



Agenda familiar de fin de semana



CUIDA TU SALUD

- **Vacaciones en casa, ¡ideas para no aburrirse!**

Pasar la temporada vacacional en la ciudad donde vives no es sinónimo de aburrimiento, al contrario, puede ser la oportunidad para conocer a detalle los alrededores, descubrir nuevos lugares y, sobre todo, convivir con familia y amigos.

Museos y centros culturales

Probablemente tus fines de semana los dediques a descansar en el hogar, tras arduas rutinas de trabajo o escuela, sin embargo, en estas vacaciones puedes darte el lujo de visitar lugares que la ciudad tiene para ti, como centros recreativos y culturales, museos, exposiciones, restaurantes y mucho más.

Según la Secretaría de Turismo, existen en la Ciudad de México 169 museos, 42 galerías de arte, al menos, y cerca de 240 centros culturales, así que nada de pretextos, hay para todos los gustos y a precios accesibles.

La gran mayoría de estos espacios cuenta con zonas para fomentar la convivencia con familia y amigos, ofreciendo servicios de cafetería, talleres de manualidades y destrezas, exhibición de películas no convencionales, obras teatrales e incluso, áreas verdes.

Normalmente sus horarios son de 10:00 a 17:00 horas de martes a domingo (día en que generalmente son gratuitos); algunos también abren sus puertas los lunes y otros más tienen horarios vespertinos, es importante revisar la cartelera en periódicos o Internet.

Recorrer estos inmuebles a paso lento ayuda al relajamiento y evita el estrés, a la vez que ayuda a adquirir nuevos conocimientos con los que se ejercitan mente, memoria y relaciones humanas, ya que lo aprendido puede ser tema de conversación con los seres cercanos.

Bibliotecas

Los centros de lectura son otro buen lugar para visitar en vacaciones, ya que nos permiten acercarnos a un sin fin de mundos a través de la literatura. También representan una oportunidad para profundizar en aquellos temas que despiertan nuestro interés, pero que no conocemos a fondo.

Todos estos temas ofrecen la oportunidad de ejercitar las capacidades de investigación y análisis, así como facilitar la comunicación al contar con una opinión sólida acerca de distintos temas de interés general.

Centros deportivos, recreativos y cursos de verano

En vacaciones también es muy buen momento para dedicarse a algún deporte que ejercite cuerpo y mente. Siempre hay opciones que se ajustan a las necesidades de tiempo y gusto de cada individuo. Los beneficios de la actividad deportiva son:

- Ayuda a combatir estrés, ansiedad y depresión.
- Favorece la convivencia entre amigos y familiares, además de brindar la oportunidad de socializar con más gente.
- Auxilia en el control de peso, ya que contribuye a quemar calorías.
- Mejora la autoestima e imagen.
- Contribuye a la circulación de oxígeno en la sangre.

Puedes practicarlo en familia o con amigos dando paseos en bicicleta, ya que además de ser muy agradable y divertido favorece la convivencia y hace más fuertes los lazos afectivos.

Por otra parte, diversas instituciones ofrecen cursos de verano para niños, jóvenes y, en general, para personas de todas las edades que deseen adquirir nuevos conocimientos.

Además, numerosos centros disponen de atractivos programas para quienes se quedan en casa, que incluyen obras de teatro, conciertos, funciones de danza y cine, cursos, talleres, áreas para hacer deporte o simplemente adquirir diversas destrezas.

Jamás falta uno de estos espacios cerca de nosotros, y nunca es tarde para aprender algo nuevo, basta acudir a solicitar informes para saber qué ofrecen y cuándo nos gustaría empezar.

En casa y en la calle

Las vacaciones son el tiempo perfecto para divertirnos y pasar momentos agradables, no necesariamente fuera de casa. ¿Cómo? Aquí, algunas recomendaciones de lo que puedes hacer:

- Realizar esa limpieza que vamos postergando debido a las rutinas diarias, lo cual puede resultar en una estancia más cálida y acogedora, además de brindarnos tranquilidad emocional.
- Empezar caminatas por las calles, lo cual ayuda a despejar la mente y relajar el cuerpo. En estos momentos se abre también la posibilidad de visitar a viejas amistades y familiares que hace tiempo no vemos, o sacar a pasear a nuestras mascotas.
- Acudir al cine, al teatro o a algún restaurante y degustar sol@ o acompañad@.
- Muy cerca del hogar podemos disfrutar de diferentes actividades y enriquecernos de la cultura, arte, tradiciones, gastronomía, ciencia, tecnología, en fin, de todo aquello que no conocemos o que no hemos probado, incluso fuera de lo convencional.

Aprovecha cada momento de esta temporada vacacional para "refrescar" la mente y recuperar la energía perdida por la rutina en la escuela o el trabajo.

Descansar no implica únicamente estar acostados en casa o no hacer nada, sino salir de la rutina, regalarnos tiempo a nosotros mismos, darnos la oportunidad de adquirir nuevos conocimientos, convivir con seres queridos y visitar aquellos sitios que están a nuestro alrededor. (saludymedicinas.com.mx)

- **Identifique los factores que provocan fragilidad financiera.**

La fragilidad financiera es un parámetro que tiene estándares distintos según la región de la que hablemos, pero en términos generales, se trata de todos aquellos riesgos que pueden desestabilizar nuestra situación patrimonial, como un imprevisto médico o un accidente automovilístico.

