preguntamos a qué podría deberse su ausencia. Un amigo muy cercano a Moisés nos informó que ese sábado decidió no descansar, para trabajar en su clínica, pues "últimamente el trabajo estaba escaseando, debido a que mucha gente de recursos limitados, esa que constituía el grueso de sus pacientes, se había afiliado al Seguro Popular, lo que implicaba menos consultas, menos partos y, consecuentemente, menos ingresos. Estas palabras constituyeron para mí otra evidencia de lo acertado y justificado de esta nueva y extraordinaria institución. Lo lamento, desde luego, por las finanzas personales de mi amigo médico, pero me alegro muchísimo por los millones de beneficiados que ha generado la idea del Seguro Popular.

Cómo vivir las fiestas

Cuando se experimenta un sentimiento de culpa, angustia, desánimo, enojo o frustración, independientemente de qué lo genere, se puede recurrir a muchas estrategias para evadirlos o tratar de acallarlos superficialmente. Diciembre, con sus festejos, se presta para esos fines.

Así, encontramos personas que, ante el desánimo y la tristeza, corren a las tiendas y centros comerciales, para comprar sin reflexionar, ni considerar los compromisos económicos, en un intento por llenar un vacío que sienten, el cual tal vez se recrudescan en estas fechas ante las imágenes de parejas, amigos o familias reunidas alrededor de un árbol de Navidad o el Nacimiento.

En otro caso, están los padres que en su intento por aliviar un sentimiento de culpa por pasar poco tiempo con sus hijos, compran los regalos enormes y caros, aunque terminen endeudados y, al final, esto siga siendo la justificación para convivir poco, sin darse cuenta de que el regalo no va a lograr que el niño sonría, como ocurre en los comerciales.

Lo anterior es el resultado tanto de las pocas herramientas para enfrentar los problemas emocionales,

como del sentido comercial que prevalece en torno de las fiestas decembrinas y que hoy, con las dificultades económicas que prevalecen en nuestro país, se hace urgente modificar.

La opción más sana es festejar la Navidad, el Año Nuevo y todas las fechas con el objetivo de compartir más con nuestros seres queridos, y rescatar el sentido original de las fechas: fomentar la esperanza y el desarrollo espiritual.

Si has notado que tú o tus familiares tienden a ver en estas festividades sólo una razón para el consumismo, llámanos y te orientaremos.

En el Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales queremos ayudarte, comunícate al 01800 911 6666, opción 3.

Con información de la psicóloga Nancy Vargas Gama



¿Qué es el trastorno afectivo estacional?

Se ha escuchado hablar poco de lo que significa el trastorno afectivo estacional y qué signos o síntomas produce, para hacer un diagnóstico adecuado. Se cree que en los meses de invierno, la falta de luz solar impacta en los neurotransmisores. Estos cambios producen apatía, somnolencia, ansiedad y tristeza, los cuales se relacionan con una depresión a menor escala y con la característica de que los afectados muestran especial gusto por alimentos dulces, como el chocolate.

Este trastorno se presenta en mayor porcentaje en mujeres que en hombres y la mayoría remite que se da en cuanto pasa la época invernal. El verdadero problema surge cuando las personas, al no saber qué les pasa y que sus síntomas pueden ser pasajeros, se llegan a predisponer de tal manera y a generar escenarios tan catastróficos que, en efecto, padecen un problema depresivo.

La mayoría de las personas están acostumbradas a creer que siempre se tiene que estar feliz, que cualquier signo de tristeza o ansiedad son señales de una enfermedad, y

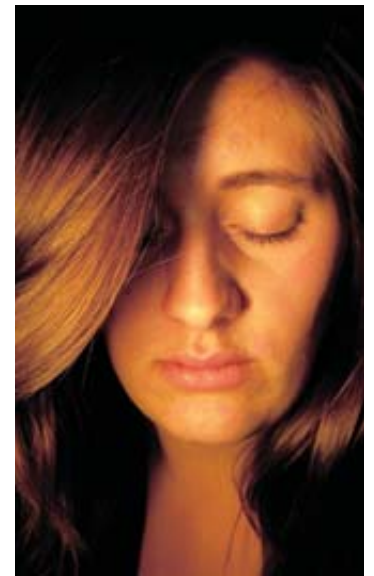
eso no es así. La tristeza también forma parte de nuestra vida, es una emoción. Y si los cambios sociales, como pérdidas, separaciones, problemas de comunicación, celos o crisis económicas se presentan, invariablemente habrá emociones de tristeza, ansiedad, llanto o miedo, pero son parte de un proceso que se está atravesando, no necesariamente significan enfermedad.

Tendríamos que empezar a desmitificar emociones y verlas como parte de nuestra vida, señales de cambios que vivimos, sean sociales, interpersonales o fisiológicos.

Y desde la parte médica y psicológica, hacer un adecuado diagnóstico para diferenciar un trastorno depresivo de un transe emocional debido a las situaciones personales o cambios estacionales.

Ante la duda, acércate a nosotros; te podemos brindar el apoyo y orientación psicológica las 24 horas del día de manera gratuita. Llámanos al 01800 911 6666, opción 3.

Con información de la psicóloga Gabriela Jiménez V.



Que el frío, no te deje ¡FRÍO!

• Paquete Respiratorio:
Eosinófilos en moco nasal
exudado faríngeo

\$199.00*

• Paquete Reumático 1
Antiestreptolisinas
Factor Reumatoide
Proteína "C" reactiva

\$259.00*

• Paquete Invierno
Exudado faríngeo
Rayos X (un disparo)
Espirometría sin
broncodilatador

\$426.00*



**Análisis Clínicos
del Dr. Simi**

"Lo mismo pero más barato"



Síguenos por



Consulta a tu médico.

SIMITEL 01 800 911 66 66
www.ssdrsimi.com.mx

PACAL

Q.B.P. Sandra Luz Saavedra Hernández
Ced. Prof.: 4056065-IPN

*Precios sujetos a cambio sin previo aviso.

BEST

Vigencia al 31 de enero de 2012.

UNICEF pide castigo ABUSO SEXUAL INFANTIL

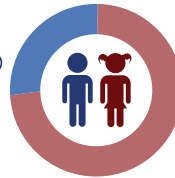
De acuerdo con la UNICEF, 150 millones de niñas y 73 millones de niños en todo el mundo son presas de abusos sexuales cada año. La amenaza es mayor para niños desatendidos en los países en los que hay vacío legal y los políticos reaccionan de forma indiferente.



NIÑOS VÍCTIMAS DE ABUSOS EN EL MUNDO 223 millones

Por sexo

■ Niños 73 millones



■ Niñas 150 millones

PAÍSES MÁS AFECTADOS

Filipinas Más de 100,000 Niños explotados sexualmente al año

Kenia 15,000 Niños explotados para turistas extranjeros

67% de los clientes son adinerados y de países industrializados

Bangladesh 13 años Edad media de menores explotados

PORNOGRAFÍA INFANTIL EN LA RED

<http://www....> Contenidos que circulan al año 20 millones

Fotos diarias subidas 400

NOTA IMPORTANTE

UNICEF exigió la persecución sistemática de todos aquellos servidores y portales de internet que toleran el delito de pornografía infantil, independientemente del país en el que los cometen.



ntmx
NOTIMEX

Fuente: Notimex, UNICEF
Investigación y Redacción: Mónica Fuentes
Diseño y Arte: Juan Hernández López

Laritol^G
PARACETAMOL/ FENILSEFRINA/ LOSATADINA
Granulado

Exalver^G
Paracetamol/ Dexametasona/ Teofilina/ Clorfeniramina
GRANULADO



Rég. Núm.: 203M2004 SSA VI



Rég. Núm.: 208M2004 SSA VI

Excelente antigripal.



Maver[®]

Con Ciencia por tu Salud
www.maver.com.mx

DE VENTA EN:
FARMACIAS SIMILARES[®]

En esta temporada, el mejor regalo,
PAQUETE NAVIDEÑO ¡tu salud!

- Biometría Hemática
- Glucosa
- Colesterol
- Examen general de orina
- Triglicéridos

\$220.00*

Vigencia al 31 de diciembre de 2011



Análisis Clínicos del Dr. Simi
"La misma pero más barata"

*Precio sujeto a cambio sin previo aviso.
*Se aplican reducciones por zona geográfica.

G.B.P. Sandra Luz Saavedra Hernández
Ced. Prof. 4056065-878

Consulta a tu médico.

SIMITEL 01 800 911 66 66
www.ssdrsimi.com.mx

PACAL

Síguenos por





Espacio a la historia

Manuel Magaña
mnc.informacion@yahoo.com.mx

El Nacimiento más grande del mundo

En mayo de 1524 llegaron a territorio mexicano, encabezados por fray Martín de Valencia, los primeros franciscanos. Trajeron consigo un novísimo medio de evangelización, de civilización y de cultura que mucho contribuyó a la formación del México actual: las Posadas y el Nacimiento, tradición que está a 17 años de cumplir el medio milenio de existir en nuestro país, y que ha permeado en todas las capas sociales.

