

SOY CECyTEM

UNA REVISTA EN GRANDE



- **Arte y Cultura**

- **Vida Estudiantil**

- **Entrega de tabletas electrónicas**

- **Día Internacional de la Mujer**

- **Conoce la Presea "Estado de México" 2013**

- **¿Sabías que?**

- **Acción es CECyTEM**

- **Alimentos que queman grasa**

- **Malinalco,**

Pueblo Mágico en la entidad

Enero-marzo 2014.
Ejemplar No. 3

CE: 205/09/13/14

“2014. Año de los Tratados de Teoloyucan”

A fin de conmemorar el Centenario de la firma de los Tratados que dieron término a la Revolución Mexicana, la LVIII Legislatura del Estado de México declaró “2014. Año de los Tratados de Teoloyucan”, por tal motivo se deberá insertar esta leyenda en toda correspondencia oficial de los poderes de la entidad, de los ayuntamientos y de los organismos auxiliares de carácter estatal o municipal.

Conoce más...

► ¿Qué significa?

Durante la Revolución Mexicana, el 13 de agosto de 1914, se firmaron “Los Tratados de Teoloyucan”, documento que representó la victoria de las clases medias y populares, sobre las élites porfiristas del viejo régimen, y la disolución del Ejército Federal.

► ¿Por qué surgió?

Una vez que la Revolución Maderista triunfó en 1911, y que Francisco I. Madero llegó al Poder Ejecutivo de la Nación, su gobierno se consolidó como de transición democrática, después de más de treinta años de dictadura porfirista.

Pero esta nueva corriente generó un singular descontento, entre las élites que ostentaban el poder, durante el porfiriato. Por lo tanto, dicha facción realizó, en febrero de 1913, un cuartelazo encabezado por Victoriano Huerta, quien usurpó el poder, y por ese motivo asesinó a Madero. Así mismo, reinstauró el antiguo régimen.

► ¿Cuándo sucedió?

A la caída del gobierno del entonces Presidente de México, Victoriano Huerta, ante el triunfo del ejército de Venustiano Carranza, a mediados de julio de ese año, el general Lauro Villar representante del gobierno del presidente Francisco S. Carvajal ya no pudo ofrecer resistencia para negociar.

► ¿Quiénes los firmaron?

Los Tratados de Teoloyucan se firmaron el 13 de agosto de 1914, en Teoloyucan, Estado de México, entre los representantes del Cuerpo de Ejército del Noreste, Álvaro Obregón, Lucio Blanco y Othón P. Blanco que formaba parte de los ejércitos revolucionarios que se enfrentaron al gobierno usurpador de Victoriano Huerta, comandado por Lauro Villar y representado por él mismo, Gustavo A. Salas y José Refugio Velasco.



Conoce

la Presea Estado de México 2013

Consta de 17 categorías para personas físicas o morales que lo merezcan según su conducta o actos en lo individual o colectivo.

Cada año el Gobierno del Estado de México lanza la convocatoria para obtener la Presea Estado de México 2013, calificada como el máximo reconocimiento público que otorgan los poderes de la entidad en 17 categorías a aquellas personas físicas o morales que lo merezcan en lo individual o colectivamente por su conducta, actos u obras en beneficio de la sociedad o región.

Los candidatos a obtener el galardón, deberán ser personas originarias o vecinas de la entidad, con excepción de las propuestas para la denominación "José María Luis Mora", que se entrega a quienes no son oriundos ni habitantes del Estado.



Categorías:

- De Ciencias "José Antonio Alzate".
- De artes y Letras "Sor Juana Inés de la Cruz".
- De Pedagogía y Docencia "Agustín González Plata".
- De Deportes "Filiberto Navas Valdés".
- De Periodismo e Información "José María Cos".
- Al Mérito Cívico "Isidro Fabela Alfaro".
- Al Mérito Municipal "Alfredo del Mazo Vélez".
- Al Trabajo "Fidel Velázquez Sánchez".
- A la Juventud "Felipe Sánchez Solís".
- A la Perseverancia en el Servicio a la Sociedad "Gustavo Baz Prada".
- A la Administración Pública "Adolfo López Mateos".
- Al Impulso Económico "Filiberto Gómez".
- Al mérito en la Preservación del Ambiente "José Mariano Mociño Suárez Lozada".
- A quienes sin ser mexiquenses tengan méritos o hayan prestado servicios eminentes al estado o al país "José María Luis Mora".
- A residentes en el extranjero "José María Heredia y Heredia".
- A la Defensa de los Derechos Humanos "José María Morelos y Pavón".
- Al Fortalecimiento de las Instituciones Públicas "León Guzmán".

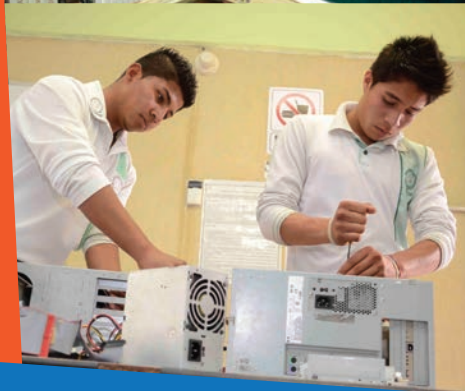
Los aspirantes deberán de llenar una ficha de registro acompañada con los siguientes documentos: copia del acta de nacimiento, copia del acta constitutiva (para el caso de personas morales), currículum vitae, comprobante domiciliario, comprobante de residencia en el extranjero para la presea "José María Heredia y Heredia", documentos probatorios que se consideren pertinentes, incluyendo memorias fotográficas y/o documentales, además de una fotografía tamaño infantil reciente.

El registro de los postulantes y la entrega de documentación se lleva a cabo en diversos planteles de Educación Superior en sedes de municipios como: Atlacomulco, Cuautitlán Izcalli, Ecatepec, Ixtapan de la Sal, Nezahualcóyotl, Nicolás Romero, Tejupilco, Texcoco, Tlalnepantla y Valle de Bravo, durante días hábiles en un horario de 09:00 a 18:00 horas.

De igual forma por correo certificado o correo electrónico al sitio web <http://www.edomex.gob.mx>, en donde además se puede consultar toda la información de este galardón; la fecha límite para remitir la documentación es el 31 de enero del 2014, en las oficinas de la Secretaría de Educación ubicadas en Av. Sebastián Lerdo de Tejada Pte. No. 300, Palacio del Poder Ejecutivo, puerta 329, Toluca de Lerdo, Centro.

Los ganadores en sus distintas modalidades se darán a conocer en el periódico oficial Gaceta del Gobierno del Estado de México y la presea será entregada por el gobernador Eruviel Ávila Villegas, en ceremonia solemne el día 2 de marzo del 2014, en el lugar y en la hora que se darán a conocer oportunamente.

REVISTA DIGITAL SOY CECyTEM Contenido:



Consejo Editorial

Dr. Edgar Alfonso Hernández Muñoz.

Lic. René Ortega Bárcenas.