Según un estudio del *Global Financial Literacy Excellence Center (GFLEC)*, realizado por *The George Washington University*, la fragilidad financiera se traduce en términos de qué tanta liquidez puede tener una persona (es decir, si puede disponer de manera rápida de efectivo para solventar un imprevisto sin endeudarse, por ejemplo).

Por ejemplo, en el caso de Estados Unidos, el centro considera que la situación de una persona es vulnerable cuando no puede reunir de manera inmediata un gasto de 400 dólares (alrededor de 8,000 pesos) para hacer frente a emergencias, o cuando se ve imposibilitado de reunir 2,000 dólares en 30 días (aproximadamente 40,000 pesos).

En aquél país, 36% de la población se vería en problemas en ambos escenarios.

En México, los gurús de las finanzas personales usualmente refieren que una persona debería contar con un ahorro de al menos tres meses de sus gastos corrientes para hacer frente a imprevistos.

¿Qué lo provoca?

Según el estudio, hay causas que inciden de manera directa en la estabilidad patrimonial de una persona, mientras que otros factores como la situación familiar o laboral pueden tener distintos tipos de efectos.

En lo que se refiere a las causas más directas, el estudio divide estos factores en dos segmentos: la carencia de activos y las deudas.

En el primer caso, el estudio refiere que “los hogares financieramente tienden a carecer de activos que, en el caso de las familias más estables, ya se dan por sentado”.

Este tipo de activos van desde una casa (por su plusvalía y debido a que no se está sujeto a los precios de alquiler del mercado); contar con productos financieros (para tener un historial crediticio y acceder a financiamientos con buenas condiciones) y contar con una cuenta de ahorro para el retiro (para que el efecto inflacionario no consuma el poder adquisitivo de una pensión, si es que ya se está reuniendo).

Asimismo, el estudio hace énfasis en la importancia de contar con un seguro para evitar fuertes costos de reparación ante imprevistos relacionados con el hogar, automóvil o salud; y las tarjetas de crédito, que son un producto de financiamiento de corto plazo que podrían sacar de un fuerte apuro siempre que se usen responsablemente.

Por otra parte, el rubro de las deudas es particularmente preocupante en todas sus modalidades; mientras que los montos morosos de una tarjeta de crédito nos dejan un margen muy limitado de financiamiento (y una mancha en nuestro historial crediticio), otras deudas como las médicas y estudiantiles también pueden incidir en la capacidad adquisitiva de una persona.

Finalmente, otros rubros como el nivel educativo, estado civil, situación laboral, tener hijos e incluso la etnicidad (los hispanos son la segunda minoría más vulnerable sólo por detrás de los afroamericanos) son factores que parecen incidir en la estabilidad patrimonial.

Los efectos de la fragilidad financiera se traducen en cuatro prácticas que son potencialmente dañinas: trabajar más para tener mayores ingresos; usar medios alternativos de financiamiento (empeños, préstamos rápidos); pedir prestado a amigos y familiares, e incluso vender algunos activos en efectivo.

Estas prácticas tienen efectos negativos a corto y largo plazo, que van desde cuestiones de bienestar físico y mental; caer en más deudas por no solucionar el problema de raíz, y reducir e incluso extinguir su patrimonio para pagar adeudos, entre otros.

Educación financiera, la respuesta

Los datos del estudio refieren, de manera muy clara, que la educación financiera reduce significativamente la probabilidad de que las personas caigan en una situación de fragilidad financiera.

De las personas que no cuentan con conocimientos financieros básicos, 42% se encuentra calificada como financieramente frágil, contrario a 22% de quienes si tienen una cultura financiera.

Esta tendencia se mantiene en todas las edades y niveles educativos, lo que significa que no importa si una persona es joven o vieja, o tiene la secundaria concluida o un doctorado, una educación financiera implica una menor vulnerabilidad.

Asimismo, quienes cuentan con cultura financiera tienen mayores probabilidades de planificar su jubilación, e incluso tiene un gran efecto en aquellas personas con bajos niveles educativos, ya que (en el caso de Estados Unidos) reduce la probabilidad de caer en una situación de fragilidad financiera hasta en siete puntos porcentuales. (eleconomista.com.mx)



- **Netflix presenta la función de ‘descargas inteligentes’.**

La plataforma de *streaming* Netflix detectó una necesidad entre sus usuarios: lograr que el proceso para descargar el contenido y verlo de manera offline fuera más sencillo que los pasos que ya realizaban.

Anteriormente, un usuario tenía que seleccionar manualmente la serie que quería descargar para ver fuera de línea. De igual forma, también tenía que borrarla una vez que había consumido este contenido.

“Sabemos lo molesto que puede ser pasar por todas tus aplicaciones y eliminar archivos que ya no necesitas. También entendemos que cuando se trata de Netflix, cuanto más rápido puedas ver el siguiente episodio, mejor. Ya sea que se trate de una descarga inteligente o de una vista previa móvil, nos damos cuenta de que la mejor parte de Netflix es conectar con las historias que te encantan de una manera más fácil y divertida”, dijo Cameron Johnson, director de innovación de producto para la plataforma en un post en su blog oficial.

