



MIEMBRO DE LA SOCIEDAD NACIONAL DE PERIODISTAS
Y ESCRITORES MEXICANOS

Autorizado como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General
de Correos, con fecha 4 de Octubre de 1969 y Número de Control 687
Derecho de Autor No. de reserva 04-1971-0386-101 ISSN 1665-3122

AÑO LVI

Director y Fundador: José Armando Gordillo M.

Cd. Satélite, Edo. de México

Semana del 07 al 13 de Septiembre 2024

UNA IDEA TÓXICA: ¿QUÉ ES LA VIOLENCIA ESTÉTICA Y CÓMO NOS AFECTA?

Ciudad de México, agosto de 2024.- En un mundo saturado de imágenes perfectas y estándares inalcanzables, la violencia estética es un tema que además de preocuparnos, debe ocuparnos. Este tipo de violencia afecta nuestra autoestima y perpetúa un sistema que limita nuestra libertad y bienestar.

Pero, ¿Qué es la Violencia Estética?

Es esa presión social para cumplir con un prototipo estético específico, con un impacto negativo en nuestra salud mental y física. Esta forma de violencia no está tipificada legalmente en la mayoría de lugares, y aún falta un reconocimiento adecuado de su gravedad. La violencia estética se manifiesta en la imposición de estándares de belleza que son a menudo inalcanzables y perjudiciales.

Datos sobre la violencia estética

- **Estadísticas globales:** según una encuesta estadounidense, sólo el 4% de las mujeres en todo el mundo se consideran bellas. Además, el 80% de las mujeres asegura que las imágenes en los medios de comunicación les generan inseguridades sobre sus propios cuerpos.

- **En México:** 5 de cada 10 niñas, jóvenes y mujeres, han experimentado discriminación por su tono de piel, peso, estatura, forma de vestir o arreglo personal, los cuales son ejemplos de violencia estética o simbólica.

- **Impacto en las jóvenes:** un estudio de la Universidad de Florida reveló que el 75% de las niñas de entre 8 y 12 años se sienten mal

consigo mismas después de ver imágenes de modelos en revistas. **• Trastornos de la conducta alimentaria:** la violencia estética aumenta el riesgo de desarrollar trastornos alimentarios como la anorexia y la bulimia, debido a la presión social constante para cumplir con estándares estéticos impuestos.

Claves de la violencia estética

La violencia estética se basa en prejuicios que agravan su impacto:

- **La visión sexista:** esta noción cuestiona qué tan

“femeninas”

son esos estándares de belleza que favorecen características asociadas con un tono de piel. Seguro has visto o escuchado ese tipo de críticas desde tu círculo cercano hasta en medios de comunicación o redes sociales, incluso a figuras públicas como Yalitza Aparicio, Khadija Ben Hamou, Miss Algeria en 2019

“¿Por qué no te maquillas?” “No deberías vestirte con ropa tan masculina.” “Las chicas no deberían hablar o comportarse de tal forma”.

Por ejemplo, y la misma Zendaya les han llovido críticas y violencia por su color de piel.

- **El rechazo a la vejez:** Es innegable que la sociedad actual rinde un culto a la juventud. Pareciera que un hombre se vuelve atractivo al pasar los años mientras que las mujeres después de cierta edad son obsoletas. Esta cultura promueve el permanecer joven a toda costa. Lo curioso es que aquellas mujeres que se someten a procedimientos para intentar frenar el paso del tiempo no dejan de ser blanco de ataques y burlas como lo ha sido la misma Madonna.

- **La gordofobia:** se refiere a la creencia de que las personas delgadas son más bellas, más sanas y más merecedoras que las personas con sobrepeso. Esto no solo afecta la autoestima, sino que también puede llevar a trastornos alimenticios y otros problemas de salud. Probablemente has escuchado comentarios como “si bajas unos cuantos kilos te verías mejor”, “si no cuidas tu peso, nadie te va a querer”, “ese vestido se te vería muy lindo si bajas una o dos tallas”. Recuerda que nadie debe o puede opinar sobre tu cuerpo.

“La violencia estética es una forma de control que mantiene a las mujeres enfocadas en sus cuerpos y lejos de la toma de decisiones. El sistema se beneficia de que estemos descontentas con nuestra apariencia, porque nos lleva a comprar productos cosméticos y farmacéuticos y a someternos a procedimientos invasivos, muchas

PASA A LA PAG. 2

Asociación Hogar Infantil
San Luis Gonzaga I.A.P.
para niños con parálisis cerebral



Agradece la generosidad de los lectores y amigos; así mismo les ruega atentamente continúen apoyando con

PAÑALES PARA ADULTOS DETERGENTE PARA ROPA

Los chicos y chicas,
se lo agradecen con todo el corazón.