Arq. J. Jesús Contreras Tenorio.

M. En C.P. Abraham Martínez Zamudio.

Lic. Nadia Paulina Alcántara García.

Lic. Rosa María Montes de Oca Huerta.

C.P. Crispín Martínez Mendoza.

- **Por tu Estado**
“2014. Año de los Tratados de Teoloyucan”
Conoce la Presea Estado de México 2013
- **Editorial**
- **En primer plano**
Entrega de tabletas electrónicas
- **CECyTEM informa**
Día Internacional de la Mujer
Interculturalidad
Por: Sonia Colín Bejarano
- **Vida estudiantil**
Coatepec Harinas, plantel CECyTEM
Nuevas Carreras CECyTEM
- **Tour CECyTEM**
Malinalco, pueblo mágico en la entidad
- **Para leer**
Los libros más vendidos en el 2013
- **Rostros CECyTEM**
- **¿Sabías que?**
- **Arte y cultura**
Arte Urbano
- **Salud y Alimentación**
Alimentos que queman grasa
Vacunación
- **Acción es CECyTEM**
“Talentos CECyTEM” impulsa a alumnos de sus 56 planteles
Conoce a nuestra mascota Cecyto
Gana estudiante en Concurso Estatal Juvenil
“Arte Joven 2013”
- **Tips**
Para dejar la manía del celular
- **Cine**
Películas de amor
- **Deporte**
Deportes extremos en el Estado
- **Rincón Tecnológico**
Apps para mejorar tu vida
- **Personaje CECyTEM**
Benito Juárez García
- **CECyTEM Convoca**

Editorial

En el Colegio de Estudios Científicos y Superiores del Estado de México (CECyTEM), nos complace iniciar este año con una serie de actividades que enriquecerán aún más el marco de los festejos de nuestro XX Aniversario, donde se incluirá la participación de alumnos, ex alumnos, docentes, personal administrativo y directivos.

Las actividades académicas, sociales, culturas y deportivas que se realizarán, fortalecerán más los lazos dentro de la comunidad CECyTEM, a la vez que colocarán en alto el nombre de nuestra venerable institución a través de la suma de esfuerzos.

Prueba de ello será la apertura para el próximo ciclo escolar 2014-2015 de tres nuevas carreras: Técnico en Animación Digital, Técnico en Horticultura Sustentable y Técnico en Estudios de Mercado y Entornos Sociales, con las cuales el Colegio llega ya a 31 especialidades, colocándose a la vanguardia acorde a las demandas de la sociedad actual.

De la misma forma, damos la bienvenida a nuestros alumnos que el 17 de febrero inician semestre, exhortándolos a que continúen cada día preparándose para que puedan en un futuro cosechar éxitos de la mano de sus maestros, con la confianza de que el CECyTEM seguirá trabajando para ustedes.



Premió el gobernador a alumnas del CECyTEM campeonas nacionales de basquetbol

Como reconocimiento a su esfuerzo y dedicación, el gobernador constitucional del Estado de México, entregó tabletas electrónicas a las 11 integrantes de la selección de basquetbol femenino del Colegio de Estudios Científicos y Tecnológicos del Estado de México (CECyTEM), quienes se coronaron campeonas en el XI Encuentro Nacional Deportivo de los CECyTE's 2013.

Después de entregarles su premio como estímulo al excelente papel que desempeñaron al enfrentar a equipos de Chiapas, Zacatecas, Hidalgo y Chihuahua, el titular del Ejecutivo expresó el orgullo que siente por contar en el estado con jóvenes deportistas que día a día dan lo mejor de sí en cada uno de los entrenamientos previos a sus encuentros, así como por la victoria obtenida dentro de una sana competencia.

En compañía de las integrantes del selectivo de basquetbol femenino del CECyTEM, el mandatario estatal expresó que el deporte es fundamental para combatir problemáticas sociales como la inseguridad, por lo que aseguró que además de atenderla con inteligencia, estrategia y coordinación, su gobierno impulsa acciones preventivas como educación, recreación, cultura y aquellas que permitan la generación de empleo, entre otras.


Además de manifestar que el basquetbol es uno de los deportes que más le gustan y practica desde su juventud, el gobernador invitó a las deportistas a una reta, al tiempo de exhortarlas a continuar estudiando y entrenando, ya que el gobierno estatal, a través de la Secretaría de Educación, continuará impulsándolas y alentándolas para que refrenden sus triunfos.

La selección integrada por 11 estudiantes de entre 15 y 17 años, que actualmente cursan sus estudios de nivel medio superior en los planteles de Ecatepec, Tecámac, Cuautitlán Izcalli, Tultitlán y Metepec del CECyTEM, obtuvo el campeonato de este encuentro disputado del 4 al 8 de noviembre pasado en la ciudad de León, Guanajuato.



Día Internacional de la Mujer

- Reconocimiento Jurídico de la Igualdad entre Mujeres y Hombres



Las Naciones Unidas comenzó a celebrar el Día Internacional de la Mujer el 8 de marzo de 1975, Año Internacional de la Mujer. Dos años más tarde, en diciembre de 1977, la Asamblea General adoptó una resolución en la que proclamó un Día de las Naciones Unidas para los Derechos de la Mujer y la Paz Internacional, el cual pueden celebrar los Estados Miembros cualquier día del año siguiendo su tradición histórica y nacional.

El Día Internacional de la Mujer surgió de las actividades de los movimientos obreros a finales del siglo XX en América del Norte y Europa. Desde entonces, el Día Internacional de la Mujer ha adquirido una dimensión global para las mujeres de los países desarrollados y en desarrollo por igual. El creciente movimiento internacional de las mujeres, fortalecido por cuatro conferencias mundiales de las Naciones Unidas sobre la mujer, ha ayudado a que su conmemoración ofrezca la oportunidad de incrementar el apoyo a los derechos y la participación de las mujeres en las esferas política y económica.

El Día Internacional de la Mujer ha pasado a ser un momento de reflexión sobre los progresos alcanzados, un llamado al cambio y una celebración de los actos de valor y determinación tomados por mujeres corrientes que han tenido un papel extraordinario en la historia de sus países y sus comunidades.





Sin embargo, pese al reconocimiento formal de la igualdad de mujeres y hombres, según estudios realizados a nivel mundial, en ningún país del mundo se han alcanzado las condiciones de equidad de género.

En nuestro país, aunque la reforma constitucional en materia de igualdad data de 1975, las leyes sobre el tema son de reciente incorporación al sistema jurídico mexicano: la Ley del Instituto Nacional de las Mujeres (2001), la Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación (2003), la Ley General para la Igualdad de Mujeres y Hombres (2006) y la Ley General de Acceso a las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (2007). Así pues, fueron muchos años los que tuvieron que pasar para modificar el sistema jurídico en busca de mecanismos que hicieran posible la igualdad sustantiva entre mujeres y hombres.