La función de descarga inteligente o autodescargas funcionará cuando el usuario esté conectado a una red Wi-Fi. De acuerdo con información de Netflix, la forma en que funcionará es que “si descargaste uno o más episodios de una serie, la función de autodescargas eliminará el episodio que acabas de terminar y descargará automáticamente el siguiente episodio”.

Los usuarios también tendrán la posibilidad de frenar estas autodescargas al deshabilitar la función desde la sección descargas o desde los ajustes de la aplicación.

Esta nueva modalidad de descarga está disponible inicialmente en la más reciente actualización de la app para tabletas y teléfonos Android. Aún no se conoce cuándo ocurrirá en los dispositivos iOS. (expansion.mx)



AGENDA CULTURAL

- **India y Aguascalientes llevan lo mejor de su cultura al Cervantino.**

Con India y Aguascalientes como país y estado invitados, la edición de este año del Festival Internacional Cervantino se realizará del 10 al 28 de octubre en la ciudad de Guanajuato.

En la presentación que tuvo lugar este martes en el Palacio de Bellas Artes, se anunció que durante 19 días tendrán lugar 327 funciones de 195 espectáculos de diversa índole como teatro, danza, música, espectáculos de calle, exposiciones y actividades académicas bajo el eje de este año: El futuro es hoy.

Para esta edición del Cervantino, participarán compañías artísticas de 35 países, como Alemania, Argentina, Israel, Reino Unido, Colombia y Canadá., Mónaco, Japón, Taiwán, Serbia y República del Congo.

La inauguración del festival correrá a cargo de India como país invitado, el cual presentará Un pasaje a Hollywood, una presentación de danza a cargo de la compañía *The Danceworx*; a lo largo de éste, India también presentará dos muestras fotográficas, El hechizo de la India y El hogar y el mundo. Fotografías de la India, a cargo de Yolanda Andrade y Norma Patiño respectivamente. (elfinanciero.com.mx)



ESTRENOS PARA IR AL CINE

	Sinopsis	Generales
Hotel Transylvania 3: Monstruos de Hotel Transylvania 3: Summer Vacation (Estados Unidos)	La familia de los monstruos se embarca en un crucero de lujo para que por fin Drac pueda tomarse un descanso de proveer de vacaciones al resto en el hotel. Es una navegación tranquila para la pandilla de Drac, ya que los monstruos se entregan a toda la diversión a bordo que ofrece el crucero, desde el voleibol de monstruos y las excursiones exóticas, a ponerse al día con sus bronceados de luna. Pero las vacaciones de ensueño se convierten en una pesadilla cuando Mavis se da cuenta de que Drac se ha enamorado de la misteriosa capitana de la nave, Ericka, quien esconde un peligroso secreto que podría destruir a todos los monstruos.	A 91 min Animación

<p>Rascacielos: Rescate en las alturas <i>Skyscraper</i></p>	<p>Will Ford, antiguo líder del Equipo de Rescate de Rehenes del FBI y veterano de guerra del ejército de Estados Unidos, ahora se encarga de evaluar la seguridad de los rascacielos. Durante un viaje de trabajo en China, se ve incriminado en el incendio del edificio más alto y seguro del mundo. Perseguido y a la fuga, Will deberá encontrar a los que le han tendido la trampa, limpiar su nombre y rescatar a su familia.</p>	<p>B 105 min Acción</p>
<p>Pesadillas en el infierno <i>Incident in a Ghostland (Canadá)</i></p>	<p>Colleen y sus dos hijas, Beth y Vera, heredan la casa de su tía recién fallecida. Sin embargo, durante la primera noche en su nuevo hogar, unos psicópatas entran en la casa haciendo que la madre llegara al extremo por salvar las vidas de sus hijas. Dieciséis años después, Beth se ha convertido en una famosa autora de terror que tiene una vida perfecta. Por su parte Vera ahora es una mujer que no sabe arreglárselas sola y tiene una continua sensación de paranoia. Madre e hijas volverán a reunirse en el hogar familiar y una serie de extraños sucesos comenzarán a producirse.</p>	<p>B15 91 min. Terror</p>
<p>Una peculiar familia <i>Cigarettes et chocolat chaud (Francia)</i></p>	<p>Denis Patar es un padre cariñoso, pero con exceso de trabajo, que lucha solo por sacar adelante a sus hijas, Janis de 13 años y Mercredi de 9 años. Una noche olvida recoger a una de ellas en la escuela y una trabajadora social se da la tarea de investigar el funcionamiento de la familia Patar. Denis se ve obligado a tomar un "curso de paternidad" para evitar perder la custodia de sus hijas. Un entrañable retrato de una familia poco común.</p>	<p>A 100 min comedia</p>

Fuente: Cinemex



RECOMENDACIONES

Evento	Lugar y Fecha
--------	---------------

Feria de las Flores en San Ángel	8 Sedes (Museo de El Carmen, la Plaza de San Jacinto, el Parque de la Bombilla, el Museo Casa-Estudio Diego Rivera y Frida Kahlo, la Casa de Cultura Jaime Sabines, el Museo Casa del Risco, el Centro Cultural San Ángel y la Plaza Tenanitla.) Del 12 al 29 de julio Entrada libre
---	--

Las calles de este barrio mágico en CDMX tienen un encanto peculiar y la Feria de las Flores en San Ángel 2018 es muestra de ello. Un agasajo de tradiciones con 161 años de historia es, sin duda, la Feria de las Flores en San Ángel. Desde que inicias la travesía en el Parque La Bombilla, el aroma dulce y particular de rosas, jazmines, gardenia y jacintos te envuelve.