Lic. Gaby

Tel. 55-5393-7713, 55-5393-6950

Av. Fuentes de Satélite #5,
frente al COPAN

VIENE DE LA PORTADA

veces no por un gusto propio y desde la autonomía si no por un miedo terrible a no ser aceptadas o no encajar en un molde irreal. Hoy en día, las redes sociales nos exponen aún más a estos estándares de belleza inalcanzables, afectando a mujeres y a niñas desde una edad cada vez más temprana” asegura Angélica Contreras, vocera de Mujeres Vivas, Mujeres Libres.

Estrategias para combatir la violencia estética

Para desafiar estos estándares y promover una visión más inclusiva de la belleza, es fundamental tomar acciones como:

- **¡Cuestionarnos!** ¿Realmente hay una sola forma de ser bella? ¿Qué tiene de malo envejecer? ¿Por qué opinamos sobre el cuerpo de otra persona? ¿Vale la pena cambiar tu forma de vestir o arreglarte por lo que otras personas piensen?

- **Educación y sensibilización;** hay mucha información en libros, revistas, podcast e internet. Acércate al tema.

- **Cuida tu salud.** Tanto física como emocional. Recuerda que lo importante no es la talla que eres si no que te mantengas sana. Cuida tu alimentación pero también cuida qué contenidos consumes. Si llegas a tener pensamientos negativos, plátalos y si es necesario busca ayuda profesional.

- **¡Ámate... es un acto de rebeldía!** Promueve el amor propio y ejércelo... Aceptarnos como somos sin importar los estándares sociales es clave... no sólo para combatir la violencia estética, sino para vivir plenamente.

“Nuestra belleza no se define por los estándares arbitrarios impuestos por la sociedad. Al cuestionar y desafiar estos ideales, podemos empezar a construir un mundo donde la belleza y el valor no dependan de cumplir con un molde estrecho, sino de nuestra autenticidad y fortaleza” nos aconseja Angélica Contreras. ¡Celebra tu verdadero yo y alza la voz contra la violencia estética!

Maira González Baudouin

COMPRO USADO

COMEDORES, SALAS, RECÁMARAS, LIBROS, ADORNOS, APARATOS DE GIMNASIO, APARATOS DE MÚSICA Y EQUIPOS DE SONIDO. ORO Y PLATA VARIOS EN BUEN ESTADO
JESUS TAFOLLA
55-3537-0814
ó 55-4482-1694

INTERFONOS

REPARACIONES Y MANTENIMIENTO

* DE VIDEO PORTEROS, CCTV *
* EN RESIDENCIAS, EDIFICIOS, *
* OFICINAS, HOSPITALES *
* GARANTIA POR ESCRITO *
* **TECNICOS CAPACITADOS** *
* Y CONFIABLES. *
LLAME LO ATENDEREMOS CON GUSTO.

55-5389-1985 / 55-5039-2820

ELECTRICISTAS EXPRESS ESPECIALISTAS



ACEPTAMOS
55 3615 8170

FUNDAS DESMONTABLES

PARA SALA SIN COJINES DESDE \$4,500.-

HECHAS A LA MEDIDA, LLAME NOSOTROS VAMOS PARA SILLAS, PIANOS, COMPUTADORAS, MUEBLES PARA JARDIN Y AFELPADAS PARA AUTOS.

55-5796-9921, 55-5794-5920, 55-5766-6901

¿Si usted se siente así o sabe quién lo está?

Ansiedad, miedo, depresión, ira, celos.

Ayuda GRATUITA

Grupo B.V. 24 Horas Jardines de San Mateo



5525805510
5521371483

Plaza Alcanfores, Av. Alcanfores No. 44 local 15, Jardines de San Mateo, Naucalpan de Juárez C.P. 53240 (entrada por Av. Cipreses)

www.neuroticosanonimosbv.org.mx



SOCIEDAD DE OFTALMOLOGÍA DEL ÁREA METROPOLITANA NORTE, A.C.

CONVOCATORIA
ASAMBLEA GENERAL EXTRAORDINARIA DE LAS Y LOS ASOCIADOS.

De conformidad con lo dispuesto en el libro séptimo, tercera parte, título décimo primero, capítulo I artículos 7.894 a 7.897 del Código Civil del Estado de México; así como el numeral vigésimo cuarto del Estatuto de la Sociedad de Oftalmología del Área Metropolitana Norte, A. C., se convoca a las y los asociados a la asamblea general extraordinaria a efectuarse el martes 24 de septiembre de 2024, a las 20:00 horas en primera convocatoria y, en caso de no reunirse el quórum necesario, en segunda convocatoria a las 20:15 horas del mismo día.

La asamblea general se realizará en el Restaurante Bife del Padrino al interior de la plaza Lomas Terraza, ubicada en Colina de La Paz #25, Boulevares, Naucalpan de Juárez, México, a la cual deberá asistir de forma presencial

ORDEN DEL DÍA.