Respecto al Estado de México, en 2000 se creó el Instituto Mexiquense de la Mujer, y para 2006 se constituyó como Consejo Estatal de la Mujer y Bienestar Social. Y por lo que se refiere a la legislación estatal, en 2007 se expidió la Ley para Prevenir, Combatir y Eliminar Actos de Discriminación en el Estado de México y en 2008, la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia del Estado de México y la Ley para la Prevención y Erradicación de la Violencia Intrafamiliar del Estado de México. Dos años más tarde, en 2010, se expidió la Ley de Igualdad de Trato de Oportunidades entre Mujeres y Hombres del Estado de México. Además, se han realizado reformas al marco jurídico vigente en marzo de 2010 y marzo de 2011 a favor de la equidad e igualdad entre los géneros.

**Consejo Estatal de la Mujer
y Bienestar Social**

Interculturalidad

— Por Sonia Colín Bejarano —

Contacto: scolinbejarano@yahoo.com

Durante el semestre 2013-2014, el CECyTEM plantel Villa de Allende trabajó el tema integrador Interculturalidad, mediante el proyecto “Elementos culturales de la zona de Villa de Allende”, con el propósito de identificar y difundir la cultura del municipio a través del fomento de la etnia.

Gracias a este trabajo, los estudiantes conocieron más sobre la gastronomía mazahua, identificando algunas recetas de comida y bebidas que se incluyeron en un recetario, realizado con las familias del municipio que todavía hablan la lengua mazahua y sobre sus tradiciones.

Además, aprendieron a elaborar diferentes artesanías con la idea de privilegiar productos como: tortilleros, canastas, alhajeros, y lámparas, por mencionar algunos, y así dejar a un lado los que ofrece la globalización.

Como cierre de este proyecto, se llevó a cabo el “Primer Foro Intercultural” y el “Concurso Literario de Cuento”, el pasado 14 de enero, en dónde el plantel Villa de Allende fue el anfitrión y se contó con la participación de los planteles: Donato Guerra, Ixtlahuaca, Jiquipilco, Jocotitlán, San Felipe del Progreso, San José del Rincón y Villa Victoria, presentando cada uno de ellos su proyecto con estrategias, dinámicas y herramientas de acuerdo a su contexto para reconocer, concientizar, difundir y valorar la cultura mazahua.



COATEPEC HARINAS

Plantel
CECYTEM



En la zona sur del Estado de México se encuentra ubicado el plantel **CECYTEM Coatepec Harinas**; fue creado en el año de 1996 con el objetivo de formar estudiantes en bachillerato técnico con más y mejores herramientas que les permitan enfrentar su futuro y concretar de manera exitosa sus planes de vida.

El plantel en la actualidad tiene una matrícula de 470 alumnos, quienes son capacitados en áreas tecnológicas que les permiten, al egresar, continuar con su educación superior o su inmediata incorporación al sector productivo, si así lo desean.

San Luis y el Cedrito Km 42

Carretera Coatepec Harinas -Ixtapan de la Sal,
Estado de México. C.P. 51700

cocytem_coatepec@yahoo.com.mx

Tel. 01(721) 143 38 13



Ofrece las carreras en:

Técnico en Horticultura Sustentable

**Técnico en Procesos de
Gestión Administrativa.**

**Técnico en Soporte y
Mantenimiento de Equipo de Cómputo**

Además, el plantel cuenta con de un laboratorio polifuncional, invernadero (1000 m²), cuatro áreas deportivas, dos salas de cómputo, área administrativa, cafetería, caseta Técnico en Soporte y Mantenimiento de Equipo de Cómpute de vigilancia, aulas didácticas, así como un ambiente tranquilo donde los jóvenes interactúan con respeto.

Logros del plantel:

- Imparte desde hace ya varios años diversos talleres de danza folclórica, banda de guerra, declamación y de informática para todos sus alumnos de manera exitosa.
- Plantel miembro del Sistema Nacional de Bachillerato con una categoría de plantel Nivel II.
- Los resultados de la prueba Enlace han mantenido un crecimiento constante desde el año 2010.
- El alumno Mario Alejandro Gutiérrez Méndez, obtuvo el tercer lugar estatal en la olimpiada de matemáticas organizada por la UAEM en 2013.
- La escolta de bandera representó al CECyTEM en el Concurso Nacional de Escoltas representando al Estado de México en la ciudad de Pachuca, Hidalgo.
- Primera opción en el municipio para estudiar el bachillerato.
- Sede de dos academias estatales: Floricultura y Procesos de Gestión Administrativa.
- Los alumnos egresan certificados por Microsoft, independientemente de la carrera que cursen.



NUEVAS

CARRERAS

CECyTEM



El Colegio de Estudios Científicos y Tecnológicos del Estado de México (CECyTEM) ofrecerá dentro del ciclo escolar 2014-2015 tres nuevas carreras en: Técnico en Animación Digital, Técnico en Horticultura Sustentable y Técnico en Estudios de Mercado y Entornos Sociales, con las que amplía su oferta educativa de 28 a 31 especialidades reafirmando su compromiso de formar Mexiquenses mejores preparados.

ANIMACIÓN DIGITAL

Es un técnico capaz de realizar diseños digitales, mundos virtuales, videojuegos publicitarios y actividades dirigidas a obtener y editar fotografías, secuencias de audio y vídeo mediante equipo electrónico y software.

Perfil de egreso:

- Continuar en su formación superior estudiando carreras como: Diseño Gráfico, Mercadotecnia, Arquitectura, Urbanismo, Diseño Industrial, Teatro y Cinematografía.
- Crear diseños digitales, producir animaciones en 2D y 3D.
- Crear mundos virtuales empleando guiones para representar hechos de la vida real.

• Crear videojuegos publicitarios utilizando motores gráficos según las necesidades del cliente.

Actividad profesional:

Como egresado de esta especialidad podrás encauzar y realizar tus actividades en instituciones como:

- Campañas políticas, estudios fotográficos, consultoría de diseño y arte digital, agencias de publicidad, tiendas departamentales, consultoras de software, industria de cine, televisión y teatro.
- Empresas e instituciones públicas y privadas.
- Edición de periódicos, revistas y otras publicaciones.
- Industrias de innovación y desarrollo en proyectos visuales de la información, Industria filmica, industria del sonido.

Planteles que la impartirán: Metepec II, Sultepec, Villa del Carbón, Chimalhuacán II, Ixtapaluca II y Valle de Chalco.

ESTUDIO DE MERCADO Y ENTORNOS SOCIALES

Es un técnico capaz de realizar actividades dirigidas a diseñar instrumentos de recolección de datos, realizar encuestas, procesar información de resultados obtenidos, coordinar personas para aplicar instrumentos de recolección de datos y realizar estudios de mercado; para desempeñarse en diferentes ámbitos del sector público y privado, apoyar en los procesos de diseño, implementación, monitoreo y evaluación de productos, servicios y políticas públicas en base a las normas oficiales mexicanas.

Perfil de egreso:

- Continuar en su formación superior estudiando carreras como: Ciencias Políticas y

Sociales, Administración Pública, Geografía, Mercadotecnia, Relaciones Internacionales, etc.