El desfile de carros alegóricos con el que abre la Feria de las Flores en San Ángel también es de los eventos más concurridos, además la coronación de la Reina de las Flores –que es cosa aparte– y, por supuesto, los bailongos en la plaza principal del barrio, que no pueden faltar.

Tradicionalmente la venta-exposición de arreglos florales, las muestras gastronómicas, teatrales y de danza regional, y la serenata a la Virgen del Carmen complementan la festividad.

Entre los eventos imperdibles te recomendamos las callejoneadas por la plaza San Jacinto y las tradicionales verbenas frente a los balcones decorados, de los que estos son nuestros favoritos: “Hospital de Orquídeas”, “Balcones Floridos en San Ángel”, “Procesión de la Virgen del Carmen” y “Desfile de rebozos”.

La Feria de las Flores San Ángel 2018 tendrá 8 sedes diferentes, entre las que se encuentran Plaza San Jacinto, Museo Casa del Risco y el Museo Casa-Estudio de Frida Kahlo y Diego Rivera. (Chilango.com)

Konrad, el niño que salió de una lata de conservas	Teatro El Galeón (Centro Cultural del Bosque, Campo Marte s/n) Sábados y domingo de Julio 12:30 horas Entrada general \$80 pesos
---	---

Imagina que sin previo aviso te llega por paquetería una gran lata de conservas, dentro de ella va un niño de carne y hueso al que de ahora en adelante debes cuidar porque no hay devoluciones. Pues a esto se enfrenta Berti Bartolotti con la llegada de su recién desempacutado hijo de siete años, Konrad. Lo anterior sucede en Konrad, el niño que salió de una lata de conservas, una obra para niños que toca temas como la diversidad, la infancia y los roles impuestos por la sociedad.

La señorita Bartolotti, tejedora y adicta a las compras en línea, cuidará a su nuevo hijo junto a su exnovio, Egon. Konrad fue programado para ser perfecto, pero después de convivir con sus padres y su nueva amiga Kitti se enfrentará a una lucha interna por descubrir quién es y cómo debe ser según la sociedad. Esta obra de teatro es la adaptación del libro homónimo de Cristine Nöstingler, escritora alemana de literatura infantil.

La puesta en escena contiene muchas metáforas por lo que las reflexiones del público al final de la obra serán variadas, de acuerdo a la directora Andrea Salmerón Sanguines. Porque a pesar de tratar distintos temas, la producción no pretende imponer una moraleja, sino mostrar de una manera entretenida, tanto a niños como a papás, la diversidad de situaciones en el contexto familiar y así, abrir paso a su inclusión.

La escenografía es colorida, hay muchos telares que dan cuenta del oficio de Berti Bartolotti y un armario de madera repleto de sus compras de internet. Además de los actores, la obra cuenta con dos narradores que ponen ritmo a la historia tocando un acordeón en vivo. Ambos intercalan su participación con animaciones mostradas en una gran pantalla, las cuales muestran la vida fuera del departamento Bartolotti.

Diviértete en familia con la aventura de Konrad que se presenta todos los sábados y domingos en el Centro Cultural del Bosque.

<p>Sábados de arte y letras</p>	<p>Centro Cultural Elena Garro (Fernández Leal 43, Del Carmen) Sábados de julio 12:00 horas Entrada libre</p>
<p>Ciencia, naturaleza, diseño y moda. El Centro Cultural Elena Garro sabe cómo tener a los niños entretenidos semana a semana. Y este mes no es la excepción. Como parte de sus actividades mensuales, el CCEG se llenará de imaginación y creatividad en el taller “Sábados de arte y letras”.</p> <p>La diversión comienza el sábado 7 de julio con el taller ¡Eureka! Esto flota. A través de algunos experimentos, los niños responderán un gran misterio de la ciencia ¿por qué flotan las cosas? Para ello recurrirán a un montón de agua, varios juegos extraños y los más sofisticados equipos tecnológicos, como lo son una tina de lámina y plastilina.</p> <p>El sábado 14 es el turno de Collage de naturaleza, una actividad en la que tus niños reinterpretarán formas naturales para lograr obras de arte de la mano de Nuria Santiago.</p> <p>El 21 de julio, los niños conocerán la obra de grandes diseñadores como Goeritz, Rojo, Wyman, Ramirez Vázquez, Colle, Quesada y decorarán una playera con los diseños creados por ellos en Iconografía de un movimiento: México 68.</p> <p>Por último, el sábado 24 estará dedicado a la moda de los años sesenta. En esta sesión los niños vestirán a su propio muñeco de trapo bajo la guía de la artista visual Audry Grostieta.</p> <p>Todos los talleres están dirigidos a niños de 5 a 12 años, tienen entrada libre y cupo limitado, por lo que sugerimos arribar con media hora de anticipación, pues habrá una lista de registro. (timeoutmexico.mx)</p>	