- I. Declaratoria de apertura de la sesión por la persona titular de la presidencia;
- II. Nombramiento de dos escrutadores;
- III. Conteo de las y los asociados presentes;
- IV. Aprobación del orden del día;
- V. Intervención de la persona titular de la presidencia;
- VI. Propuesta y en su caso aceptación de solicitar el registro como colegio;
- VII. Propuesta de cambio de denominación;
- VIII. Propuesta de modificación al Estatuto;
- IX. Adopción del código de ética de la SMO;
- X. Elección o, en su caso, ratificación y designación de las y los integrantes del consejo ejecutivo;
- XI. Toma de protesta de la integración actual del consejo ejecutivo;
- XII. Otorgamiento de poderes y revocación de poderes;
- XIII. Reconocimiento de las acciones previas;
- XIV. Reconocimiento de las y los asociados vigentes;
- XV. Propuesta y, en su caso admisión de las y los nuevos asociados;
- XVI. Asuntos varios;
- XVII. Designación de la persona responsable de la protocolización del acta de la asamblea y su suplente, y
- XVII. Cierre de la reunión.

Dra. Norma Evelia Pichardo Sotelo
Titular de la presidencia

Dr. Daniel Espino Brambila
Titular de la vicepresidencia

Dra. Alejandra Alcalá Delgadillo
Titular de la tesorería

Dra. Isabel Elvira Mucharraz García
Titular de la secretaría

¡LA PREVENCIÓN ES FUNDAMENTAL! Un chequeo semestral en nuestro laboratorio le permitirá detectar enfermedades que podrían no presentar síntomas evidentes. Además, podrá llevar un control más detallado de sus resultados y seguimientos para mantener su salud en óptimas condiciones.

HOSPITAL RÍO DE LA LOZA



20%

- *Estudios de laboratorio
- *Rayos x
- *Imagenología
- *Estudios de cáncer de mama

De \$1,100
a \$880

- *Ultrasonido obstétrico
- *Ultrasonido tiroideo
- *Ultrasonido transvaginal



#TuSaludEsNuestraPrioridad

Al visitar el laboratorio, no es necesario solicitar una cita previa; será atendido de inmediato y recibirá sus resultados lo más pronto posible.

*Promoción de imagenología válida hasta el 30 de Septiembre
*Promoción de estudios de cáncer de mama válida en Septiembre y Octubre
*Descuento de laboratorio válido en estudios seleccionados
*Aplican restricciones

**PREVIA CITA Imagenología al: 55 2625 1000 ext. 1402
Laboratorio ext. 1403**

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

INSTALACIONES DECORATIVAS

VENTA Y REPARACIÓN DE PERSIANAS TODO TIPO.

TAPICERÍA, BARNIZ Y CARPINTERÍA
PISO LAMINADO, CORTINAS, DUELA VINILICA Y TODO LO RELACIONADO A LA DECORACIÓN

Juan Antonio Escareño

55-1760-0811

Pinzón 175 Fracc. Las Alamedas,
Atizapan de Zaragoza

INTERFONOS

- CÁMARAS DE SEGURIDAD
- VIDEOPORTEROS
- TELEFONÍA



TELS: 55-6274-4440
55-5887-1565
55-2507-3896



Juan Manuel Ramírez M. QUIROPRÁCTICO

Diplomado en la Universidad Autónoma Chapingo

Masajes, Ajustes, Rehabilitación de Articulaciones,
Columna Vertebral, Extremidades, Ciática, Parálisis Facial

Convento del Carmen 53-B, Jardines de Santa Mónica, Tlalnepantla C.P. 54050

Cel. 55 3491 5132 / Tel. 55 5360 3667 ramirez_jmr@yahoo.com.mx



CLASES DE PIANO

Cualquier nivel y edad,
40 años de experiencia,
Zona Esmeralda y Satélite
Maestro: Marco A. del Castillo
55-8065-4262



¡NO OLVIDES!
SEPTIEMBRE

MES DEL

TESTAMENTO

Realiza tu trámite en la

NOTARÍA PÚBLICA 104
EDO. DE MÉX.

en la jornada nacional y con un precio especial por testamento.

¡APARTA TU CITA!

BLVD. SAN MATEO 54 A, FRACC. BOULEVARES,
NAUCALPAN, EDO. DE MÉX.

informes@notaria104.mx

Tel. 55 5572 0316, 55 5572 0812, 55 5562 1293



DEPRESION ANSIEDAD

PSIQUIATRA
PSICOTERAPEUTA

DR. GILBERTO ESQUIVEL

Ced. de Esp.03357

Clinica Médica Integral

Circuito Novelistas #7 Cd. Satélite.

Consulta presencial o en línea

Tel: 55 5393 4000

55 5434 1807

MATEMÁTICAS, FÍSICA, QUÍMICA, CÁLCULO

NIVEL PRIMARIA, SECUNDARIA,
PREPARATORIA, UNIVERSIDAD.