- Diseñar instrumentos de recolección de datos, encuestas, procesar información de resultados obtenidos, coordinar personas para aplicar instrumentos de recolección de datos y realizar estudios de mercado.

Actividad profesional:

La carrera permite al técnico incorporarse al ámbito laboral en diversos sitios de inserción como: Servicios de Consultoría en Administración, Asociaciones, Organizaciones, Cámaras de productores, Comerciantes, Prestadores de Servicios e Instituciones Gubernamentales.

Planteles que la impartirán: Cuautitlán Izcalli.

HORTICULTURA SUSTENTABLE

Es un técnico capaz de realizar diseños es un técnico capaz de realizar actividades dirigidas a preparar insumos, optimizar factores ambientales, establecer cultivos, manejar plagas, recursos materiales y mano de obra para realizar actividades dirigidas al sector agrícola sustentable.

Desarrollando en el alumno habilidades y destrezas necesarias para realizar proyectos productivos rentables en sociedades o en el propio autoempleo.

Perfil de egreso:

- Continuar en su formación superior estudiando carreras como: Agronomía, Ingeniería Química, Ingeniería Farmacéutica Biológica, Ingeniería Ambiental, etc.

- Conoce y aprovecha racionalmente los recursos naturales, así como integrarse al sector productivo en el área de la horticultura que le permiten realizar actividades dirigidas a la producción de hortalizas, frutos y flores, así como a la coordinación y administración de

recursos materiales y humanos en las distintas empresas agrícolas sustentables.

Actividad profesional:

Con el propósito de ampliar el mercado laboral, con los conocimientos adquiridos el técnico puede iniciar su propia empresa o bien incorporarse en instituciones del sector público o privado inherentes a la producción de horticultura.

Planteles que la impartirán: Coatepec Harinas y Tenancingo.



Para mayores informes acércate al plantel que esté más cerca de tu localidad.

Consulta nuestra página web:

<http://cecytem.edomexico.gob.mx>

Malinalco,

Pueblo Mágico del Estado de México

Catalogado con la denominación de Pueblo Mágico, Malinalco se encuentra ubicado dentro de un valle con exuberante vegetación y con un clima de templado a caluroso que invita al visitante a caminar por sus calles empedradas, casas multicolores donde brotan diversas flores de sus paredes, además de templos de los siglos XI, XVII y XVIII, su criadero de truchas y su impresionante zona arqueológica.

Zona Arqueológica Cuauhtinchan



Construido por los Mexicas, se localiza a unos 125 m. de altura sobre el pueblo, en la parte media de la montaña Texcaltepec, que es mejor conocida como "Cerro de los Ídolos", donde muestra el templo principal denominado "Cuauhcalli" o "Casa de las Águilas".

Convento Agustino XVI y Parroquia del Divino Salvador



Son edificaciones que emanan desde 1540, las cuales se encuentran a la vista de todos en el primer cuadro de Malinalco con impresionantes dimensiones, es de estilo plateresco y renacentista; en su interior se distingue parte de los frescos que decoran el edificio.

Santuario de El Señor de Chalma



Es uno de los centros religiosos más visitados por la infinidad de milagros que se le atribuyen a la imagen de Cristo crucificado conocida como "El Señor de Chalma", se encuentra enclavado en una montaña con una gran vista a sus alrededores.

Museo

"Dr. Luis Mario Scheneider"



Este espacio multidisciplinario contiene colecciones arqueológicas, documentales históricos, religiosos, etnográficos; colecciones botánicas y artísticas de gran relevancia. Cuenta con sala de exposiciones temporales, tienda y sala de servicios educativos para atención a grupos escolares.

Corredor Gastronómico "Las Truchas"




Se pueden encontrar más de 10 diferentes especialidades de truchas, además de antojitos mexicanos, típicas nieves de la región y bebidas exóticas. En este sitio también existen balnearios y viveros de plantas, así como un campamento tortuguero.

Mercado de Artesanías



A la entrada principal de Malinalco se encuentra el mercado de artesanías, donde es posible admirar o comprar alguna artesanía elaborada en: tallado en madera, tallado en piedra, joyería elaborada con semillas, artesanía de barro, rebozos, arte textil, cestería y herrería artesanal, entre otras.

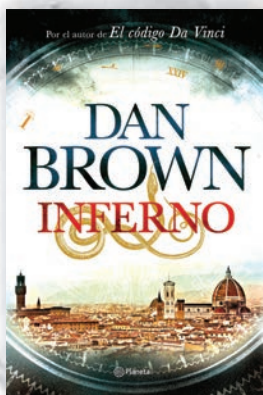
Contamos con un plantel **CECyTEM** en Malinalco que imparte las carreras de:

- Soporte y Mantenimiento de Equipo de Cómputo
- Técnico en Turismo 

Visítanos en nuestra dirección:
Carretera Malinalco-Chalma Km 6
Colonia el Puente Malinalco
Estado de México.
(01 714) 14 723 30
<http://cecytem.edomexico.gob.mx>

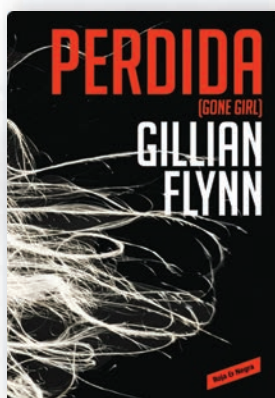
Los libros MÁS VENDIDOS en el 2013

¿No sabes qué leer? Te presentamos algunos de los libros más vendidos en México en 2013, donde encontrarás el género literario que más se adecue a tus gustos.



Inferno de Dan Brown

Es la cuarta entrega de la serie "El Código Da Vinci", un thriller que tiene como protagonista a un catedrático de Simbología de Harvard llamado Robert Langdon, que ya protagonizó "El Código Da Vinci" y "El símbolo perdido".



Perdida de Gillian Flynn

Se trata de un thriller psicológico sobre la desaparición de una mujer durante su quinto aniversario de bodas; su esposo es el principal sospechoso.

Bajo la misma Estrella de John Green

Hazel y Gus son dos adolescentes que el cáncer, enfermedad que padecen, les ha enseñado que sólo existe el hoy y el ahora.



Divergente de Veronica Roth

Es el primer libro de una trilogía para jóvenes adultos, sucede en la ciudad de Chicago, en el futuro. Es la primera publicación de la autora de tan sólo 24 años.



Rayuela de Julio Cortázar

Un clásico de la literatura desde hace 50 años, pero que se mantiene en el gusto de los lectores por lo que se realizó una edición conmemorativa.



ROSTROS CECyTEM





¿Sabías que?

Un recién nacido tiene **más huesos** que un adulto

El número de huesos en personas adultas va aproximadamente de los 206 hasta los 208, sin embargo esta cifra no se cumple en los niños pequeños y menos aún en los recién nacidos. Esto se debe a que nacen con algunos huesos separados para facilitar su salida desde el canal de parto.