<p>Vacaciones de Verano Xochitla</p>	<p>Xochitla Parque Ecológico (Carretera Circunvalación s/n, Tepetzotlán) Del sábado 14 de julio al domingo 19 de agosto De 9:00 a 17:00 horas Entrada general: niños \$65 pesos (hasta 10 años), jóvenes y adultos \$85 pesos</p>
<p>Estas vacaciones de verano ven a Xochitla y disfruta de la naturaleza, el sol, el agua y los montones de diversión que tenemos preparados para ti y tu familia. Muy cerca de casa, encontrarás todo lo que necesitas para pasar un día fantástico e inolvidable. Como nuevas atracciones de temporada te estarán esperando un espacio con 1 mil 500 cubos de construcción para que los peques armen cualquier cosa imaginable y, por otra parte, una gran alberca con más de 150 mil pelotas de colores, resbaladilla y brincolín para sumergirte en la alegría total.</p> <p>Todos los días, acompaña a nuestro grupo de animadores y empápate de emoción en el resbalín y durante agosto, también el circuito acua-xtremo. Además, los sábados y domingos de julio realizarán juegos mojados.</p> <p>También disfruta de todas nuestras atracciones abiertas: lanchitas, acuaesferas, golfito, laberinto, juegos y zona infantil, bicis y cuadríciclos, inflables, megaburbujas, <i>eurobungy</i>, <i>soccer bumpers</i>, <i>rope adventure</i>, <i>domo digital</i>, <i>kids adventure</i> y recorridos en tren.</p> <p>¡Visítanos este verano y dile adiós al calor con chorros de adrenalina y montones de diversión!</p> <p>Toda el agua empleada en la operación de nuestros juegos y atracciones es reutilizada para el riego de nuestras áreas verdes y jardines. Para las actividades con agua recomendamos traer traje de baño o muda de ropa. (xochitla.org.mx)</p>	

Parque Inspark	Plaza Carso, 1er nivel (Lago Zurich, esq. Cervantes Saavedra, Polanco) Mar. y jue., 16:30 y 18:45; vie., 15:15, 17:00 y 18:45; sáb., 13:45, 15:30, 17:15 y 19:00; dom., 13:15, 15:00, 16:45 y 18:30 horas Entrada general martes a jueves \$199 pesos; viernes a domingo \$249 pesos
----------------	--

El nuevo Parque Inspark te lleva a vivir aventuras llenas de adrenalina por medio de la tecnología ¿Te imaginar sentir que vas en caída libre, sin estar cayendo realmente? o explorar la cima de una montaña, sentir el frío y la adrenalina, ¿sin poner en riesgo tu vida? Ahora eso y más es posible en el nuevo Parque Inspark, donde gracias a la tecnología podrás explorar el universo, una cancha de futbol o subir a una montaña rusa de forma virtual. Algunos lo llaman una experiencia que revolucionará tus sentidos o el parque del futuro, porque mediante el uso de la tecnología VR, el arte digital y el entretenimiento ofrecen atracciones que te llevan a remar a los ríos más rápidos, o a sentir que vuelas mientras estás colgado de un arnés, pero tus ojos y tu mente navegan en un mundo virtual. (dondeir.com)

Yahualli Teatro, máscaras y música en vivo	Foro Contiguo América (Arizona 156, col. Nápoles) Domingos de julio 13:00 horas Entrada general \$150 pesos
--	--

Yahualli es la aventura de una joven llamada Emilia, quien en medio de un mundo de guerra y caos, decide salvar a un bebé –que ha sido abandonado a su suerte- para adoptarlo y criarlo como su propio hijo. Yahualli es una historia de amor maternal que servirá como metáfora para reflexionar sobre el amor, el cuidado y el arraigo a la tierra en donde se hace la propia vida. Yahualli es una puesta en escena para toda la familia, en la que el juego teatral de la máscara, la música en vivo, la danza y el humor serán encuentro, disfrute y fiesta escénica. (cartelera.cdmx.gob.com)

18 años transitando el arte, contagiando emociones	FARO de Oriente (Clz. Ignacio Zaragoza s/n, col. Fuentes de Zaragoza, Iztapalapa) Sábados de julio A partir de las 11:00 horas Entrada libre, cupo limitado
---	--

Concierto infantil, belleza acartonada, x-plicit people vol. Iii, la casa de los deseos, interior-external. Sala táctil de las colecciones de la shcp, bailongo tropical, ganadoras del ariel, concierto del coro de faro de oriente y el ensamble comunitario del centro histórico, concierto de rock urbano, concierto de armónicas bluseras (cartelera.cdmx.gob.mx)

Festival Ollin Kan	Multiforo Ollin Kan (San Fernando esq. Benito Juárez, col. Centro de Tlalpan) Del 11 al 15 de julio Entrada libre Programación www.festivalollinkan.com
---------------------------	--