En el antiguo Convento Grande de San Francisco, de la hoy calle de Madero, en la Ciudad de México, tuvieron efecto las primeras Posadas y la puesta del Nacimiento. Gustaron tanto a nuestros sencillos pobladores de entonces, que dichos instrumentos de acercamiento a la fe, se aplicaron en la primera oportunidad —diciembre de 1525—, en gran parte de la Nueva España y, posteriormente, conforme crecía la nueva nación, las Posadas y la Navidad abrían el paso a la civilización, especialmente en el territorio que conformaba la entonces Nación Chichimeca, que de Jalisco, Guanajuato, Michoacán, etc., se extendía hasta zonas que luego pasaron a dominio de los Estados Unidos.

Tienen un especial encanto las Posadas y el Nacimiento como precursores del Niño Jesús en el país. Reparten alegría sana, fomentan la convivencia entre chicos y grandes, llaman a la piedad y fomentan buenos sentimientos.

A casi medio milenio de su presencia en México, el Nacimiento tiene la virtud de permanecer vigente. Por eso han venido a la capital mexicana, artesanos de todos los rumbos de México, especialmente indígenas, para mostrar su genio creativo con motivo de los días navideños. Su presencia dio vida a la "Feria del Nacimiento", en el Museo Nacional de Culturas Populares, efectuado en Coyoacán, con la asistencia de vecinos interesados en formar su Nacimiento en casa.

Como si fuera poco, a nivel de grandes consorcios se anuncia la formación del "Nacimiento más grande del mundo", en una extensión de 18 mil metros cuadrados pertenecientes al estacionamiento del "Coloso de Santa Úrsula", es decir, el Estadio Azteca. Se aspira a romper una marca Guinness, puesto que se hará la recreación del pueblo a que perteneció el pesebre de Belén. Serán colocadas más figuras, de tamaño natural, robotizadas, para mayor interés de los asistentes. Todo, para fomentar la tradición.

En mercados públicos, tianguis, mercados sobre ruedas, tiendas de auto-servicio, etc., hay lo necesario para que en cada hogar sea colocado el Nacimiento, símbolo de paz para los hombres de buena voluntad.

Ahorrar, ¿sólo un buen

• Miguel Ángel Becerril

Seguramente, usted, amable lector, en estas fechas decembrinas, ya habrá recibido su aguinaldo, prestación que por ley —Artículo 87, Ley Federal del Trabajo— se da a los trabajadores y que toda empresa está obligada a otorgar.

Con este dinero "extra", las familias mexicanas lo utilizamos para saldar deudas, comprar regalos, vacacionar, darnos algún lujo, y para hacer frente a los gastos de fin de año.

La mayoría de las veces, estos gastos no se concientizan, se vuelven excesivos, superfluos, y compramos lo que no necesitamos, contagiados por la vorágine de la época y la desbordante ola de "ofertas" que el comercio fomenta con campañas amañadas y engañosas.

¿Qué debemos hacer para ocupar de la mejor manera esta prestación, que sólo se da una vez al año? Platicamos con Alejandro Celis Albarrán, director general de Estudios Sobre Consumo, de la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco).

"El aguinaldo no es un regalo, no es una concesión, es una prestación que vamos trabajando durante todo el año. Es el fruto del esfuerzo de todo un año de trabajo y debemos saber administrarlo.

"Profeco, en 2009, realizó un sondeo: 72% de la población respondió acerca de cómo ocupar el aguinaldo; si fuera cierto que planearon eso, no existiría la famosa cuesta de enero".



Lancemos la primera piedra

Editorial

No se trata de sumarse a la avasalladora corriente de indignación que para los grandes "librepensadores" de México representan las pifias de TODOS los políticos, a la hora de mostrar sus conocimientos.

Mejor, que a partir del tropezón ajeno, hagamos un examen de conciencia. Una invitación a lanzar la piedra, porque a riesgo de ser señalados como antiprogresistas, un hecho científicamente demostrado es que al mexicano NO le interesan los libros.

Sí, aunque no les guste, pero la mayor parte de aquellos que en las redes sociales se regocijan y reenvían chistes, forman parte de las estadísticas que demuestran que 99.99 por ciento de los mexicanos no sólo no lee, sino que NO le gustan los libros.

Un reciente estudio daba una muestra sintomática: De 8.8 millones de mexicanos que realizaron estudios superiores o de posgrado, dieciocho por ciento —algo así como 1.6 millones— nunca puso un pie en una librería.

El ensayista norteamericano —y obviamente poco leído— Gabriel Zaid, hace unas cuentas interesantes en la que llama la "cultura capital": En 53 años el número de librerías por millón de habitantes se redujo de 45 a 18.

¿Qué nos dice esto?... Antes de integrarnos a los sabiondos escudados en el anonimato de la "red", tengamos en cuenta que en México la clase ilustrada (aquella que se ostenta con títulos de "licenciado" y se dice lista para dirigir nuestros destinos), resulta más bruta que la clase iletrada... Así que ¿cuál es la sorpresa?

Proclives a la baladronada, el error ajeno siempre nos permite sentirnos "a salvo"; digamos que del otro lado de la mesa, cuando la realidad abofetea: El mexicano lee, en promedio —y si bien le va—, 2.8 libros al año.

Antes de que la ignorancia supina (es decir, aquella falta de ciencia, de letras y noticias, general o particular) haga presa de la furia colectiva, quedémonos con las palabras del escritor "agraviado", Carlos Fuentes, quien en una entrevista dio en el punto medular del asunto: "los partidos tradicionales no tienen soluciones, no tienen propuestas que convengan a la gente. Los problemas son muy grandes, la política es muy pequeña".

Paulo Freire, un educador brasileño, aseveraba que si uno acepta lo existente como "lo que debe ser", no habrá horizonte capaz de señalar "el para qué". Es decir, no existirá horizonte que indique el futuro a construir.

El tema de fondo es que sin educación, se arranca a los hombres el timón de la historia en cuanto a posibilidades de inventar un futuro diferente. Y esto, por más ideas de "cambio" que nos vendan.

No soslayemos que además de faltar educación de calidad, es terrible que los "encargados" de impartir conocimientos estén adheridos a un aparato sindical, considerado entre los más corruptos del mundo.

No nos engañemos. La próxima vez, en lugar de lanzar la piedra, sería mejor poner las barbas a remojar y aprenderse el nombre de tres libros para apantallar, aunque la verdad es que somos incapaces de impulsar un cambio... porque NO LEEMOS.



propósito?

Planificación, la mejor opción

Para el funcionario, la mejor forma de sortear la cuesta de enero, es la organización. Si cada familia prevé los gastos a realizar y prioriza aquellos que son apremiantes y desecha los que son por mero deseo, estará proyectando un equilibrio en sus finanzas que redundarán en la tranquilidad para fechas posteriores.

“El problema no es que no proyecten, el problema es que la gente no sabe planear, en la Profeco recomendamos tres grandes rubros para proyectar el aguinaldo: el primero y más importante: Deudas y ahorro. Si tenemos deudas, pagarlas, si se pueden saldar al 100%, mejor, así se generarán menos intereses; y se podrá ahorrar, esto nos dará tranquilidad y tendremos solvencia ante cualquier imprevisto.

“El segundo rubro son las inversiones domésticas, aquí consideramos ropa y calzado, remodelaciones caseras, electrodomésticos, objetos que las más de las veces es difícil cubrir con el gasto corriente, así aprovechamos este extra

“En el tercero entran los gastos de temporada, la cena, los regalos y todos los consumos que se derivan en esta época.

“La prioridad para cualquier persona es pagar las deudas adquiridas durante el año; solventado menos interés estaremos en posición de generar un ahorro y hacernos de bienes duraderos”, acotó Celis Albarrán.

“Es importante que, antes de recibir el aguinaldo, hagamos conciencia de cómo lo

vamos a utilizar, llevando a cabo un gasto responsable, destinando qué porcentaje usaremos para saldar deudas y generar ahorro, cuánto vamos a utilizar para adquirir bienes duraderos y por último quedan los gastos generados en las fiestas de fin de año. Ajustándonos a esta programación mantendremos nuestras finanzas sanas”.

Antes de comprar, pensemos

“En 2010 Profeco realizó un estudio, sobre la percepción de la cuesta de enero; la gente manifestó que en muchas cosas esa cuesta se prolongaba y llegaba hasta marzo.

“Este dato nos obliga a ser conscientes de que el aguinaldo es el fruto de un año de trabajo y ponderar si estamos dispuestos a regalar nuestro dinero, al no saber utilizarlo de forma correcta.