La letra "E" es la que **más se repite** en el idioma español

La E es la sexta letra del alfabeto español y es la segunda vocal. Es la letra más usada en el idioma español.

"México se encuentra en el lugar **107**

en una lista de 108 países estudiados sobre "Hábitos de Lectura"; lo que significa que los mexicanos leen 2.8 libros al año y sólo 2% de la población tiene como hábito permanente leer".

Las personas **revisan** su smartphone **150** veces al día

De acuerdo a un estudio reciente, quienes poseen un smartphone prácticamente lo revisan cada seis minutos y medio como promedio, que en total en el transcurso de un día de 16 horas, sin contar las horas de sueño.

Tomar mucha agua ayuda para tener una **buena memoria**

No hay duda que para el ser humano es indispensable el agua en su cuerpo, sin embargo, la realidad es que es vital para el buen funcionamiento de nuestro organismo y es un factor muy importante para tener buena memoria.

El Facebook provoca **aumento de peso**

facebook

Pasar mucho tiempo navegando en Facebook puede causar diversos trastornos en la salud como ganar peso, adquirir deudas y bajar el rendimiento escolar. Las consecuencias del uso cotidiano, obsesivo, de la red social, van más allá de la socialización e incide incluso en nuestro bienestar personal, provocando la obesidad.

ARTE

Renueva su visión
en el Estado de México

URBANO

Mejor conocido como arte callejero, el arte urbano en los últimos años le ha dado un nuevo y renovado empuje a la visión de cientos de artistas de brocha gorda y aerosol, que en la actualidad se han unido a esta expresión para mostrar una nueva y reconstruida cara que ya invade calles, bardas y avenidas del Estado de México.

Durante 2013 dicho movimiento deja de ser exclusivamnete de demanda o crítica social e incluye un mensaje pro-ambientalista e invita a la reflexión.

Aunque no todos los artistas buscan transmitir un pensamiento, algunos son más espontáneos, pintan sin pensar demasiado en que desean transmitirle a la sociedad.

En mensaje que llevan implícito cada vez es más importante e influyente dentro de nuestra cultura, buscan provocar y sobretodo persuadir para llamar la atención, que es su

principal objetivo.

Desde los años noventa, el grafiti cobró vida al estar en cientos de bardas públicas y privadas (casas), muchos de ellas eran una serie de signos y códigos que no representaban ninguna estructura y lógica para el público en general, más bien era el lenguaje de “grafiteros”.

Con el paso de los años, el graffiti evolucionó y se consolidó como una forma de expresión más artística, que se lleva a cabo por medio de murales, haciendo uso de ciertas técnicas como lo son: el stencil, los posters y las pegatinas, dando así mayor diversidad de estilos y búsquedas estéticas por los artistas del movimiento.



Alimentos que Quemán GRASA

Para mantener nuestro peso, figura y salud no es necesario realizar dietas extremas o mantenernos a estrictos regímenes alimenticios. La buena alimentación radica en saber qué comer y consumir una ingesta calórica adecuada al ritmo de vida que desempeñas.

En CECyTEM nos preocupamos por tu salud y bienestar, por ello, te ofrecemos una lista de alimentos que te harán quemar grasa sin dejar de comer, de una forma saludable y te explicamos cómo te ayudan.

Frutas y vegetales crudos

Al consumirlas de esta forma, tu cuerpo quema 16% más calorías después de que comes una comida que contiene principalmente frutos y vegetales cocinados al vapor.

Las frutas con alto contenido de vitamina "C" como: naranjas, limones, piñas queman la grasa corporal de tal manera que ésta pueda ser expulsada fácilmente de tu cuerpo.

Avena

La avena está cargada con fibra, la cual disminuye tu apetito, haciéndote sentir satisfecho al mismo tiempo que mantienes alto tu nivel de energía. Es mejor comer avena cortada, avena natural o simple, no de paquetes saborizados, ya que contienen una gran cantidad de azúcar.

Productos lácteos

Los productos lácteos o alimentos altos en calcio

como el yogurt bajo en grasa, el queso y la leche desdoblán las células de grasa más rápido y contienen proteínas de alta calidad que ayudan a suprimir el apetito.

Nueces

Te proporcionan una buena dosis de proteínas y ácidos grasos, Omega-3 que te ayudan a quemar grasa más rápido, pero asegúrate de comer nueces crudas y orgánicas, no las tostadas, caramelizadas y saladas.

Manzanas

La pectina (fibra natural) que se encuentra en las manzanas causa que tu cuerpo libere grasa, además de ser un magnífico supresor del apetito.

Pescado

Comer más pescado como salmón, atún y sardinas hará que tu cuerpo sea más sensible a una hormona llamada leptina, que determina si las calorías que ingieres deben ser almacenadas como grasa o si éstas deben ser quemadas para producir energía.

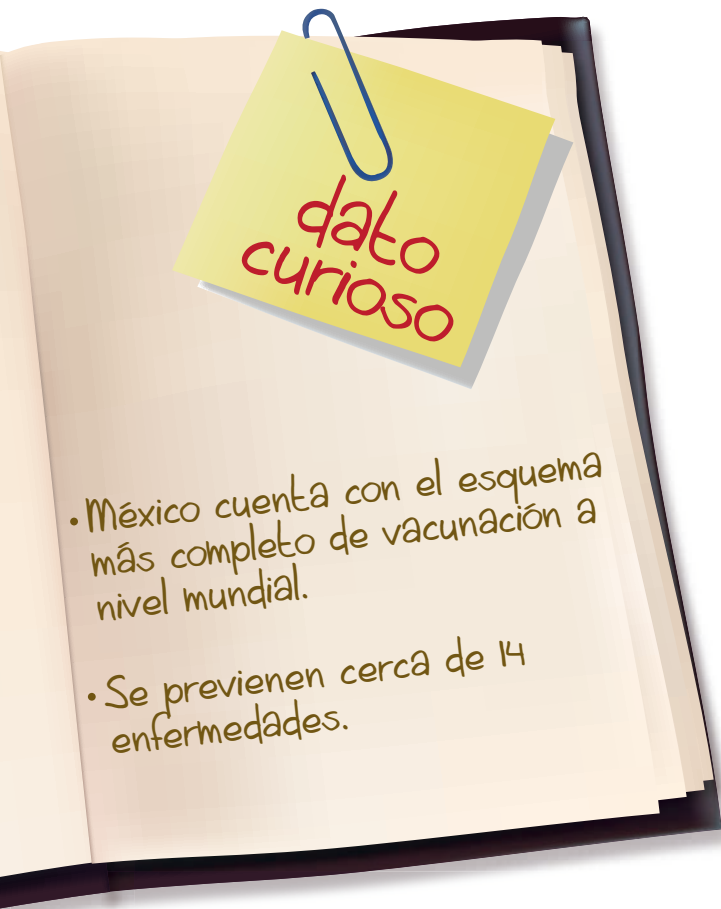
Espicias

Añadir especias a tus comidas como pimientos picantes, chile jalapeño, pimientos rojos o mostaza picante, acelera el metabolismo, quemado grasa en un 8 a 20% hasta por 3 horas después de haberlas comido.