INF: 55-5414-4184

¡Domina Excel con opción a certificarte y destaca en tu trabajo!

Aprenderás funciones para optimizar tiempos.

Aproveche esta oportunidad para potenciar tu perfil profesional.

¡Inscríbese ahora!

www.compuestudio.com.mx

Tel. 55-4167-4688



¿PROBLEMAS LEGALES?

ABOGADO
ZONA SATÉLITE
55-1339-8645
LIC. GLEZ



CONTADORES FISCALES

ASESORÍA CONTABLE Y FISCAL
PERSONAS FÍSICAS Y MORALES.

TRÁMITES:

• SAT, IMSS, INFONAVIT
DEVOLUCIONES ISR,
REGULARIZACIONES.

• AFILIADOS AL COLEGIO DE
CONTADORES. EVITA PROBLEMAS
FISCALES, CONTACTANOS AHORA.

TEL 5530576179
C.P. RICARDO OLVERA

LTT CONSTRUCCIÓN Y MANTENIMIENTO

AMPLIACIONES Y REMODELACION, MEMORIAS DE CÁLCULO, FIRMA DRO. MANTENIMIENTO: PINTURA, IMPERMEABILIZACIÓN, ELECTRICIDAD, PLOMERÍA, PISOS, AZULEJO, HERRERÍA, ALUMINIO, CARPINTERIA, TABLAROCA. PRESUPUESTO GRATIS
CEL: 55-3799-3068 / OF. 55-9525-1772

DJ & AUDIO Premier

KARAOKE, ROCKOLA, PISTA, SALAS LOUNGE, PERIQUERAS, CABINA 360, CABINA LED, FIESTA NEON, FUTBOLITO.
55-5103-2428 / 55-6090-9276



SOLUCIONES CONTABLES

Regularizaciones contables y fiscales, Declaraciones, Trámites SAT, IMSS, Auditorías y Requerimientos

5868 29 88 5868 29 90



www.solucionescontablesmx.com

ÁRBOLES PODAS Y DERRIBOS

ESTÉTICA Y CLAREOS, MANTENIMIENTO DE JARDINERÍA EN GRAL. LIMPIEZA, EXCAVACIÓN Y NIVELACIÓN DE TERRENOS. TRABAJOS GARANTIZADOS, PRESUPUESTOS GRATIS. TRAMITAMOS PERMISOS
SR. GIOVANI
PODADOR CERTIFICADO
55-2739-4309



PLOMERÍA ELECTRICIDAD TRABAJAMOS CUALQUIER DÍA

Gas, Lavamos Cisternas, Tinacos, Albañilería, Bombas, Calentadores.
Sr. Ramírez 55-2164-1571 / 55-2852-6063



ALBAÑILERÍA

Remodelaciones, pintura, yeso, pastas, tablaroca, plomería, azulejos, losetas, electricidad, impermeabilizantes. Mejoramos Presupuesto.
55-8162-8134 / 55-1056-6686 Alfonso

stalkingal

audio e iluminación

KARAOKE, PANTALLA, BATUCADA, FIESTA TEMA, MÚSICA VERSÁTIL, DJ.
55-2891-5719

TAQUIZAS PARRILLADAS Y TODO PARA TUS FIESTAS.

55-3738-1141



PINTOR PROFESIONAL

PINTURA EN GENERAL, IMPERMEABILIZACIONES, ESMALTE, ZAGUANES, BARNIZ, YESO, ALBAÑILERÍA GENERAL. MAESTRO GUSTAVO
55-1269-3540 / 55-2133-4774

ALBAÑILERÍA

Ampliación, remodelación, loseta, azulejo, yeso, tirol, tablaroca, detalles, Impermeabilizante.
Sr. Ángel 55-3436-2007

INFLABLES JAVI

RENTA UN INFLABLE, TUMBLING Y FUTBOLITO PARA TU FIESTA
Pídelo al teléfono 55-15-35-80-41

CARPAS Y TAQUIZAS

Sillas Tiffany, crosback, avangard, inflables, tarima, lonas, mesas, periqueras, salas lounge.
55-1535-8041

CENTRO DE SERVICIO SATÉLITE

REFRIGERADORES-CENTRO DE LAVADO LAVADORAS-SECADORAS-LAVAVAJILLAS



CUALQUIER MARCA
REFACCIONES ORIGINALES
GARANTÍA POR 18 MESES

55 5560-4311 55 5360-4489

LAVAMOS VENTANAS TINACOS CISTERNAS

Aplicamos Desinfectante
¿VIDRIOS SUCIOS Y MANCHADOS?
LO SOLUCIONAMOS...
LIMPIEZA GENERAL DE
CASAS NUEVAS Y DESOCUPADAS
55-2709-2566, 55-8566-5081,
55-2618-5034 SR. JOSÉ CRUZ
SERVICIO PROFESIONAL 40 AÑOS DE EXPERIENCIA