Navidad austera, pero benéfica

“Programar, presupuestar, comparar precios y pensar con la cabeza fría ayuda, es la recomendación de Profeco quien publica en su sección Brújula de compra, un artículo sobre finanzas sanas. Ahí planteamos los gastos más representativos del año, mientras proyectemos cómo va a ser nuestro año, tendremos una idea más clara de cuáles serán nuestros desembolsos y haremos un consumo inteligente, evitando una crisis económica, que redundará en un mejor año, esquivando así la temida cuesta de enero”.



Alejandro Celis Albarrán, director general de Profeco

La Procuraduría Federal del Consumidor recomienda:

Si te entregan tu aguinaldo en efectivo:

- Evita comentar con personas ajenas al trabajo las fechas de tu pago.
- No cuentes el dinero frente a otras personas.
- Aparta sólo el dinero que vayas a utilizar de inmediato.
- Procura retirarte de tu trabajo en grupo.
- Camina en zonas concurridas y en sentido contrario a la circulación vehicular.

Si te depositan tu aguinaldo en la tarjeta:

- Usa cajeros que estén iluminados y observa a tu alrededor, si sospechas de alguna situación, mejor cancela tu operación y retírate.
- Antes de introducir la tarjeta verifica visualmente que la ranura de acceso de la tarjeta y el dispensador de efectivo se encuentre libre, en caso de encontrar algún mecanismo poco común en el cajero, no lo utilices.
- Verifica que no quede ningún billete atorado en la ranura del cajero y conserva todos los comprobantes impresos que te entregue el cajero.

Expedientes del poder



Carlos Ramírez
www.grupotransicion.com.mx
carlosramirez@hotmail.com

Otro año sin decisiones

A pesar de la existencia de evidencias en el sentido de que el sistema, el régimen y el Estado mexicanos ya no resisten las nuevas correlaciones de fuerzas sociales, políticas y generacionales, se va el 2011 con más experiencias frustradas que con posibilidades de avances. Lo grave del asunto es que viene el 2012 con las elecciones presidenciales más jaloneadas de los últimos cincuenta años y no hay nada en el escenario político que asegure que alguno de los candidatos tenga las ofertas que exige la sociedad o, siquiera, que esté preocupado por el 2 de julio.

Además de los indicios de tensiones políticas, de violencias criminales y de agotamiento del sistema electoral, los precandidatos y sus partidos aparecen ajenos a la realidad. Tal como estamos, el próximo gobierno -quien quiera que gane- carecerá de margen de maniobra tan sólo para la administración de la crisis. El 2011 fue el año de las posibilidades fallidas. Hubo iniciativas para reformas del Estado, de la economía, del sistema electoral y del régimen de gobierno, pero las élites políticas se negaron al cambio y desbarrancaron las posibilidades de la modernización. El país sigue esperando las tres grandes reformas: del modelo de desarrollo, del sistema político y del pacto constitucional.

Las posibilidades de los desarrollos político, económico y social son menores a las exigencias y dejan un país desbordado por las demandas de bienestar. A lo largo de 2011 hubo evidencias de que la actual estructura de México sólo responde para atender al 35% de los mexicanos; de ese tamaño es la crisis de la organización política y productiva de México. La tasa de crecimiento del PIB no distribuye riqueza por no existen canales de reasignación de bienestar.

El país puede seguir así dos o tres sexenios más, pero el rezago como nación se acumula y agranda el esfuerzo para después salir del bache. No somos un país del tercer mundo pero estamos en el sótano del segundo. El país crece pero aumenta más rápidamente el número de demandas sociales; lo vemos con claridad en el subempleo o la economía informal, casi ya más grande que la formal. El México del siglo XX se agotó con el final del ciclo político del PRI, porque ambos estaban atados en expectativas. La alternancia no ha podido definir nuevos caminos y nuevos acuerdos. Lo peor que le puede pasar al país no es que regrese el PRI a la presidencia sino que las élites políticas condenen al país a la mera alternancia de grupos en el poder y no al objetivo del bienestar de la mayoría. Se perdió 2011 y parece que también se perderá 2012.



Anuario 2011

1ª parte

Enero:

1. Dilma Rousseff, economista de 63 años, se convirtió en la primera presidenta de Brasil, al término del mandato del popular Inacio Lula Da Silva.

18. La Policía Federal capturó, en la Ciudad de México, al narcotraficante José Jorge Balderas Garza, el JJ, quien negó ser el agresor del futbolista Salvador Cabañas.

20. El panista Diego Fernández de Ceballos, es liberado, tras 196 días de secuestro.

25. Muere Samuel Ruiz, arzobispo de Chiapas, quien de 1994 a 1998 fue mediador entre el EZLN y el gobierno federal.

27. Al cantante Kalimba se le otorga auto de libertad por falta de elementos para procesarlo por el delito de violación a una menor de edad.

Febrero:

2. Conductores del programa británico, Top Gear, califican a un auto mexicano como perezoso, con flatulencia y pasado de peso, a modo de analogía con los mexicanos.

11. El presidente egipcio Hosni Mubarak, de 82 años, dimite tras 30 años de poder, y entrega el mando del país a las Fuerzas Armadas.

15. El Gobierno Federal cancela el Año de México en Francia. No existen las condiciones para que el evento se lleve a cabo. El presidente Nicolas Sarkozy informó que éste sería dedicado a Florence Cassez, condenada a 60 años de prisión en nuestro país.

25. Con 28 misiones cumplidas, el trasbordador espacial Discovery cumplió su última misión. La nave sideral ha rodeado la tierra 5 mil 628 veces, a una velocidad de 28 mil kilómetros por hora.

Marzo:

2. Steve Jobs presenta la segunda versión de su iPad 2. Entre las nuevas características están su cámara frontal y que es 33 % más delgada.

4. Humberto Moreira, rinde protesta como nuevo dirigente del PRI, y renuncia el viernes 2 de diciembre.

11. Un terremoto de 8.9 grados en la escala de Richter sacudió a Japón, seguido de fuertes replicas y un tsunami que arrasó con la costa noreste de la isla.

23. Muere Elizabeth Taylor, la última leyenda de Hollywood, a los 79 años. La actriz ganadora de dos premios Oscar, falleció en Los Ángeles, California, debido a un problema cardíaco.

Abril:

2. El poeta Javier Sicilia decide retirarse de las letras tras el asesinato de su hijo Juan Francisco, el 28 de marzo. El 6 de abril inicia una caravana de Cuernavaca al D.F.

2. Inicia homenaje a Juan Pablo II. Monseñor Christophe Pierre, nuncio apostólico en México, dijo que los

ciudadanos deben enfocarse en los valores más importantes de la Iglesia sin los cuales no es posible construir una sociedad.

19. Raúl Castro, hermano menor de Fidel, es electo como jefe del Partido Comunista de Cuba. Ejerce también las direcciones del Estado y Gobierno.

19. La OTAN recrudescen ataques en Libia. La Alianza Atlántica informó que los bombardeos dañaron los centros de control y los sistemas de comunicación de las tropas de Muammar Gaddafi

29. El príncipe Guillermo, heredero a la corona británica, contrajo nupcias con la plebeya Kate Middleton, con toda la pompa y circunstancia de la monarquía inglesa.

30. Muere el escritor, ensayista y físico argentino Ernesto Sábato, a los 99 años. Fue un comprometido con la defensa de los derechos humanos y la lucha por los desaparecidos.

Mayo:

1. En una ceremonia presidida por el papa Benedicto XVI, en la Plaza de San Pedro, fue beatificado Juan Pablo II; al acto acudieron millón y medio de fieles.

2. El presidente de los Estados Unidos, Barack Obama, confirma la muerte del líder de la organización terrorista Al Qaeda, Osama Bin Laden, artífice de los atentados terroristas del 11 de septiembre de 2001, en las Torres Gemelas de Nueva York.

3. Una explosión en una mina en Sabinas, Coahuila, deja cuatro muertos, y 10 personas atrapadas.

14. El director del Fondo Monetario Internacional, Dominique Strauss-Kahn, fue arrestado en Nueva York por un supuesto asalto sexual en contra de una camarera.

17. El escritor uruguayo Mario Benedetti fallece en Montevideo, a los 88 años de edad, víctima de una enfermedad intestinal crónica. Benedetti fue autor de más de ochenta libros entre poesía, novelas, cuentos y ensayos, así como de guiones de cine.