VACUNACIÓN

Mitos y realidades



Mito: Es mejor no vacunarse

Realidad: Falso, después de la introducción del agua potable es la mejor medida en salud pública costo-efectiva (lo que te cuesta a lo que resuelve).

Mito: Las vacunas pueden producir que te enfermes

Realidad: Es un mal entendido frecuente que sólo alude a las leves reacciones que algunas personas sufren después de vacunarse. Las vacunas te dan la capacidad de generar anticuerpos, pero no te dan la capacidad de producir enfermedades.

Mito: No es bueno recibir varias vacunas al mismo tiempo porque se sobrepasa la capacidad del sistema inmune.

Realidad: Falso, el sistema inmunológico es capaz de responder a una gran cantidad y variedad de agentes. El uso de vacunas que previenen hasta 5 enfermedades a la vez, es cada vez más común, ya que evita múltiples inyecciones.

Mito: Es mejor que las vacunas sean aplicadas en brazos y muslos que en los glúteos

Realidad: Cierto, se está modificando la aplicación de vacunas. Resulta mejor realizarlas en brazos y en muslos, debido a que tiene la ventaja de que sí se aplica en los cuádriceps su absorción es mejor.

Mito: La refrigeración de las vacunas es primordial para su eficacia

Realidad: Cierto, una vacuna es segura cuando se encuentra en una red de frío de entre 10 u 8 grados, ya que si no refrigeró de esa forma, lo que te aplicarán es agua.

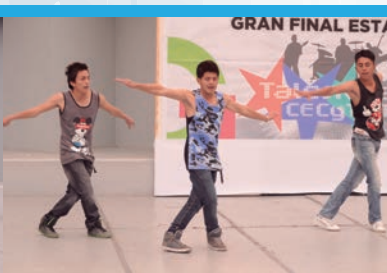
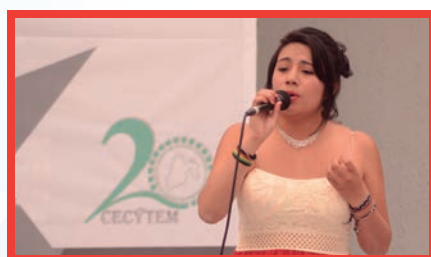


Talentos CECyTEM

impulsa a alumnos de sus 56 planteles

Derivado de una exitosa convocatoria donde más de 200 alumnos de los 56 planteles del Colegio de Estudios Científicos y Tecnológicos del Estado de México (CECyTEM), participaron en las categorías de canto y baile dentro del concurso estatal “Talentos CECyTEM”, se impulsó a que los estudiantes hicieran gala de sus habilidades dancísticas y vocales.

Después de una semana de pruebas a nivel regional, los mejores talentos del CECyTEM fueron elegidos con el apoyo de un jurado calificador de expertos, quien designó a los 16 alumnos finalistas, (8 en canto y 8 más en baile), que participaron en la final de “Talentos CECyTEM”, misma que contó con la actuación especial de la alumna Mariana López Román del plantel Tultepec, ganadora del tercer lugar en la categoría de canto en el XVI Festival Nacional de Arte y Cultura de los CECyTE’s 2013.

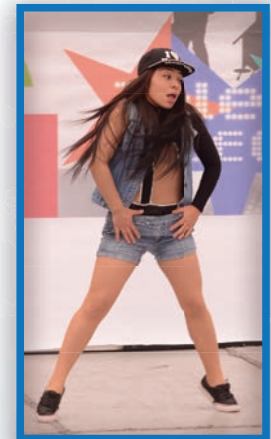


El ágora del Museo de Antropología e Historia del Centro Cultural Mexiquense (CCM), fue el sitio donde se realizó la gran final del concurso, donde el jurado calificó: dominio en el escenario, sincronía, coreografía, expresión corporal, calidad vocal, energía, carisma, seguridad y vestuario.

En la categoría de canto el plantel Chimalhuacán obtuvo el primer lugar, con la canción *Hoy tengo ganas de ti*, a cargo de Esmeralda Vanessa Jiménez Pérez, Carlos Héctor Monroy Sandoval y Leslie Jacqueline Rodríguez Becerra; el segundo lugar, Dulce Sarahí Arreola Zarza, del plantel La Paz, se coronó con el tema

Sabor a mí, y el plantel Tultepec, con la ejecución de Selene Pamela Salazar Ordaz y la canción *Sin él*, ganó el tercer lugar.

Respecto a la categoría de baile, el plantel Nezahualcóyotl consiguió el triunfo a cargo de Juana Ivette de los Santos Raya; Nicolás Romero obtuvo el segundo lugar con Pamela Ingrid Hernández Avelar y el tercer puesto fue para Cuautitlán Izcalli con Alejandra Isabel Thalía Cardona Sánchez y Jairo José Salvador Márquez Sánchez, quienes recibieron un trofeo por parte de las autoridades del CECyTEM.



Facetas de Cecyto



Carismático, divertido y siempre dispuesto a ayudar, así es Cecyto, quien arribó al CECyTEM en marzo de 2012 como la mascota oficial con características únicas y especiales que alegra a la comunidad con fiereza, determinación, inteligencia, astucia y exactitud de propósitos.

Jugueterón



Amigable



Emotivo



Carismático



Dinámico



Emprendedor



Sensible



Decidido



Tierno



Gana estudiante en Concurso Estatal Juvenil Arte Joven 2013

Alumna del plantel Tultepec participó en la categoría "A" en cartel

Aylin Michelle Martínez Gutiérrez estudiante del plantel Tultepec del CECyTEM obtuvo el tercer lugar en la categoría "A" en cartel, dentro del concurso Estatal Juvenil "Arte Joven 2013", organizado por el Instituto Mexiquense de la Juventud (IMEJ).

Nuestra estudiante compitió con jóvenes cuyas edades oscilaban entre 12 y 29 años, bajo criterios de evaluación que enfatizaban directamente en el manejo de técnica, desarrollo, originalidad, creatividad y mensaje en ambas categorías.

La convocatoria emitida por el IMEJ señalaba que en la modalidad de cartel, los trabajos presentados deberían de contar con una comunicación visual que lograra persuadir, al igual que generar conciencia de su exposición bien diseñada y ejecutada.

La premiación donde la alumna CECyTEM del plantel Tultepec fue galardonada, al igual que los demás participantes, se realizó la ciudad típica de Metepec, al interior del Museo Metepec de Arte Contemporáneo (MMETAC), donde además se exhibió la obra de los ganadores.



Tips para dejar la manía del celular



1. Conversa ahora, manda mensajes después: Si estás compartiendo un momento agradable, estás conversando o descansando, ponle un límite al impulso por querer comunicarte con otros que están lejos.

Aprovecha el momento y comunícate después.



4. Abajo los codos y los celulares de la mesa:

No hay nada más incómodo que ver a una familia completa chateando mientras se comparte la comida. Igual de mal se ven cuando los chicos y los amigos hacen lo mismo frente a una audiencia que está ahí para verte y saber de ti.