MUDANZAS URGENTES

SERVICIO FAMILIAR, TODOS
LOS DIAS, HORAS, EMPAQUE,
EMPLAYE Y COBIJAS
DESCUENTOS ENTRE SEMANA.
COTIZA YA X WhatsApp
 **55-3550-4675**

PINTURA

REMODELACIONES, AMPLIACIONES,
IMPERMEABILIZACIÓN, ALBAÑILERÍA, AZULEJO, LOSETA,
PORCELANATO. CASAS, DEPARTAMENTOS, ESCUELAS.
¡PRECIOS ACCESIBLES!
SR. GARCÍA 55-2242-0397

"ALUMINIO Y HERRERIA"

TODO EN ALUMINIO Y HERRERIA,
PUERTAS, VENTANAS,
PROTECCIONES, DOMOS,
CANCELES DE BAÑO EN CRISTAL
TEMPLADO, QUITAMOS HERRERÍA,
COLOCAMOS ALUMINIO EL MISMO
DÍA, REPARACIONES URGENTES,
PRESUPUESTOS URGENTES.
55-2688-1939

ALBAÑILERÍA

Remodelaciones, pintura,
yeso, pastas, tablaroca,
plomería, azulejos,
losetas, electricidad,
impermeabilizantes.
Mejoramos Presupuesto
55-6617-6956 Cristian

FUMIGACIÓN Y SANITIZACIÓN

CONTROLAMOS TODO TIPO
DE PLAGAS, PRODUCTOS NO
TÓXICOS, SIN OLOR, CONTAMOS
CON LICENCIA SANITARIA.
RESULTADOS INMEDIATOS.
ESPECIALISTAS EN CASA
RESIDENCIAL ¡GARANTIZADO!
55-4983-0747

CARPINTERÍA BARNIZ

CLOSETS, PUERTAS,
MUEBLES, BARANDALES,
REPARACIONES DE
MUEBLES EN GENERAL.
55-7899-2242
CARPINTERO ROMERO

CAÑOS

Destapamos drenajes, lavabos, WC, tinas
con equipo eléctrico, plomería en general.
Fabián Cel. **55-3938-3434, 55-2396-5627**

"ALBAÑILERÍA EN GENERAL"

Azulejo, loseta, yeso, pintura,
impermeabilizante, plomería.
Presupuestos sin compromiso.
Sr. Oscar 55-1240-1529

SERVICIO DON CUCO

AMPLIACIONES, REMODELACIONES, ALBAÑILERÍA,
PLOMERÍA, ELECTRICIDAD, PINTURA, DESTAPAMOS
CAÑOS, LOSETAS, AZULEJO, IMPERMEABILIZACIONES
55-5380-9093 / 55-3154-9547

REFRIGERACION

REPARACIONES
LAVADORAS
SECADORAS
CARGAS DE GAS
TRABAJOS
DOMINGOS Y
DÍAS FESTIVOS
SR. MILLAN
55-5825-3976
55-5816-8413

CAÑOS

30 AÑOS DE EXPERIENCIA
PROFESIONAL
PLOMERÍA ÁNGELES, DESTAPO
DRENAJES, W.C. "CON EQUIPO
ELÉCTRICO" URGENTE DIARIO
SR. IGNACIO ANGELES
55-5887-9852, 55-2215-7112
MEJORAMOS PRESUPUESTOS
VAMOS A CUALQUIER ZONA

SISTEMAS PLUS DE FILTRACIÓN Y PURIFICACIÓN DE AGUA "HARTO DE COMPRAR GARRAFONES"

INSTALAMOS CUALQUIER TIPO DE
EQUIPO DE PURIFICACIÓN DE AGUA
DE ACUERDO A ZONA GEOGRÁFICA
AGENDA UNA CITA SIN COSTO PARA
VERIFICAR TU INSTALACIÓN
INF. 55-5056-5558

CARPINTERÍA INTEGRAL

OFRECE SUS SERVICIOS DE BUENA
CALIDAD SE HACEN TRABAJOS
NUEVOS Y REPARACIÓN EN
GENERAL QUE CORRESPONDE A:
PUERTAS, ESCALERAS, CLOSETS,
PISOS, SILLAS, MESAS, MUEBLES
DE MELAMINA, COCINAS
ECONÓMICAS Y PINTURA VINÍLICA
COMUNICARSE A 55-4528-4806,
72-9781-6582

CORTINAS Y PERSIANAS *VILLEDA*

Venta, lavado y reparación de
todo tipo de cortinas: enrollables,
SHEER, Romanas, Verticales,
Horizontales y Normales.
Contamos con todo
tipo de accesorios.
Sr. Villeda 55-2241-9742