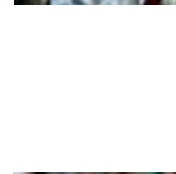
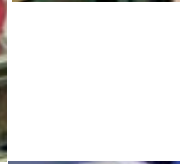
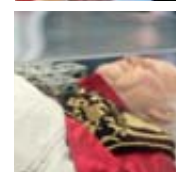
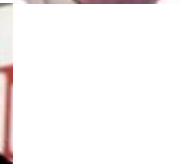
Junio:

1. La Organización de Estados Americanos, finiquitó el aislamiento continental de dos años, impuesto a Honduras, después del golpe de Estado que derrocó a Manuel Zelaya, en junio de 2009.

4. El poeta Javier Sicilia, sale en caravana de la Ciudad de México, rumbo al norte del país; pasó por Monterrey, hasta llegar a Ciudad Juárez, Chihuahua.

23. El presidente Felipe Calderón y el escritor Javier Sicilia, sostuvieron un encuentro en el Castillo de Chapultepec, donde organizaciones civiles que pugnan por los derechos humanos, solicitaron combatir el crimen organizado.

25. La selección mexicana remontó una desventaja de dos anotaciones ante Estados Unidos, para quedarse con su sexto título en la Copa Oro de la Concacaf.



Vendemos Genéricos. Nos llamamos Similares.



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"



No dejes que
tus labios **se
resequen**



**Bálsamo
hidratante**

Precio sujeto a cambio sin preaviso.

De venta exclusiva en:



lubyox

*Alivia el
enrojecimiento del ojo
debido a
irritaciones leves*



Consulta a tu médico

Rég. Núm.: 247M2008 SSA

DE VENTA EN:
FARMACIAS SIMILARES

¿Pobemas...al respirar?

Parches de eucalipto y alcanfor
Para respirar sin problemas.

Caja con
5 parches
\$43

DE VENTA EN:
FARMACIAS SIMILARES*

PRECIO SUJETO A CAMBIO SIN PREVIO AVISO.

CONSULTA A TU MÉDICO.



Desde la loma de
los disparos

Baltazar Ignacio Valadez

Habrá beisbol en Ciudad del Carmen y Aguascalientes

Después de mucho negociar, finalmente los directivos de la Liga Mexicana de Beisbol aprobaron que para la temporada 2012, el



equipo de los dorados de Chihuahua se convierta en los rieleros de Aguascalientes y que los tecolotes de Nuevo Laredo se instalen en Ciudad del Carmen, Campeche.

Lo deseable, ahora, es que tanto los directivos como los aficionados de los rieleros hagan lo necesario para que el equipo eche raíces y no vuelva a emigrar como lamentablemente ha sucedido en ocasiones anteriores.

Aguascalientes está en el centro de una región sin duda beisbolera, sin embargo se ha registrado el círculo vicioso de que las entradas son escasas porque el equipo es malo, y que el equipo es malo porque las entradas son escasas.

Ese círculo vicioso hay que cambiarlo por un virtuoso, de manera que haya tanto un buen equipo como una buena afición. Ojalá que así suceda para que los rieleros tengan larga y exitosa vida. La de Ciudad del Carmen, Campeche, será una plaza nueva, pero de antemano se sabe que la región es igualmente beisbolera y que el proyecto puede ser rentable en beneficio del Rey de los Deportes.

Mientras tanto, seguimos sufriendo el largo ayuno de la pelota caliente en todas las plazas de nuestra querida Liga Mexicana.

Lo bueno para todos nosotros es que el tiempo se va como un suspiro y que, muy pronto, llegarán los vientos de marzo y, con ellos, el buen beisbol.

¡See you, Joe!

• Fernando Gutiérrez Pérez

Aún recuerdo a Joe Frazier, ese negro forachón que algún tiempo anduvo con nuestra Isela Vega, cuando ella era "la gran Isela Vega", esa audaz sonoreNSE que, a la mínima provocación, dejaba al descubierto sus enormes senos erectos de silicón, o vaya usted a saber de qué.

¿Cómo olvidar aquel 1968, cuando la mole azabache acabó con los sueños de Manuel "Pulgarcito" Ramos, nuestro único peso pesado, que sólo le aguantó dos episodios?



Tengo muy presente a Frazier porque, en aquel entonces, muchas casas de México sólo tenían tele en blanco y negro. Las TV a colores estaban reservadas para los ricos. Eran los tiempos de los "sábados de Corona". Aquellas noches con las voces inolvidables e inimitables de Antonio Andere y Jorge "Sony" Alarcón, quienes con su singular estilo, nos ponían al borde de los asientos.

Y así vimos a Joe, quien tenía músculos hasta atrás de las orejas. Poseía un paralizante gancho de izquierda, el mismo que tumbó a Mohammed Ali, en 1971. Frazier fue el único con ese privilegio en el mundo: derribar a Ali, "el negro bonito", no fue cualquier cosa. Eso le dio fama, lo inmortalizó.

Tres veces se enfrentaron en fragorosos combates y una vez ambos terminaron en el hospital, prueba de su honestidad pugilística. Es decir, los combates eran en serio. No quiero decir que no había mafias. Siempre han existido. Sólo que en aquellos años, prevalecían los peleadores reales, de carne y hueso, no mediáticos, como ahora.

Ali, tras los agarrones con Frazier, confesó: "Fue como haber estado con la muerte". Así era el boxeo de antaño, con largos, larguísimos combates a 15 rounds, sin límite de caídas. Auténticas pruebas a la resistencia humana.

Es fue el escenario de Frazier, ganador

de medalla de oro en los Juegos Olímpicos de Tokio, 1964.

Joe no era muy alto, pero se defendía con su ferocidad. Su rostro de león asustaba a cualquiera. Además golpeaba como patada de mula. Claro, muy pronto lo atrapó en sus redes Don King, el buitre mayor del boxeo. Entonces lo proyectó y se enriqueció con él.

Claro, Joe ganó también mucho dinero, producto de su clase como peleador de garra y técnica. Muestra de ello es que sólo perdió cuatro veces en su carrera: dos contra Ali y otras dos ante George Foreman, quien lo retiró de los cuadriláteros.

¡Qué época aquella de los pesos pesados! Todo un espectáculo, aunque lo viéramos por la tele. Las peleas eran tan bien narradas, que se disfrutaban igual que estar en ring side.

Sin ánimo de exagerar, ya no hay ni cronistas así ni peleadores de ese tamaño. Creo que su último representante fue Mike Tyson, un fenómeno de los cuadriláteros. Y ya. Se acabó.

Pero la vida es así. Hoy estamos y mañana se nos apagó la vela. Nadie escapa a ello. Ni Frazier.

Ese negro tozudo, con cuello de toro y espalda kilométrica, finalmente cayó. La vida se le escapó en un hospicio de Filadelfia, a los 67 años. El cáncer de hígado fue demoleador, más que Ali y Foreman juntos. Lo consumió en tan sólo 30 días.

Y es que... ¿alguien puede evitar el tiempo, la vejez y la enfermedad?

fernandoguper@gmail.com

Premian a medallistas parapanamericanos

Los medallistas mexicanos que compitieron en los Juegos Parapanamericanos Guadalajara 2011, fueron reconocidos y premiados por Margarita Zavala, presidenta nacional del DIF, en el Museo Soumaya, Ciudad de México.

En una ceremonia en la que se premió a todos los medallistas nacionales, Margarita Zavala les dedicó un emotivo discurso en el que reconoció las hazañas y proezas deportivas con las que pusieron en alto el nombre de México.

La primera dama de México rompió el protocolo en el que se premiarían sólo a representantes de las diferentes especialidades;



ordenó que todos debieran pasar al estrado a recoger su premio y recibir el aplauso de los presentes.

Los reconocimientos consistieron en un diploma y dos computadoras como parte de los estímulos prometidos a estos deportistas especiales, quienes lograron el tercer lugar general en los Juegos de Guadalajara 2011, al cosechar 165 medallas, 50 de oro.

Por los atletas, la multimedallista Vianney Marlen Trejo Delgadillo agradeció a las autoridades por este reconocimiento, y señaló que este tipo de estímulos, encierran la importancia que tienen ellos para la sociedad.