6. Prueba qué pasa al dejar de ser tan activo:

¿Sabes cuánto de tu tiempo le dedicas a Instagram, Facebook o Twitter? ¿Qué pasaría si desapareces un rato? Tal vez te des cuenta que no te perdiste de nada y tu vida anda a otro ritmo, sin tanto estrés.

2. Día libre y sin teléfono:

¿Suena muy terrible? La idea es disfrutar como en antaño. Olvídate de las redes sociales y el Whatsapp.



3. Evita ser un "encuentra todo"

Adiós a los buscadores, mapas, aplicaciones y lo que se te ocurra que pueda servir el Internet. Deja la intensidad de querer saberlo todo al instante. Nada sucede si no manejas esa información, ocupa ese tiempo para leer y aprender de otra manera.

5. Para de mirarlo:

Suena absurdo, pero con tanta interacción que uno tiene con el aparato a través de las notificaciones, los ojos se van solos para saber qué está pasando. Pero calma, modifica en los ajustes esos avisos. ¡Date un respiro!



7. Deja dormir al teléfono:

Apágalo, si tu duermes todas las noches, ¿acaso tu teléfono no necesita también descansar? Las pantallas de los dispositivos electrónicos emiten luz azul, que tu cerebro asocia con la luz del día. La exposición hace estragos con el reloj de tu cuerpo.



PELÍCULAS DE AMOR

16017

¿Qué tan fan eres de las películas románticas? Tenemos para ti una lista de algunas de las películas más populares de este género.

1. DIARIO DE UNA PASIÓN

Noah, un muchacho pobre, se enamora a primera vista de Allie, una chica de 17 años que pertenece a la llamada aristocracia de la pequeña ciudad donde viven. Al principio, la chica no le hace caso, pero poco a poco acaba enamorándose de él y desafiando a su familia, pero cuando su madre le cuenta que de joven vivió una historia parecida y tuvo que renunciar al amor de su vida, cambia de opinión y se compromete con el joven que su familia desea. Noah, desesperado, se alista como voluntario y es destinado a Europa a combatir en la guerra.

2. UN PASEO PARA RECORDAR

Jamie era la última persona de la que se enamoraría Landon. Demasiado seria y conservadora para su gusto. Hija de un pastor de la iglesia baptista, Jamie no tenía miedo de manifestar que la fe era lo más importante en su vida, aunque ello le costara las críticas de sus compañeros. Landon y su pandilla mandaban en la escuela, pero su reinado terminaría en cuanto salieran del instituto y tuvieran que afrontar las responsabilidades de la vida.

3. POSDATA: TE AMO

Una joven viuda que trata de encauzar nuevamente su vida tras la muerte de su querido marido, al que amaba sobre todas las cosas. Pero un día, con motivo de su 30 cumpleaños, descubre que éste le ha dejado varias cartas, todas con la misma postdata: *PD: Te Amo*. Obsesionada con las misivas y su contenido, la madre de la joven y sus mejores amigas comienzan a pensar que se está aferrando demasiado a un pasado que nunca volverá.

4. VOTOS DE AMOR

Paige Collins y Leo son una joven pareja que viven locamente enamorados el uno del otro. Un accidente de tráfico pone a Paige en estado de coma, mientras que Leo sale ileso, ahora Paige no recuerda nada de su esposo, por lo que Leo tendrá que trabajar para ganar su corazón de nuevo.

5.- LA CASA DEL LAGO

Amor es espera y sobre todo paciencia pero, ¿Cómo esperar a alguien que jamás has visto?, de las películas de amor que tiene el tiempo como aliado *La casa del lago* muestra que el amor puede vencerlo todo incluso el tiempo.



DEPORTES EXTREMOS

en el estado

El Estado de México, a través de su amplia gama de atracciones turísticas, de aventura, naturaleza, cultura y arqueología se ha colocado como el sitio idóneo para la realización de los deportes extremos, tanto es así, que hasta atletas extranjeros nos visitan para practicarlos en territorio mexiquense.

Dichas actividades están llenas de diversión, adrenalina y reto, las cuales se deben realizar siempre guiados por expertos en el ramo, así como seguir al pie de la letra cada una de las indicaciones para la satisfacción total de quien lo practica.

Entre los deportes extremos más comunes que se pueden realizar en el Estado destacan sitios como Valle de Bravo, La Marquesa, El Nevado de Toluca, Malinalco, Ixtapan de la Sal y Teotihuacán, por mencionar algunos, debido a sus condiciones ambientales.

Paracaidismo: Saltar al vacío es una de las experiencias que más se practican dentro de los deportes extremos. Los saltos en tándem consisten en subir a un turbohélice (avión), atarte al monitor con un arnés y dejarte llevar.

Bungee jumping: De los deportes extremos más desafiantes para un principiante, ya que saltan a la nada sólo sujetados de los pies o al tórax con una liga que soporta toneladas de peso, misma que está amarrada a un puente o una plataforma de lanzamiento.



Montañismo o alpinismo: Uno de los más complicados y difíciles de realizar, donde no sólo se utiliza la determinación, sino también la fuerza, destreza y cálculo. Por lo regular se hace en grupos, siempre bajo la supervisión constante de un guía especializado.

Parapente: Aunque proviene del paracaidismo, está considerado aún con mayor riesgo y por lo tanto conlleva peligro, aunque no lo parece desde afuera. Con el parapente se llega a recorrer distancias de más de 100 Km., alcanzando alturas de varios miles de metros.

Motocross: Una de las modalidades más sensacionales del motociclismo, en la que se combina velocidad y destreza para controlar la motocicleta ante las irregularidades del terreno.

Ciclismo de montaña: Se realiza sobre una bicicleta de montaña o BTT (Bicicleta Todo Terreno), aplicada a obstáculos como: huecos, piedras, troncos, ramas, pendientes, arena, lodo, arroyos y tierra.





que facilitaran tu vida

Nos pasa a todos, tenemos la vida desorganizada y no hay nada que pueda contra eso, pero al menos ahora hay formas de facilitarnos algunas tareas gracias a nuestro smartphone o tablet.



1. Evernote:

Para tener mucha de la información a la mano, Evernote es la solución más obvia: se sincroniza con la aplicación en la PC o Mac y permite capturar texto, direcciones de Internet, fotos o vídeos. Todo lo que quieras, a mano. Olvídate de los post-it o del bloc de notas para guardar recordatorios.



2. Google Drive:

Si prefieres tener una serie de documentos en la nube para trabajar con ellos o compartir información, la app de Google Drive no solo permite subir archivos, sino también crear documentos de texto u hojas de cálculo colaborativas para que otros usuarios ayuden a llenarlas.

3. Maths Alarm Clock:



Si te cuesta mucho despertarte, esta app puede servirte, pues hace de apagar la alarma un pequeño suplicio: cada vez que quieras hacerlo habrá que resolver algún problema matemático. Está disponible para Android, pero un desarrollador creó una parecida para iOS que tiene buena cara.