IMPERMEABILIZACIONES PROFESIONALES

SISTEMA CON ROLLO
PREFABRICADO (TERMO
FUSIÓN) Y SISTEMA DE
ACRÍLICO CON MALLA DE
REFUERZO ¡FACTURAMOS!
PRESUPUESTO SIN COSTO
GARANTÍA POR ESCRITO
55-4983-0747, 55-5913-0654

CAÑOS

PLOMERÍA, DESTAPAMOS DRENAJES, LAVABOS, FREGADEROS, TINAS, WC. EQUIPO ELÉCTRICO-MANUAL.
CEL. 55-2862-2595 / 55-5291-1624
SR. GARDUÑO

ALBAÑILERÍA

REMODELACIÓN, AMPLIACIÓN, OBRA NUEVA, IMPERMEABILIZACIÓN, ELECTRICIDAD, PINTURA, AZULEJO, LOSETA, PLOMERÍA. MANTENIMIENTO GENERAL
Pedro Ramos 55-1830-4022 / 55-8765-0194

LAVAMOS: SALAS, ALFOMBRAS, SILLAS, TAPETES, VESTIDURAS DE AUTO, COLCHONES.
PULIMOS PISOS: MÁRMOL, GRANITO, TERRAZO, ESCALERAS Y CUBIERTAS. PULIDO Y BARNIZADO DE PISOS DE MADERA.
COTIZACIONES 55-3751-8449

PULIDO, ABRILLANTADO DE MÁRMOL

LAVAMOS ALFOMBRAS, TAPETES, PULIDO DE PISOS, MADERA, CARPINTERÍA.
 WhatsApp **55-1900-2190 / 55-9026-6071**
SANDOVAL

SERVICIO TÉCNICO URGENTE

Lavadoras, Secadoras, Estufas, Hornos a Gas, Refrigeradores, Centros de Lavado, Lavavajillas.
Garantía de Satisfacción Total por Escrito.
<https://www.reparaciondelavadorasencdmx.com.mx>

ACEPTAMOS TARJETAS DE DÉBITO Y CRÉDITO DE TODOS LOS BANCOS
 55 61 15 50 30
 55 15 53 08 76 **mabe**
 Easy MAYTAG LG SAMSUNG SUB-ZERO Kenmore FRIGIDAIRE GE

ALUMINIO Y VIDRIO

-CRISTAL TEMPLADO -DOMOS DE CRISTAL -LÍNEA ESPAÑOLA -LÍNEA NACIONAL -CRISTAL TERMOACÚSTICO
 CAMBIAMOS SUS VENTANAS DE HERRERÍA POR ALUMINIO EN EL MISMO DÍA. REPARACIONES EN GENERAL.
TELS. 55-5305-4543 / 55-3224-3097
MAIL: multialuminio.vidrio15@gmail.com
 CONTACTENOS SERA UN PLACER ATENDERLE

TABLAROCA DUROCK AG

PRESUPUESTOS GRATIS
 QUIERES CONSTRUIR O REMODELAR TU CASA U OFICINA COMUNICATE SEÑOR GUILLERMO
TELÉFONO 55-7876-4329 / WHATSAPP 55-5127-7343

PLOMERÍA-GAS-ELECTRICIDAD-HERRERÍA

REPARACIÓN, INSTALACIÓN, ESTUFAS, CALENTADORES, O VALINES, FUGAS, WC, URGENCIAS DOMINGOS.
CEL: 55-3201-8742 / 55-9162-5565

PINTURA Y DECORACIÓN

PINTURA, TABLAROCA, IMPERMEABILIZACIÓN, PISOS, ACABADOS Y DECORACIÓN
VISÍTANOS EN www.pintaf.com.mx
55-6321-1828 / 56-5358-7174

TAPICERÍA SATÉLITE

ESPECIALIZADA EN SALAS, SILLAS, PROMOCIÓN DE PERSIANAS, ALFOMBRAS Y CORTINAS.
www.tapiceriagarridosatelite.com
55-6580-7644

FUMIGACIONES

- * Productos seguros
- * Servicios confiables y garantizados
- * No se arriesgue, trate con verdaderos expertos
- * Contamos con registro sanitario

55-1676-1931
 55-4203-7555
GRUPO BASE

ALBAÑILERÍA EN GENERAL

REMODELACIONES, INSTALACIÓN DE LOSETA, PIEDRA, CANTERA, PINTURA,
 Sr. Felipe Pérez
55-2217-4849

PLOMERÍA ELECTRICIDAD

INSTALACIÓN, TINACOS, CISTERNAS, HIDRONEUMÁTICOS, BOMBAS, PRESIÓN, LAVABOS, FREGADEROS, LAMPARAS. CONTACTOS. RECABLEADOS. CORTOS. **55-8183-1436 JIMENEZ**