En esta temporada... con la defensa muy en alto

SimiVitaminas para niños
 Ácido Glutámico, L-lisina
 Ácido fólico y Vitamina C
 60 Tabletas dispersables

\$64

De venta exclusiva en:
FARMACIAS SIMILARES
 "LO MISMO PERO MAS BARATO". **75%**



Jennifer Aniston en la cima

LAS MÁS SEXYS DE LA HISTORIA

La actriz estadounidense Jennifer Aniston fue catalogada como la Mujer más sexy de todos los tiempos, según la revista Men's Health en su lista de las "100 hottest women of all time". El listado incluye a personalidades como Marilyn Monroe, Rita Hayworth, Jane Fonda y Raquel Welch, entre otras

1 Jennifer Aniston
 EUA // 42 años

2 Raquel Welch
 EUA // 71 años

3 Marilyn Monroe
 EUA // 1926 - 1962
 (36 años)

4 Britney Spears
 EUA // 30 años

5 Madonna
 EUA // 53 años

6 Ursula Andress
 Suiza // 75 años
 (chica "Bond")

7 Bettie Page
 EUA // 85 años
 (Modelo pin-up)

8 Pamela Anderson
 Canadá // 44 años

9 Jane Fonda
 EUA // 73 años

10 Angelina Jolie
 EUA // 36 años

OTRAS EN LA LISTA

Catherine Deneuve 13
 Shakira 18
 Salma Hayek 22



Farah Fawcett 31
 Sophia Loren 47
 Bo Derek 56



Jennifer Lopez 60
 Elizabeth Taylor 69
 Brigitte Bardot 75
 Audrey Hepburn 82



NOTA IMPORTANTE

Entre otras de las razones por las que la revista para hombres sanos escogió a la ex protagonista de la serie de televisión "Friends", fue porque consideraron que a pesar de que existen otros símbolos sexuales de única "dimensionalidad", estos son íconos planos en su carrera, mientras que la actriz ganadora se ha mantenido sexy y divertida



Frente a la tele

Álvaro Cueva
 alvaro@alvarocueva.com



¿Política o espectáculo?

Todavía falta mucho para las elecciones presidenciales y ya estamos hartos de ver política en la televisión. Que si el PRI por aquí, que si el PAN por allá, que si el PRD, que si los partidos pequeños, las alianzas y todo lo demás.

¿Pero sabe qué es lo más doloroso de esta historia? El nivel. No estamos hablando de política como solución, no estamos hablando de la política como democracia. ¡Ni siquiera estamos hablando de política como algo cercano!

Estamos hablando de política como circo, como espectáculo, como partido de futbol, como "show" de cuarta, como pleito de vecindad, y no se vale. No sólo nos estamos jugando el futuro del país, nos estamos jugando nuestro presente. Gobernar no es una telenovela, no es una lucha de buenos contra malos, es algo serio, algo que implica seguridad, economía, salud, educación y muchas cosas que nos marcan. ¿Qué ganamos convirtiendo a nuestro políticos en personajes mediáticos? ¿Qué ganamos peleándonos para ver quién es más bonito, más simpático, más culto o más humano?

A mí sí me da mucho miedo esto porque el entretenimiento es sólo eso, entretenimiento, y no quisiera pensar lo que va a pasar cuando despertemos de este juego y nos encontremos tan vacíos, o tan crudos, como nos encontramos después de habernos divertido en exceso.

Los únicos que ganan con esta historia son los medios, la radio, la prensa, pero, principalmente, los canales de televisión. ¿Por qué? Porque los gobernantes van y vienen. Ellos, en cambio, permanecen y casi, casi, les da lo mismo quién gane o quién pierda, siempre y cuando no dejen de recibir sus ganancias. ¿Y cómo reciben esas ganancias? Con nuestra sintonía, con nuestra polémica, con nuestro escándalo. ¡Y allá vamos! ¡Cayendo en cada una de sus provocaciones!

Si se trata de defender a alguien, lo defendemos. Si se trata de atacarlo, lo atacamos.

Como estamos hablando de un espectáculo y no de una idea, ni siquiera tenemos tiempo de reaccionar. Más nos estamos tardando en linchar al representante de un partido político que en entender lo que hay detrás de ese linchamiento.

¡Cuidado! Usted está en su derecho de apoyar o no a la persona que más quiera, guste y mande de la agrupación que mejor o que peor le caiga.

Yo lo único que le pido es que no se deje saturar con estos contenidos porque atrás de la saturación viene la apatía y eso es lo que menos nos conviene. Y que reflexione mucho cada vez que se encuentre con una entrevista, un reportaje o una mesa redonda en la televisión.

Esto no es un "show", esto sí es serio, tan serio que, de tanto chotearlo, ya nadie cree en nadie, ya nadie cree en nada, todo es odio, todo es rechazo, todo es pasión.

¿Se da cuenta de lo bajo que hemos caído? Todavía falta mucho para las elecciones presidenciales y ya estamos hartos. No se harte, reflexione. Elija en libertad.

Teresa Demeneghi
teresa.demeneghi@gmail.com

Historia de terror 5

Primero quise hacer una negociación con el subdelegado, pero con 5 mil pesos eso estaba resuelto a su favor. Proseguí a hacer las denuncias en la agencia del Ministerio Público y en la delegación política. Cuando tuvo que ir por su albañil detenido ya no hizo uso de su tradicional léxico soez. Pero como había comenzado a solicitar la intervención de los funcionarios de la delegación política, ellos intervinieron a fin de que todo se arreglara rápidamente y no como lo hacen los ministerios públicos, que tardan hasta 2 años.

Ahí se presentó como hijo ilegítimo y ahora reconocido y amado de un multimillonario, que es empresario exitoso y cuyo nombre omito. Como entendí que me daba un mensaje de nepotismo y prepotencia, pasé en privado con el subdelegado de

Gobierno y le expuse que pensaba que todo era una venganza por mi pasado periodístico. Pero él opinó lo contrario y me propuso que él lo investigaría desde su frente de batalla. Como el payaso tumbabardas resultó carpintero del maestro de obras de las inversiones de este gran empresario, nos reímos una tarde de sus fanfarronerías. Y tuvo que pagar mi barda, en mano de obra y en material y controlar su forma de dirigirse a mí.

Pero eso no era todo. Dadas las circunstancias del encarecimiento de todos los productos necesarios para la vida, incluida la canasta básica, pensé que estaba en mi casa y que podía poner un puesto de abarrotes y verduras para ayudarme con mi gasto.

De esta manera, pasaba una señora del oficio más viejo del mundo y siempre me tiraba la mesa con mis

productos. Otro muchacho, empleado del vecino Guadarrama, me dio un ultimátum: O quitas tu puesto o te mato. Pero todavía más. Como la zona estaba aún despoblada, la luz la robábamos, pero yo había ya hecho gestiones para que la instalaran. En ocasiones me hurtaban el cable y me desconectaban un día y otro día también. No se cansaban.

Dadas las circunstancias que vivíamos mi hija y yo, hablé con las personas de importancia en el pueblo y llegamos a la conclusión de que alguien con mucho dinero y con el deseo de fastidiarme hasta el cansancio, era quien dirigía estas acciones porque sólo con pagos hacían tantas maldades.

Juré que iba a investigar hasta hallar a la persona con semejante maldad para levantarle todas las denuncias y llevara una bitácora con los hechos y mis opiniones.

Un estuche de luz

Cuando llega la Navidad, también lo hacen otras cosas: Dentro de las casas hay un árbol, las ventanas tienen letreros de escarcha, encontramos flores con grandes hojas rojas y todo está más adornado que nunca.

Algunos de esos adornos, son una especie de estuche de luz. Se llaman "faroles".

La palabra "farol", viene de "faro" y esta nació de la isla de Pharos, donde el río Nilo llega al mar, cerca de Alejandría, donde se construyó, en el año 280 A.C., una gran torre de mármol como guía para los barcos. El faro de Alejandría fue considerado una de las 7 maravillas de la antigüedad.

Y de eso se tratan los faroles, de guiar, de dar luz, de alumbrar en la oscuridad. Claro que, aquí, estamos hablando de faroles que adornan y que dan luz y alegría durante la época de fiestas de diciembre.

Hay faroles de papel y de metal.

Los faroles de papel surgieron en China y allí hay hasta un día dedicado a ellos.

La Fiesta de los Faroles es una de las principales celebraciones tradicionales de China. Se celebra en febrero o marzo, y es un gran festival como muestra de respeto a Buda.

Los faroles de hierro se fabricaron para diversas tareas durante la Edad Media, como proporcionar luz en los castillos o alumbrar las calles.

El hierro fue un elemento decisivo de la conquista de América. Los conquistadores y sus aliados indígenas, iniciaron trabajos de forja para la elaboración de clavos, cadenas y anclas, necesarias para los navíos que construyeron en el lago de Texcoco.

Y luego, se siguieron fabricando tijeras, cuchillos, instrumentos de labranza, clavos, armas, rejas, puertas y barandales con figuras de hojas, ángeles, querubines, espirales y, por supuesto, ... faroles.