Ollin Kan, lugar del movimiento, es un festival propositivo que nos lleva a observar la otra mirada, la mirada que se nutre del lado izquierdo del cerebro, del sentido más profundo de la condición humana. Es un encuentro de las culturas primigenias, milenarias, de sus lenguas que evocan la poesía de los inicios de la humanidad y su relación con el cosmos. (festivalollinkan.com)

<p>Fan Fest de Rusia 2018</p>	<p>Zócalo CdMx (Centro Histórico) Hasta el 15 de julio De 10:00 a 18:00 horas Entrada libre</p>
-------------------------------	---

Podrán ver en pantalla grande los partidos del Mundial, echarse una cascarita en las canchas, conocer el museo del futbol con balones gigantes, intercambiar estampas, y comer todo lo que puedan. Pues por primera vez los *food trucks* llegaron al Zócalo para unirse a la celebración del *Fan Fest* de Rusia 2018, durante todo un mes, con actividades gratis. (dondeir.com)

<p>Futura CDMX Centro Interactivo</p>	<p>Futura CDMX Centro Interactivo (José Mariano Jiménez 13, Colonia Centro) Hasta el 31 de Julio Lunes no hay actividades. Martes, miércoles y jueves 10:00 - 14:00 hrs Viernes, sábado y domingo 10:00 - 16:00 hrs. Accesos cada hora en punto, no se permite el acceso una vez iniciada la proyección. Entrada general \$110 pesos; nacionales \$60 pesos; Domingos y días festivo \$30 pesos</p>
---------------------------------------	--

Un espacio de conocimiento que mediante tecnología de punta nos acerca la comprensión del proceso histórico, desarrollo y funcionamiento de nuestra capital mexicana.
Exhibe la Gran Maqueta de la Ciudad de México, sobre la que cada hora se proyecta un audiovisual elaborado con la técnica de *videomapping*, que narra distintos sucesos históricos de la ciudad, contando con tres títulos:
LATIDO MILENARIO, Nuestra Gran Ciudad de México.
MÉXICO TENOCHTILÁN, Imperio de los lagos.
19S CDMX.
En su Sala Interactiva se presenta un mosaico de información de la ciudad mostrada en nueve instalaciones multimedia, que nos hacen reflexionar sobre el devenir histórico y urbano de esta gran metrópoli.
Además se presenta la obra del artista londinense Stephen Wiltshire quien dibujó la Ciudad de México de memoria sobre un lienzo de más de 4 m. de largo, gracias a su increíble memoria fotográfica.
(cartelera.cdmx.mx.com)

<p>Vaticano: De San Pedro a Francisco. Dos mil años de arte e historia</p>	<p>Antiguo Colegio de San Ildelfonso (Justo Sierra 16, Centro Histórico) Hasta el 28 de octubre Entrada libre previo registro en www.desanpedroafrancisco.com</p>
---	--

Exposición que transita por dos mil años de historia del cristianismo, ligada a las civilizaciones y a las culturas del mundo, a través de obras artísticas y objetos litúrgicos que, si bien fueron materiales simbólicos y producto del espíritu de la fe, en la actualidad alcanzan una relevancia suprema y atemporal que los convierten en patrimonio de la humanidad. (cartelera.cdmx.gob.mx)

Vive en Mundial en Xochitla	Xochitla Parque Ecológico (Carretera Circunvalación s/n, Tepetzotlán) Junio y Julio De 9:00 a 17:00 horas Entrada general: niños \$65 pesos; adultos \$85 pesos
-----------------------------	--

Con la emoción que despierta la justa futbolera más importante del mundo, en Xochitla además de transmitir todos los partidos en nuestro restaurante El Silo y en el auditorio del parque, nos hemos preparado con divertidas y sensacionales actividades para que chicos y grandes continúen disfrutando el entusiasmo de este evento singular. Los fines de semana, ven a vibrar de emoción con los partidos y luego quédate a disfrutar de nuestro ambiente futbolero. Tendremos retas futboleras, torneos de futbolito, concursos de dominadas y otras actividades en las que podrás ganar jerseys oficiales de la selección mexicana, balones del Mundial Rusia 2018, admisiones al parque, cuponeras para el uso de atracciones y más (xochitla.org.com)

Exposición Lego Playtime de Verano 2018	Papalote Museo del Niño (2da sección de Chapultepec) Hasta del 19 de agosto Entrada general al museo \$199 pesos
---	--

Las vacaciones están a la vuelta de la esquina, y con ella llegan dinosaurios, figuras de tamaño real de *Star Wars*, aventuras con los personajes de Ninjago, LEGO Friends, y un *Creative Lab* para los más pequeños (dondeir.com)

Planetario Digital Chimalhuacán	Parque Ecoturístico El Chimalhuache (Chimalhuacán, edo. de México) De martes a domingo De 10:00 a 17:30 horas Entrada general \$10 pesos
---------------------------------	---