MUDANZAS HERRERA

15 años de experiencia en la Zona.
Tel. 55-5138-6632 / 55-3332-1506

PERSIANAS-CORTINAS

CORTINEROS, PAPEL TAPIZ, PERSIANAS ENROLLABLES, SHEER VERTICALES. PRECIOS DE FÁBRICA, TRABAJOS URGENTES, REPARACIÓN.
PRESUPUESTOS GRATIS
 TELA ENROLLABLE DESDE \$395m²
FRANCISCO CRUZ
55-9033-1463 / 55-1874-9436
PRECIO ESPECIAL MAYORISTAS

PINTOR

Casas, Empresas Impermeabilización, Albañilería Azulejos, Pisos, Yeso, Tablarroca, Escombros, Remodelaciones en Gral.
Ricardo 55-1741-2704 / 55-3811-7300

ELECTRICISTAS

CORTOS CIRCUITOS, ALTOS CONSUMOS, SISTEMAS SOLARES, CIRCUITO CERRADO, BALANCEO DE CARGAS, INSTALACIONES NUEVAS, MANTENIMIENTO ELECTRICO EN GENERAL, INTERFONES.
100% ELECTRICISTAS
TEC. MARIO HIGUERA ING. JORGE HIGUERA
55-5433-3065 55-3408-1058

FLETES Y MUDANZAS

LOCAL Y FORÁNEO
Sr. Maximiliano
55-1364-4332 / 55-6937-3278

ELECTRICISTAS EXPRESS

ESPECIALISTAS



ACEPTAMOS
55 3615 8170

PLOMERIA

CAL-O-REX, HESA CINSA, MAGAMEX Todas las marcas. Plomería, bombas, cisternas, tinacos, electricidad.
Domingos y días festivos. **Sr. Millán**
Tel. 55-5825-3976 55-5816-8413

PRIMARIA JARDINES DE SAN MATEO

SOLICITA MAESTRA DE INGLÉS EXPERIENCIA FRENTE A GRUPO.
EDAD DE 25 A 40 AÑOS
TEL: 55-4872-3488
ENVIAR CV AL CORREO:
sandyaldaco@yahoo.com.mx



CASA DE REPOSO SOLICITA

PERSONAL PARA ASEO EN CASA, COCINERA, LAVANDERÍA CON EXCELENTE REFERENCIAS OFRECEMOS \$11,000.00 PROMEDIO MENSUAL IMSS, ALIMENTOS, HORAS EXTRAS, BONOS, VACACIONES, ZONA NORTE, ARBOLEDAS.
55-5379-0006 / 55-5379-3425

Escuela en zona Tlalnepantla Centro Solicita maestro(a) de Francés

Entre 8 y 10 horas a la semana.
beroperez7@hotmail.com

SOLICITO ASISTENTE ADMINISTRATIVO LIC. EN ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

EXPERIENCIA EN MANEJO DE PERSONAL, CAJAS CHICAS, CHEQUERAS, COMPUTACIÓN CON EXCELENTE REFERENCIAS.
\$14,000.00 MENSUALES
OFRECEMOS IMSS
PRESTACIONES DE LEY
ENVIAR CURRICULUM
jasso70@hotmail.com

AUXILIARES DE CONTABILIDAD

EDAD DE 18 A 30 AÑOS, EXPERIENCIA 1 AÑO, CONOCIMIENTOS COI, OFFICE, SUA, CONTABILIDAD, ZONA NAUCALPAN, HORARIO COMPLETO.
tcsc_mx@yahoo.com.mx
55-5360-1570

PRIMARIA JARDINES DE SAN MATEO SOLICITA MAESTRO(A) PARA TALLER DE COMPUTACIÓN

LOS DÍAS MARTES DE 9 A 1 CON EXPERIENCIA.
TEL: 55-4872-3488
ENVIAR CV AL CORREO:
sandyaldaco@yahoo.com.mx

SECRETARIA RECEPCIONISTA

Brindar atención al personal interno y externo en sus requerimientos de información; mantener el control en la recepción de correspondencia; además de brindar apoyo en actividades administrativas encomendadas.

Responsabilidades

Dar la bienvenida a los visitantes y dirigirlos con la persona u oficina requerida.
Contestar llamadas, reenviar a las extensiones apropiadas, y hacer llamadas telefónicas.
Enviar y responder correos electrónicos de la oficina.
Mantener suministros de oficina y hacer pedidos de inventario.
Programar reuniones de los jefes con empleados y coordinar citas con los clientes.
Mantener actualizados los registros de la oficina.
Organizar detalles de viajes y alojamiento para los empleados.
Enviar y recibir correspondencia.

Requisitos

Experiencia demostrable como representante de recepción o en un puesto pertinente.
Familiaridad con máquinas de oficina.
Conocimientos sobre procedimientos de gestión de oficina y contabilidad básica.
Excelentes conocimientos de MS Office (especialmente Word y Excel).
Capacidades sociales y comunicativas.
Habilidades organizativas y para la realización de varias tareas a la vez.
Capacidades para solucionar problemas.
Orientación y atención al visitante.
Preparatoria o Bachillerato (mínimo).
Femenina, Excelente presentación, de 27 a 45 años.
Preferente viva zonas: Tlalnepantla, Atizapán, Naucalpan, Azcapotzalco.