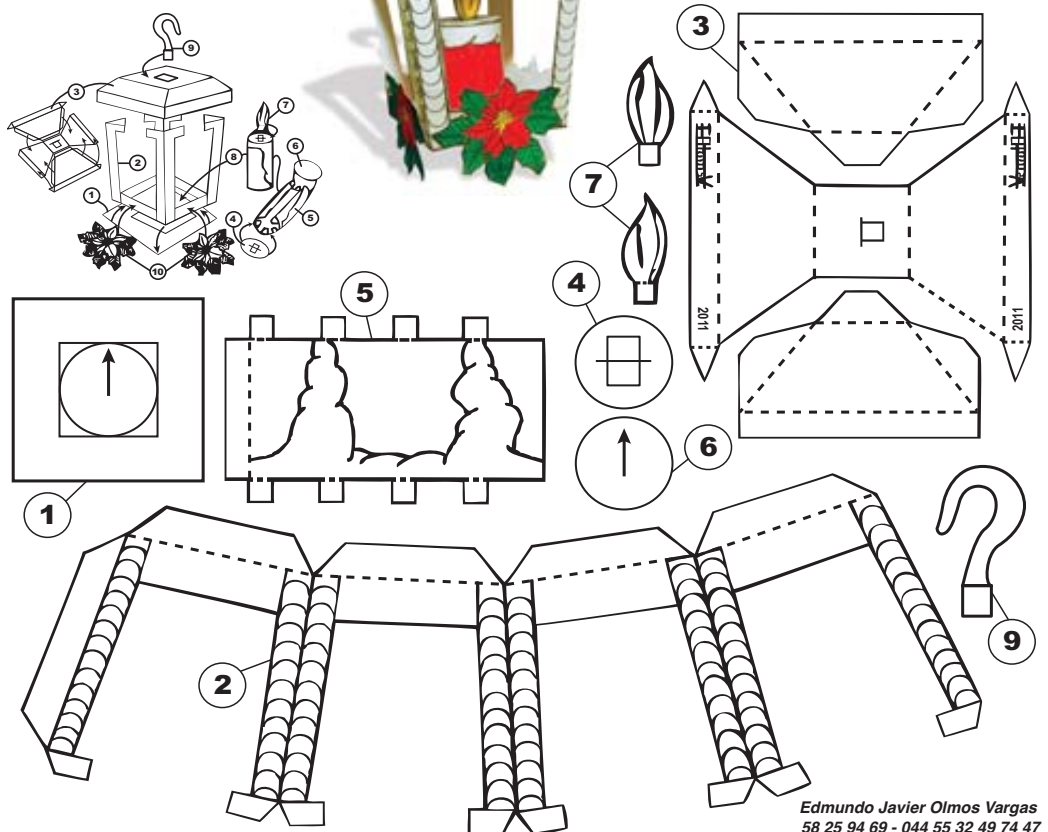
Los faroles siempre dan un toque amable y este que vas a armar, tiene, además un toque navideño.

Te aconsejo que lo armes con mucho cuidado, porque, quién sabe, puede ser la guía para que Santa Claus, encuentre más rápidamente tu casa, o para que los Reyes Magos, se guíen con la luz tenue de tu farol.

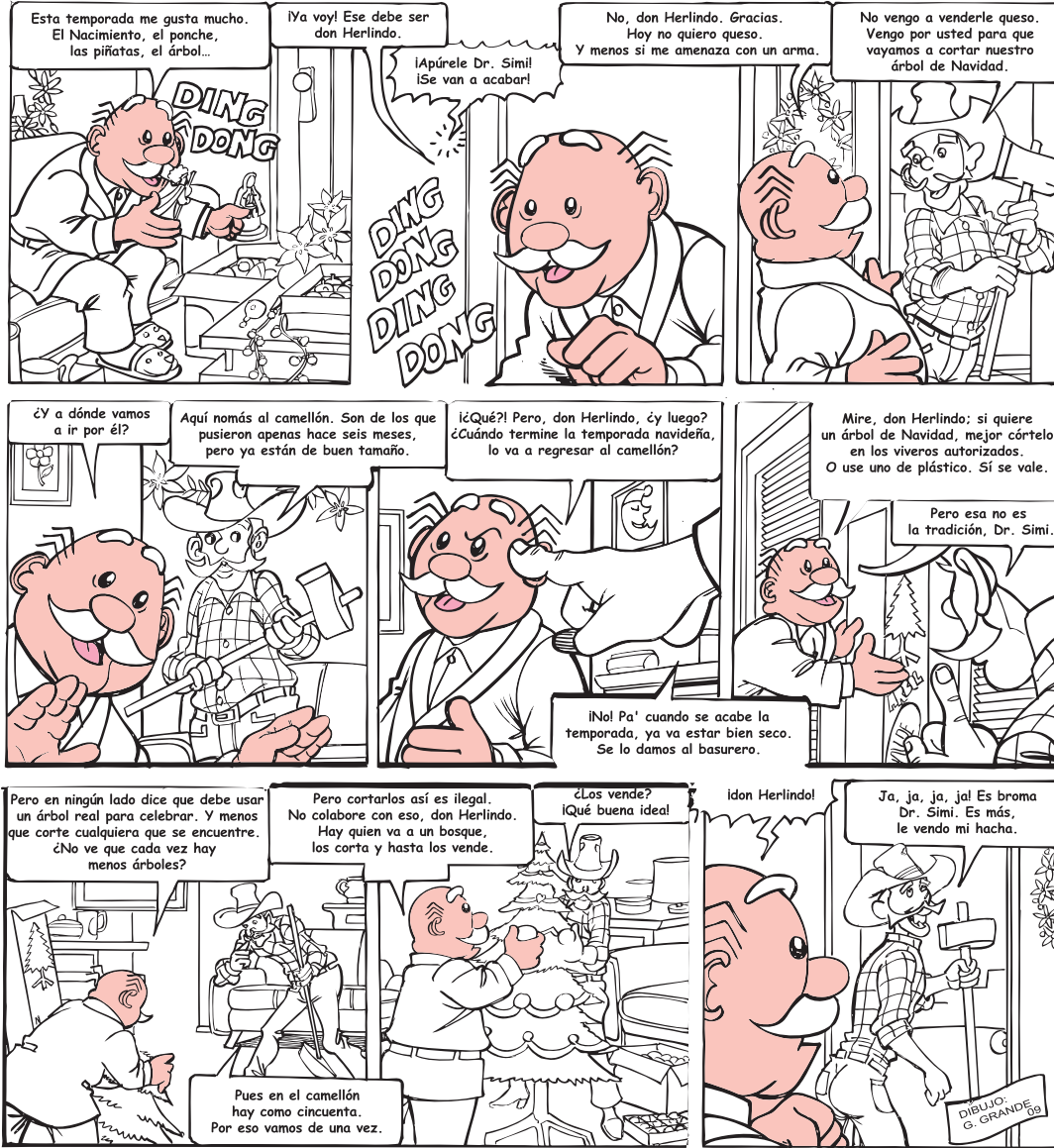
Suerte con ello y que tu farol ilumine tu buen humor.

- 1.- Saca copias para tus amigos.
- 2.- Pega los planos en una hoja de papel bond.
- 3.- Coloréalo como quieras.
- 4.- Recorta las piezas según el orden de los dibujos.
- 5.- Arma las piezas doblando y pegando las pestañas.
- 6.- Pega las piezas como se indica en los dibujos.

¡Amplifícalo, por partes, del tamaño que quieras!



Árboles de navidad autorizados



Abre tu imaginación, colorea tu historieta y dinos qué temas ecológicos quieres que publiquemos en este espacio. Escríbenos a simi_informa@porunpaismejor.com.mx

Breviario cultural



Alfredo Camacho
camacholiv@gmail.com

Queridos Reyes Magos...

Apenas comience el 2012, millones de niños estarán pendientes y ansiosos de escribir sus cartas a los Reyes Magos, para decirles que se han portado bien y que esperan les cumplan sus deseos. La larga lista de juguetes y regalos solicitados aparecerán en los hogares de los pequeños al amanecer del 6 de enero.

En el ámbito latinoamericano, incluyendo a España de donde nos viene la tradición, la festividad de los Reyes Magos ocupa un lugar esencial. En nuestro país, se ha mexicanizado de acuerdo con nuestras costumbres e idiosincrasia.

Efectivamente, el 6 de enero es una fecha esperada con algarabía por los infantes, ya que los Reyes Magos reparten juguetes a quienes han tenido un buen comportamiento a lo largo del año. También es motivo para festejar el nombre de muchos pueblos y localidades que en México llevan el nombre "Los Reyes".

Por ejemplo, en Coyoacán, el barrio de Los Reyes celebra su día. En el Estado de México hay varias localidades que llevan ese nombre: Los Reyes La Paz, pueblo cercano a Texcoco, cuya fiesta dura siete días, complementada con alegre carnaval, tianguis de juguetes y antojos; se trata de una tradición que data de la época virreinal.

En esa misma entidad, están Los Reyes Acozac y su vecino Los Reyes Xolos, en el municipio de Tecámac. Sin embargo, los más famosos y venerados están en el pueblo yucateco de Tizimín, patrones de esa ciudad; a esta fiesta acuden peregrinos de diversas partes de la región. Se dice que las imágenes de Los Reyes que llevan los peregrinos están hechas de madera estofada, recubiertas con hojas de oro, y que tienen una antigüedad de 300 años. La festividad de los Reyes Magos sigue siendo la tradición más arraigada en nuestro medio, la cual tiene como centro de atracción a la niñez. Esa noche reconforta a todos los niños por igual. Es, a no dudarlo, el recuerdo más hermoso de la infancia.