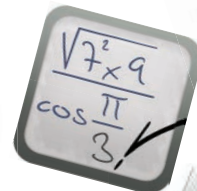


4. Diccionario:

Las aplicaciones del Diccionario de la Real Academia Española de la Lengua para iOS y Android, con lo básico para hacer las tareas y usar las palabras correctas.

5. MyScript Calculator:

Si la anterior app era para los de letras, esta es para los matemáticos: escribes la operación en tu tablet o smartphone y ésta interpreta tu letra y resuelve el problema.



BENITO JUÁREZ GARCÍA

¿Quién fue?

Benito Pablo Juárez García nació el 21 de marzo de 1806, en Oaxaca. Fue un abogado y político mexicano de origen indígena zapoteca que no habló castellano hasta los 13 años y fue presidente de México en varias ocasiones del 18 de diciembre de 1857 al 18 de julio de 1872.

Venció en 1860 a las fuerzas conservadoras, estableciendo así de nuevo su gobierno, además que promulgó el Plan de Ayutla, en donde se pedía la creación de una asamblea constituyente en el marco de una Constitución Federal.

¿Qué logró?

La creación de las "Leyes de Reforma" (reformas liberales), que fueron incluidas en la Constitución de 1857, así como iniciar la restauración de la República, luego que en 1867 venciera al gobierno de Maximiliano.

¿Cómo se le conoce?

Es mejor conocido como el "Benemérito de las Américas", título que se le otorga por su incansable lucha por las libertades del pueblo y la patria.

Frases célebres

"Entre los individuos, como entre las naciones, el respeto al derecho ajeno es la paz" y "Los hombres no son nada, los principios lo son todo."

¿Sabías que

Benito Juárez García, fue el primer presidente republicano indígena del mundo, originario de la etnia zapoteca?



Tú ya eres parte de
nuestra historia....

REVISTA DIGITAL SOY CECyTEM

¡¡¡Ahora queremos leerte!!!

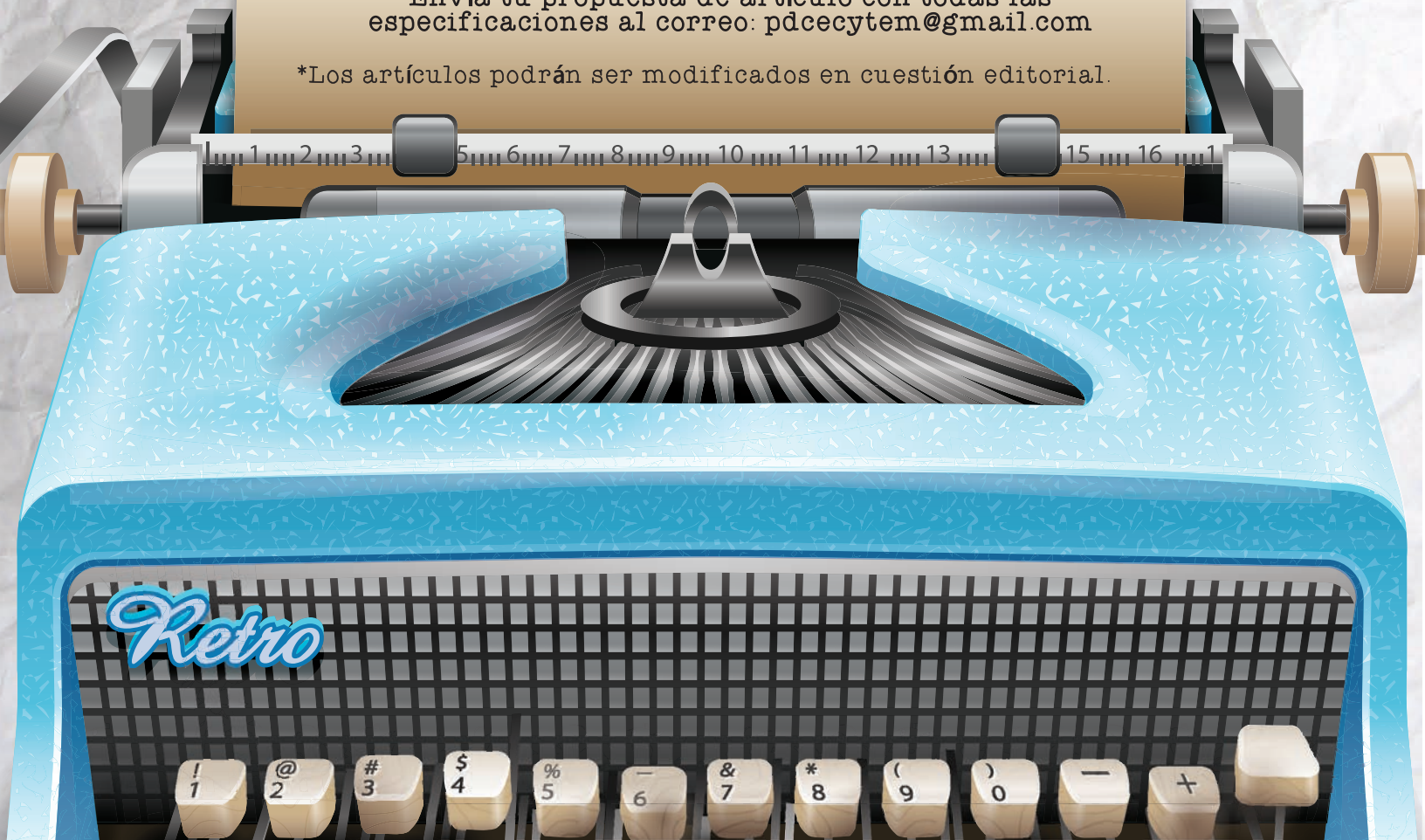
Invitamos a toda la comunidad CECyTEM a participar con nosotros con un artículo interesante que puedan compartir.

Bases:

- Extensión mínima una cuartilla y máxima cuartilla y media.
- Debe ser un tema interesante nunca antes publicado en cualquier medio interno o externo al CECyTEM.
- Podrán participar con un sólo artículo: alumnos, egresados, maestros, personal administrativo y directivos.
- El artículo deberá ir firmado con nombre completo, plantel, carrera y semestre a cursar en caso de alumnos, para egresados, nombre completo, carrera y plantel al que pertenecían; nombre completo, profesión y plantel, en caso de maestros, personal administrativos y directivos.
- El artículo será sometido a consejo para su aprobación y publicación dentro de la Revista Soy CECyTEM.

Envía tu propuesta de artículo con todas las especificaciones al correo: pdcecytem@gmail.com

*Los artículos podrán ser modificados en cuestión editorial.





GOBIERNO DEL
ESTADO DE MÉXICO



GENTE QUE TRABAJA Y LOGRA
enGRANDE



Mexiquenses
mejor preparados

www.edomex.gob.mx/educacion
www.edomexico.gob.mx/cecytem