55-6201-4824 capithuma@gmail.com

SOLICITO MOZO / JARDINERO / MANTENIMIENTO / CHOFER / AYUDANTE GENERAL

HONRADO, PROMEDIO MENSUAL, \$12,000.00
OFRECEMOS IMSS, ALIMENTOS, HORAS EXTRAS,
BONOS, VACACIONES, ZONA NORTE, ARBOLEDAS.
55-5379-0006 / 55-5379-3425



RENTO RECÁMARA AMUEBLADA

REFRI, MICRO,
BAÑO PROPIO.
\$2,500 SATÉLITE
**55-5160-6038 /
55-4386-1671**

SATÉLITE ZONA AZUL

VENDO LOCAL COMERCIAL
83 mts. ÁREA PARA USOS
MULTIPLES, 2 BAÑOS,
ESPACIO PARA COCINA,
BARRA, USO DE SUELO.
DOCUMENTACIÓN EN REGLA.
**55-5503-4047 /
55-5457-8691**

AVALÚOS

PROFESIONALES

PRECIOS

ACCECIBLES.

55-4182-3934

OFICINAS Y CONSULTORIOS EN RENTA

ZONA PLAZA SATÉLITE "EDIFICIO ZURICH"
INFORMES **55-5562-7801** HORARIO DE OFICINA

RENTO CONSULTORIO EN FUENTES DE SATÉLITE

Bonito consultorio de 30m² en dos plantas, sala de
espera, baño. Ideal para psicólogo, nutriólogo, terapeutas,
dentista (instalaciones para dos unidades) \$6,000 pesos.
Previa cita WhatsApp **55 7222 2219**

CASA GRANDE EN ZONA RESIDENCIAL

Cerca de zona comercial, cerca de Gustavo Baz, Periférico y
Aguiles Serdán, Calle Fray Antonio Marchena Colón Echegaray
Naucalpan, con 7 recámaras, cuatro y medio baños, garage
para 3 autos, con buen mantenimiento, cocina integral con
alacenas y closet, con jardín al fondo. \$30,000.00 mensuales
Cel: 55-3974-8370

AVALUOS

Experiencia, Seriedad, Crédito
Hipotecario, Profesionalismo,
Muy Alta Confiabilidad.

Pv 55-5546-3598
55-1333-4962

NO EXPONGA SU PATRIMONIO

RENTO HABITACIÓN DORMITORIO

Para estudiante foráneo
o empleado, baño
completo, Servicios.
Atrás Wal-mart Pirules
55-2843-2823

RENTA BOSQUES DEL LAGO

CERCA LAGO DE GUADALUPE, CASA
UNA PLANTA, DOS RECÁMARAS,
DOS BAÑOS COMPLETOS, SALITA/
COMEDOR, JARDÍN GRANDE CON
ARBOLITOS Y PASTO. TOTAL TERRENO
370MTS². RENTA MENSUAL \$12,900.-
CEL. WHATSAPP 55-1298-0067

SE VENDE CASA ECHEGARAY

4 RECÁMARAS
3 BAÑOS COMPLETOS
2 1/2 BAÑOS
3 AUTOS CHICOS
300m CONSTRUCCIÓN
200m TERRENO
\$6,950,000.-
55-5434-0647

SUITE AMUEBLADA

EN FUENTES DE SATELITE \$5,500 AL MES
INCLUYE SERVICIOS
55-3474-0820 Sr. Joaquín Hernández

TOWN HOUSES COPAN

LOMAS DE BELLAVISTA
VENDO CASA EN PREVENTA \$5,200,000 JUNTITO
A LAS VILAS, 3 RECÁMARAS, 2.5 BAÑOS, 2 AUTOS.
55-4088-1607 / 55-5300-1243

Brondo & EStrada BEST

VENDO:
AZCAPO. Terreno 244m² para demoler \$3,900,000
CUAUTLIZ. Arcos Hacienda. 3rec,2 autos \$2,800.00
JACARANDAS edif. comercial PRODUCIENDO \$13,000,000
JILOTZINGO. Prop campestre T.2,805m² C.900m² \$12,000,000
TEOLOYUCAN. Terreno industrial 35,274m² \$29,500,000
RENTO:
LA FLORIDA. Oficinas 180m² \$21,000
LA FLORIDA. Depto. 180m² \$24,000
TLALNE.SN.JAVIER. Bodega 50m² \$10,000
SN. LUCAS Consultorios desde 10m² \$10,000
SOLICITO PROPIEDADES **5553-653988**
5513-334962 5532-249295
www.bestprofesionalesinmobiliarios.com