Los Reyes Magos representan cabalmente la alegría, que se convierte en una consolidación de la vida misma, expresada en ese reconocimiento que hacen los tres personajes, a través de la distribución de dones de manera pareja e indiscriminada. Es una fiesta, la de la Epifanía, a la que se han agregado otros agasajos, como la rosca de Reyes, también tradicional entre los mexicanos.

Somos los **PRIMEROS** en ofrecerte el medicamento **genérico**

Montelukast



\$355

Compra nuestros genéricos y **ahorra mucho dinero.**



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"



www.farmaciasdesimilares.com.mx

Consulta a tu médico. Se necesita receta.



Simimagen para todos

Ana Orozco
taimagenpublica@gmail.com

El arte de regalar

"El mejor regalo que podemos darle a otra persona es nuestra íntegra atención".
Richard Moss

En esta época navideña en la cual nos afanamos con la compra de regalos, recordemos que dar un presente debe ser una manifestación sincera de cariño, amistad, generosidad y buen gusto. El mejor obsequio será aquel que tiene un significado especial por haber sido elegido teniendo en cuenta los deseos y preferencias de quien lo recibe. La situación y el tipo de relación que tengamos con la persona a quien va dirigido el regalo, definirán los criterios de elección. Para ello, tengamos en consideración algunos factores:

Cuidemos la envoltura, cualquiera que sea el empaque (bolsa, caja, etc.), ya que la apariencia del regalo dirá mucho de nosotros. Prefiramos las cubiertas más personales que las de los grandes almacenes. Sería muy penoso alterar la envoltura, pues si el destinatario optara por devolverlo, se enterará que fue adquirido en otro lugar.

Existen regalos que, lamentablemente, no fueron de nuestro agrado, pero no por ello deben pasar de mano en mano, así que evitemos a toda costa el famoso "roperazo". Como se comentó, los regalos deben ser pensados para la persona que los recibirá. Los obsequios, nos gusten o no, son personales e intransferibles. Nunca regalemos dinero, esto puede ser considerado como una ofensa o una gran falta de sensibilidad, podría parecer que no se tuvo el interés de buscar algún artículo del agrado de la persona y que lo más fácil fue el optar por dar efectivo. Este sólo será aceptable en contadas ocasiones y con personas de nuestra total confianza, como de padres a hijos y viceversa. Siempre incluyamos una linda dedicatoria escrita a mano para hacer aún más especial el regalo.

El verdadero arte de regalar lo domina aquella persona que tiene la habilidad de descubrir los gustos de las demás personas, de manera indirecta, sin que el destinatario pueda sospechar la intención oculta detrás de las preguntas. Esta habilidad, añadida a una mezcla de generosidad y sentido común, son los ingredientes perfectos para que nos recuerden por nuestras acertadas elecciones y para que el destinatario pueda disfrutar de un bello gesto hacia él.

Mexicano, uno de cada 3 inmigrantes

"Uno de cada tres inmigrantes en Estados Unidos, es mexicano", señaló la Organización Internacional para las Migraciones (OIM), y destacó que en la última década la población hispana de ese país se ha duplicado.

El informe sobre las Migraciones en el Mundo 2011, lanzado en Ginebra en el marco de la conferencia ministerial de la OIM, indica que en 2010, Estados Unidos daba acogida a unos 43 millones de extranjeros, lo que representa 13.5 de la población total del país.

Según los resultados del censo de 2010, los hispanos constituyen 16.3 por ciento del total de la población, y que su número aumentó de 35.3 millones en el 2000 a 50.5 millones, en 2010. De esa cantidad, 11.6 millones provienen de México.

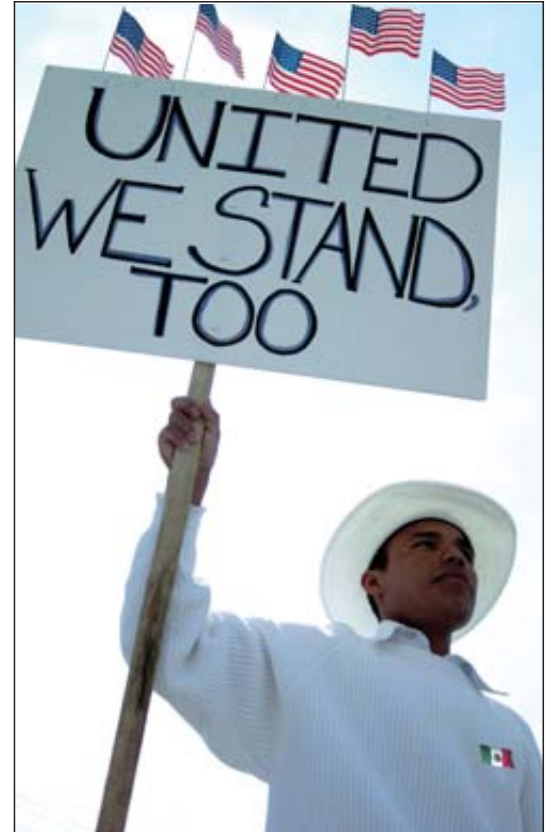
En lo que respecta a las remesas, el estudio prevé que continuarán aumentando el flujo con destino a América Latina "dada la situación de estabilización y de renovado crecimiento de la economía estadounidense desde comienzos de 2011".

Por otra parte, subraya que los debates sobre la inmigración, han dado lugar a un mayor estancamiento de la reforma migratoria en Estados Unidos, surgiendo en contraste leyes estatales "contraversiales" sobre el fenómeno.

"Aunque los sentimientos de rechazo de inmigrantes, en especial de los que tienen situación irregular, no son un fenómeno nuevo, parecen intensificarse en épocas de desaceleración económica, especialmente en las que se registran elevadas tasas de desempleo en la población nacional", subraya.

El informe habla sobre la ley 1070 de Arizona que tiende a criminalizar al inmigrante ilegal y observa que otros 23 estados "introdujeron disposiciones con restricciones similares, lo que refleja el nivel de frustración de la población local con respecto a la inmigración".

El estudio lanzado este martes 13 de diciembre, en Ginebra, sede de la OIM, reconoce el esfuerzo de Panamá que concedió amnistía a los inmigrantes en situación irregular en el país por más de dos años, y estimó que ese programa de regularización benefició a 20 mil inmigrantes.



Cristina Fernández presidenta, por segunda vez en Argentina



Cristina Fernández juró por segunda vez consecutiva como presidenta de Argentina, para el periodo 2011-2015, en una ceremonia en la que fue incapaz de contener las lágrimas al escuchar el apoyo de una multitud.

"Juro por Dios, por la Patria y sobre los Santos Evangelios, desempeñar con lealtad y patriotismo el cargo de Presidenta de la Nación, observar y hacer observar la Constitución de la Nación argentina", dijo en la Asamblea parlamentaria.

Fernández viuda de Kirchner modificó la parte final del juramento al advertir que, en caso de incumplir con sus obligaciones "que Dios, la Patria y él me lo demanden", en referencia a Néstor Kirchner, su fallecido esposo y antecesor.

La ceremonia de asunción volvió a ser una fiesta familiar, pues si hace cuatro años, en su primera toma de posesión, la presidenta recibió el mando del país de manos de su marido, en esta ocasión fue su hija Florencia, de 21 años, quien le colocó la banda presidencial.

El inicio del discurso de Fernández se retrasó durante varios minutos ante los reiterados cantos de apoyo de cientos de jóvenes que colmaron las gradas del Congreso como invitados especiales para presenciar el acto oficial.

La mandataria, quien ganó la reelección con 54 por ciento de los votos, acudió vestida de negro, como ha vestido todos los días desde que el expresidente Kirchner (2003-2007) murió el 27 de octubre del año pasado.

Puntual, Fernández llegó al Congreso, acompañada de sus hijos Máximo y Florencia, su madre y su hermana.

En el recinto la observaban y aplaudían los presidentes de Bolivia, Evo Morales; Chile, Sebastián Piñera; Brasil, Dilma Rousseff; Paraguay, Fernando Lugo y Uruguay, José Mujica.

El valor de la... Prudencia

La prudencia se define como la virtud que hace prever y evitar las faltas y peligros; también como el buen juicio, la templanza y la moderación.

Pero la prudencia nos invita, además, a realizar ese bien conforme a la inteligencia en cada circunstancia específica que implique una decisión.