La principal atracción del Planetario es el domo de inmersión digital, considerado como uno de los mejores equipados a nivel nacional con tecnología 4k, audio envolvente 3D, butacas reclinables y una capacidad para 220 personas. Además del domo, el sitio cuenta con siete salas para exposiciones permanentes y temporales. En una primera etapa, el inmueble alberga Casa de la Tierra, que consta de una esfera de dos metros de diámetro y cuatro proyectores. Áreas Naturales Protegidas, que contiene ocho infogramas con temáticas alusivas a la preservación de las especies y áreas protegidas. Probadita de Ciencia, consiste en diez mesas interactivas con temas como óptica, estática, dinámica y fases de la luna y Nebulosas, con 40 imágenes basadas en un concurso de astrofotografía. (chimalhuacan.gob.mx)

La fábrica de cine: Estudios Churubusco 1945-2017	Estudios Churubusco (Atletas 2, Country club) Hasta el 2 de septiembre Martes a domingo De 10:00 a 18:00 horas Entrada libre
---	--

Por primera vez los estudios Churubusco, el complejo de producción y postproducción más grande de Latinoamérica, abre sus puertas para que disfrutes de un recorrido lúdico e interactivo por los espacios donde se ha filmado lo mejor del cine mexicano. Verás la motocicleta de Pedro Infante del filme *A toda máquina* (1951), el escarabajo de Cronos (1993) de Guillermo del Toro y el coche que conducía Gael García durante el épico choque de Amores perros (2000).

La exposición que terminaría en abril, extendió sus fechas hasta el 2 de septiembre en el Edificio Luis Buñuel de los estudios. Son tres los espacios que puedes recorrer, el primero muestra en orden cronológico más de siete décadas de películas producidas en sus diversas etapas de producción. La segunda sección está dedicada al trabajo de hombres y mujeres dedicados a esta industria, se encuentran maquetas, fotos, vestuario y equipo técnico. La última parte incluye dos sets cinematográficos; uno representa una hacienda típica del cine nacionalista y en el otro hay un *green screen* que permite la superposición digital de imágenes y planos para crear efectos. (timeoutmexico.mx)

Parque Temático Mini Mundos

Parque Temático Mini Mundos

(Huertas 171, en Tequexquinahuac, Tlalnepantla)

Martes a domingo

De 9:00 a 18:00 horas

Entrada libre

Mini Mundos ahí están, con sus 38 monumentos en chiquito. Los más ensalzados son los del propio Estado de México: el Acueducto del Padre Tembleque, las Torres Bicentenario de Toluca, las Torres de Satélite, el Centro Ceremonial Otomí de Temoaya y el Cosmovitral. Ah, y el teleférico de Ecatepec, en el que además ¡te puedes subir! También está cotorrón ver las maravillas chilangas en miniatura, como el Palacio de Bellas Artes, el Ángel de la Independencia, el edificio de Rectoría de la UNAM o la Basílica de Guadalupe.

Luego empieza el viaje por el mundo. Acá tienes la posibilidad de ver la Estatua de la Libertad sin tomar el barquito lleno de turistas, hacerle jetas a la Casa Blanca, tomarte la foto vaciladora empujando la Torre de Pisa, jugar a las escondidillas en los Guerreros de Terracota, declararle tu amor a alguien al pie de la Torrecita Eiffel o encontrar las 10 diferencias entre esta versión cucha de las ruinas de Petra y la fachada del desaparecido Bar Bar. Santa Sofía, el Taj Mahal, el Coliseo romano, el Cristo de Corcovado, la Ópera de Sydney y la Basílica de San Pedro están solo a unos cuantos pasos de separación, ¡qué viaje! (chilango.com)

Tour por el interior del Estadio Azteca

Estadio Azteca

(Calz. de Tlalpan 3465, Sta. Úrsula Coapa)

Lunes a viernes de 10:00 a 17:00 horas

Sábados y domingos de 10:00 a 14:00 horas

Entrada general: niños \$80 pesos; adultos \$120 pesos.

Informes (55)54873215 / (55)72586570

Estos tours son recorridos guiados donde conocerás la historia del estadio, su trascendencia, datos importantes y zonas exclusivas, como vestidores, cancha, sala de prensa, túnel maratón y placas conmemorativas. (dondeir.com)

Parque infantil La hormiga

Bosque de Chapultepec

(Primer Sección del Bosque de Chapultepec)

Martes a domingo de 8:00 a 18:00 horas

Entrada libre.

Luego de mucho tiempo de no dar servicio, el Parque infantil La Hormiga vuelve a abrir sus puertas pero con instalaciones mejoradas para que los pequeños jueguen libremente en este espacio dedicado a ellos. Ahora sí, tenemos una opción más para disfrutar de la familia el fin de semana y totalmente gratis.

Los 40 mil metros cuadrados con los que cuenta esta área permiten a los niños correr y saltar junto con otros niños. Lo que distingue a este parque de otros son las denominadas "hormigas", estructuras de color rojo, de más de dos metros, que están hechas para trepar. Después de haber conquistado la cima de cada hormiga, la diversión continúa en una tirolesa diseñada para niños mayores de cinco años; para hacer uso de ella es necesaria la supervisión de un adulto y tomar las medidas de seguridad que se recomiendan al inicio.

El parque tiene varias bancas de las que puedes disponer, ya sea para descansar y desde allí cuidar a los chiquitos mientras juegan, igualmente se presta para que lleves tus propios alimentos y organizar una comida familiar.

El fin de este parque es que las familias tengan otra opción de espacio al aire libre y también disfruten de las actividades que se programan a lo largo del año, mismas que puedes consultar en la página web del Bosque de Chapultepec.

Parque La Mexicana	Parque La Mexicana (Lomas de Santa Fe, Santa Fe) Lunes a domingo de 5:00 a las 22:00 horas Entrada libre
--------------------	--

Entre el horizonte de edificios, las camisas ejecutivas y los automóviles formados como hormiguitas, destaca un nuevo elemento en la concurrida zona de Santa Fe: el Parque La Mexicana. Este denominado nuevo pulmón de la CDMX destaca por sus dimensiones y amenidades, un proyecto que es tres veces el tamaño de la Alameda Central y ocupa 30 hectáreas en áreas verdes. Para usos recreativos y deportivos están la ciclopista de 4.3 kilómetros y la trotapista con 3.5 kilómetros. Durante el día se puede apreciar la extensión de los árboles plantados específicamente para este sitio, desde sauces, pinos y encinos hasta ahuehuetes y álamos. La noche da entrada a un espectáculo de luces ciudadinas junto con la iluminación LED del parque alrededor de los andadores.

Las adiciones principales incluyen un *skatepark* con rampas de diferentes tamaños y un *bowl* de concreto para destrezas. Los animales de compañía salieron ganones con el jardín canino, un espacio dividido en dos áreas (para razas grandes y razas pequeñas), bebederos, botes de basura especiales y juegos de obstáculo. Toma en cuenta que cada adulto deberá ingresar con máximo dos mascotas.

Uno de los dos lagos tiene una fuente danzante y salpica los alrededores a nivel piso. El segundo es más profundo y se construyó con la intención de operar bajo la captación de agua gracias a su excavación subterránea.

Mejorar los estándares ecológicos de la metrópoli y fomentar la convivencia familiar son parte de la misión del Parque La Mexicana. Para captar una vista única del lugar, sube al anfiteatro y despégate del barullo ciudadano. (timeoutmexico.mx)

Los mejores miradores de la CDMX	Diversas Sedes Información https://www.timeoutmexico.mx/ciudad-de-mexico/que-hacer/miradores-el-df-desde-las-alturas
----------------------------------	--

Aprecia la belleza de la CDMX desde las alturas, te recomendamos los mejores miradores para ver los edificios y parques que hay en la capital. De sur a norte, te recomendamos los lugares más elevados para apreciar la vista.

Cerro del Tepeyac
Cerro de la estrella
Torre Latinoamericana
Mirador Picacho Ajusco
Monumento a la Revolución Mexicana
Bellini

Para conocer la información de cada sitio visita: <https://www.timeoutmexico.mx/ciudad-de-mexico/que-hacer/miradores-el-df-desde-las-alturas>

Zoológico de Chapultepec	Bosque de Chapultepec I Sección De martes a domingo De 9:00 a 16:30 horas. Entrada libre
--------------------------	--

Es innegable que nuestro planeta atraviesa por un momento histórico en el que hay de dos sopas: o lo cuidamos o lo perdemos. Por esta razón es importante que en el tiempo libre que pasas con tus hijos enseñes a apreciar y valorar el medio ambiente y esto implica conocer la diversidad animal que hay. El zoológico de Chapultepec cuenta con cerca de 250 especies bajo su resguardo (cerca de 1930 animales) distribuidos en cinco áreas según su procedencia. Sin duda, una de las actividades para niños en CDMX gratis en junio 2017 que debemos hacer constantemente. (Dondeir.com)

Parque Bicentenario	Parque Bicentenario (5 de mayo 290, San Lorenzo Tlaltenango) De martes a domingo De 7 a 18:00 horas. Entrada libre
---------------------	---

Sin duda, este parque uno de los *'hot spot'* familiares de nuestra ciudad, pues aquí encontrarás un amplio espacio para disfrutar del clima y hacer una suerte de picnic fuera de lo normal. Encontrarás canchas para jugar basquetbol y futbol, pista para andar en bici, juegos infantiles y más amenidades. Si no lo conoces, es el momento de instaurar una tradición familiar. (dondeir.com)

Huerto Roma Verde	Huerto Roma Verde (Jalapa s/n, col. La Roma) Permanente Mar-vie 10am-2pm, 4-6pm, sáb-dom 10am-2pm
-------------------	---

No hay mejor manera de inspirarse para crear un huerto, que recorriéndolo personalmente. Uno de estos rincones verdes se encuentra inmerso en nuestra urbe, casi como un pequeño tesoro escondido.

Comprometido con el entorno ambiental y social, y a favor del intercambio justo, Huerto Roma Verde además de vender los productos que ahí mismo se cosechan (menta, albahaca, calabaza, betabel, jitomate, lechuga y cilantro, entre otros) y los materiales necesarios para crear tu propio huerto, abre sus puertas para que los curiosos visiten sus instalaciones con el fin de concientizarlos sobre el origen de los alimentos. Los niños disfrutarán del recorrido, podrán jugar en el barco pirata y acercarse a los conejos, gallinas y un buen número de gatos que encuentran refugio en La Casa de los Gatos. (timeoutmexico.mx)