Nos obliga a dar de beber al sediento, pero nos aconseja, al mismo tiempo, que frente al atleta extenuado o quien acaba de cruzar el desierto, le demos, al principio, pequeños tragos no para regatarle el agua, sino para evitar reacciones dañinas a su organismo.

Puede haber una aparente contradicción entre la sindéresis y la prudencia. La primera ordena no herir al semejante, pero la segunda puede indicar al salvavidas que noquee a quien corre el riesgo de ahogarse, pero que por su desesperación y forcejeo, dificulta o impide sacarlo del mar o del río.

Se trata, en suma, no de caer en la ingenuidad o la cobardía, sino de que a la hora de actuar y decidir, seamos prudentes; de que en cada momento escojamos el camino adecuado.

Con puntos y comas...

• **Fernando Gutiérrez**

La ortografía actualizada de la lengua española recomienda que las palabras guion, fie, truhan, o liais, por tratarse de monosílabos, se escriban sin tilde.

Establece que los prefijos (anti, archi, mega, hiper...), carecen de acento prosódico y nunca llevan tilde, ni siquiera cuando van unidos con guion, como, por ejemplo: super-García, super-8 o super en forma.

No obstante, hay prefijos que han pasado a usarse autónomamente, y deben escribirse con tilde.

- Han inaugurado un nuevo súper (sustantivo: acortamiento de supermercado).
- Este auto consume gasolina súper (adjetivo: de octanaje superior al normal).
- En la fiesta de anoche lo pasamos súper (adverbio: estupendamente, muy bien).

fernandoguper@gmail.com



EL FASCINANTE MUNDO DE LA CIENCIA RECREATIVA
Por Juan Carlos Iracheta

Te hacen ver el sombrero más alto que ancho y gris donde hay blanco

GRANDES ILUSIONES ÓPTICAS

¿Son rectas?
Si son, pero parece que no.

No parecen y... ¡son rectas!

LO MISMO OCURRE CON LAS LÍNEAS DE ZÖLLNER

¿Por qué?

Porque son **ilusiones ópticas** -interpretaciones erróneas de la realidad-. Se han intentado varias explicaciones basadas en una disparidad: el mundo material tiene tres dimensiones -largo, ancho y alto- y la capacidad visual tiene sólo dos -largo y ancho-. La recepción de imágenes ocurre en la retina, la superficie posterior del ojo.

Rectas que parecen curvas

Hace más de 100 años, el físico alemán Friedrich Zöllner (1834-1882) descubrió esta ilusión óptica al observar casualmente en una tela el aspecto ondulado que tienen las rectas cuando están atravesadas por trazos cortos e inclinados. Además estableció que la percepción visual es más rápida en detectar divergencias que paralelismos.

Juan Carlos Iracheta y Estrik, México, 2011 © DERECHOS RESERVADOS. iracheta@yaho.com http://www.geocities.com/jiracheta

Crucigrama

Horizontal

1. Nombre de el Tuca
2. En qué cerro hizo su aparición la Guadalupana
7. En qué estado se ubica el Pico de Orizaba
8. Donde se originaron los villancicos
9. Un regalo al niño Jesús de los 3 Reyes Magos
12. Donde se encuentran las cascadas de Agua Azul
16. Siglas de Confederación de Futbol de Norte y Centroamérica y el Caribe
18. La flor de Pascua es también la
19. Nombre popular para el Centro de Sanciones Administrativas del DF
20. Nombre de la puerquita de los Muppet
21. Nuevo dirigente del PRI es Pedro
22. Popular puente decembrino

Vertical

1. Nombre del famoso reno de Santa Claus
3. Quién inventó la sinfonía
4. Nombre verdadero de Santa Claus
5. Pintora esposa de Diego Rivera
6. Cuántas posadas festejamos
10. Capital de Croacia
11. Ciencia que estudia el aprovechamiento de los animales
13. Siete son los picos de la piñata, como siete son los
14. Qué santo se festeja el 9 de diciembre
15. El 28 de diciembre se festeja a los santos
17. El día 24 de diciembre se celebra la misa de

SUDOKU

1			4					8
	7					3	1	2
	8		5	9				
	3		9	1		4		
4		9				6		3
		2						9
3	6	9	2	4	1	7	5	8
5	1	4	8	6	7	3	2	9
9	8	2	6	3	5	4	1	7
4	5	1	9	7	8	2	6	3
6	3	7	4	1	2	9	8	5

Solución número anterior

Completa toda la cuadrícula de manera tal que cada fila, columna y área de 3 por 3 celdas contengan del 1 al 9, sin repetirse

SIMINFORMA

Por Un País Mejor

Redacción
Juan Manuel Zepeda Aguilar / Director
D.C.V. Adriana Hinojo Montes de Oca / Diseño
D.C.V. Virginia Palacios Baeza / Diseñadora

Reporteros
Miguel Ángel Sánchez / Coordinador
Moisés Sánchez / Miguel Ángel Becerril
Fernando Gutiérrez / Claudia Resillas

Fotógrafos
Moisés Manzano / Arturo González

Caricaturista
Jorge Aviña

Columnistas
Carlos Ramírez / Miguel Ángel Ferrer / Fausto Fernández Ponte (†)
Arturo Martínez Aviña / Baltazar Ignacio Valdez / Manuel Magaña Contreras / Alfredo Camacho / Ana Orozco / Álvaro Cueva

Presidente del Grupo Por Un País Mejor *Víctor González Torres*

Servicio de Agencia
Notimex

Imprenta en México
Litografía Magno Graf, S.A. de C.V.
Calle 23 No.33, Col San Pedro de los Pinos. C.P. 03800, México, D.F.

Distribuidores en México
Farmacias Similares / El Sol de México Bambo Impresiones

Imprenta en Chile
Gráfica Puerto Madero

Distribuidores en Chile y Guatemala
Farmacias del Dr. Simi

Derechos Reservados ©. Con edición en México y Chile.
Editado por Farmacias de Similares, S.A. de C.V., Alemania No. 10, Col. Independencia, C.P. 03630.
México, D.F. Número de Certificado de Reserva otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor 04-2008-03251225040-101. Certificado de Licitud de Título No. 12893. Certificado de Licitud de Contenido No. 10466. Expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas con fecha 26 de agosto de 2004. Miembro activo No. 1030/2006 de "Prensa Unida de la República, A.C." Certificado por: Lloyd International, S.C.
Fecha de impresión: Diciembre de 2011. Periodicidad catorenal. Editor responsable: Vicente Montroy Yáñez

"Los artículos publicados en esta edición son responsabilidad exclusiva de su autor. Está prohibida la reproducción total o parcial de cualquier material contenido en esta edición, salvo autorización previa y por escrito".



**Las más *sexys*
de la **historia****

11

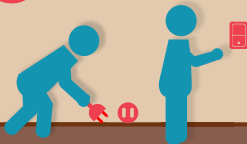
**En fiestas decembrinas
PREVENCIÓN DE INCENDIOS**

El Heroico Cuerpo de Bomberos recomienda a la ciudadanía aplicar medidas de prevención durante la época decembrina, ya que con la cantidad de adornos eléctricos se incrementan los riesgos de percances en los hogares.

LAS RECOMENDACIONES

1

Revisión minuciosa de la instalación eléctrica, (contactos, apagadores, socket y cableado)



2

Sustitución de piezas de la instalación eléctrica que tengan algún daño (hay incendios que comienza por un cortocircuito)



3

No saturar un solo enchufe con la conexión de varios aparatos eléctricos



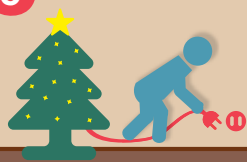
4

Colocar el árbol de Navidad alejado de muebles, cortinas o cualquier material inflamable (las luces pueden hacer corto o calentarse)



5

Conectar el árbol navideño en un solo contacto



6

Las velas o veladoras colocarlas en sitios lejanos a cortinas u otro material inflamable. Deben ponerse en recipientes con agua



7

No encender braseros de carbón o leña en las casas, la concentración de humos y vapores podría provocar muerte por intoxicación de CO2



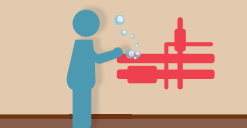
8

Revisar la instalación de gas (mangueras, conexiones, tuberías, reguladores, cilindros y hasta las estufas), una fuga puede ser fatal



9

Poner la espuma de jabón en polvo con agua en las conexiones, mangueras o en el cilindro de gas, si salen burbujas grandes es muestra de que existe una fuga y debe repararse



10

No utilizar artículos pirotécnicos, si lo hacen, debe ser vigilado por adultos (puede provocar incendios, causar quemaduras severas y hasta la muerte)



Fuente: Notimex, Heroico Cuerpo de Bomberos
Investigación y redacción: Mónica Fuentes
Arte y Diseño: Elizabeth Sieres

