

imagen

estudiantil

Josafat
**Esta
carrera
la vas
a ganar**

Tecnológico de Monterrey, Campus Monterrey



Si quieres participar

en la publicación o tienes algún evento o información que quieras compartir, escríbenos a:
imagenestudiantil.mty@itesm.mx

La carrera de Psicología celebrará su día con actividades y conferencias este viernes 20 en Sala Mayor de Rectoría. No dejes de asistir a éste y a los demás eventos que se llevarán en el campus durante estas dos semanas.

DIRECTORIO

imagen estudiantil

Publicación periódica gratuita, distribuida durante los periodos de actividades académicas en las instalaciones de nuestra institución en el Campus Monterrey

Dirección de Asuntos Estudiantiles
 Lic. Jorge Lozano Laín

Comité Editorial
 Arq. Karina de la Garza
 Lic. Reynold Lizcano
 Lic. Francisco J. Mendoza
 Lic. Miguel Elías Lases
 Lic. Ma. Cristina Martínez
 Manolo Jiménez
 Adán González

Imagen Estudiantil es una publicación de las diversas actividades de los alumnos del Campus Monterrey y la Dirección de Asuntos Estudiantiles, bajo el auspicio de la Dirección de Comunicación y Relaciones Públicas.

Coolaboradores
 Ana Bertha Escandón
 Ricardo García
 Claudia Wong
 Alberto Ponce



DIFUSIÓN CULTURAL

JUEVES 19
 ASUNTO: CINEFORUM
 HORA: 19:00 HORAS
 LUGAR: CIAP 514
 INFORMES: Cinthia Zunta,
 Cel. 8115170304,
cinthia.zurita@gmail.com

VIERNES 20 AL DOMINGO 22
 ASUNTO: Hamlet
 HORA: VIERNES y SÁBADO 20:30, DOMINGO 17:00 y 20:00 HORAS
 LUGAR: Auditorio Luis Elizondo
 INFORMES: Luis Franco,
 Ext. 3529, luis.franco@itesm.mx

EDUCACIÓN FÍSICA

JUEVES 19
 ASUNTO: Evento especial Cross Tec
 HORA: 18:00 HORAS
 LUGAR: Escamilla y Centro Deportivo Borrego
 INFORMES: Giulio Pesiri
 Ext. 3562, gpesiri@itesm.mx

ASUNTO: Equipos representativos: Básquetbol varonil (ITESM MTY - U. Interamericana)
 HORA: 20:00 HORAS
 LUGAR: Gimnasio TEC
 INFORMES: Prof. Guillermo Martínez
 Ext. 3685, guillermo.martinez@itesm.mx

MIÉRCOLES 25
 ASUNTO: Superclase de aeróbic
 HORA: 18:15 HORAS
 LUGAR: Gimnasio Tecnológico
 INFORMES: Giulio Pesiri
 Ext. 3562, gpesiri@itesm.mx

JUEVES 26
 ASUNTO: Nocturno de atletismo
 HORA: 18:00 HORAS
 LUGAR: Estadio Tecnológico
 INFORMES: Giulio Pesiri,
 Ext. 3562, pesiri@itesm.mx

VIERNES 27
 ASUNTO: ONEFA Temporada 2006 Borregos vs Tigres
 HORA: 19:00 HORAS
 LUGAR: estadio Gaspar Mass de la UANL
 INFORMES: Ing. Ricardo García,
 Ext. 3555, ricogarc@itesm.mx

DESARROLLO ESTUDIANTIL

JUEVES 19
 ASUNTO: Día IEC, Sociedad de Alumnos de Electrónica y Comunicaciones
 HORA: 9:30 HORAS
 LUGAR: Sala Mayor de Rectoría
 INFORMES: Eduardo Balart
 Ext. 3675, A00787466@itesm.mx

JUEVES 19 AL VIERNES 20
 ASUNTO: Arquinox, Sociedad de Alumnos de Arquitectura
 HORA: 9:00 HORAS
 LUGAR: Centro Estudiantil, Sala 3
 INFORMES: Sergio Treviño
 Ext. 5457, A00911664@itesm.mx

JUEVES 19 AL SÁBADO 21
 ASUNTO: Convención Internacional de Líderes Estudiantiles CILE 2006
 HORA: 10:00 HORAS
 LUGAR: Centro Estudiantil, sala 1
 INFORMES: Jesús Ramos,
 Cel. 8180293896, A00224692@itesm.mx

ASUNTO: Simposium Internacional de Mercadotecnia
 HORA: 10:30 HORAS
 LUGAR: Auditorio Luis Elizondo
 INFORMES: Alejandra Arévalo
 Tel. 83582701
edna_gamboab@hotmail.com

VIERNES 20
 ASUNTO: Día LPO, Sociedad de Alumnos de Psicología
 HORA: 9:30 HORAS
 LUGAR: Sala Mayor de Rectoría
 INFORMES: Danya Aldana
 Cel. 8110095511
danya.aldana@gmail.com

LUNES 23
 ASUNTO: Encuentro Valentina Alazraki con alumnos de Comunicación
 HORA: 13:00 HORAS
 LUGAR: Sótano de la explanada del CIAP
 INFORMES: Nelly Gaona
 Ext.2353, nelly.gaona@itesm.mx

LUNES 23 y MARTES 24
 ASUNTO: MEDITEC
 HORA: 9:30 HORAS
 LUGAR: Pasillo DAF
 INFORMES: Vicente Morales
 Cel. 8111830986, vbonano@hotmail.com

LUNES 23 AL VIERNES 27
 ASUNTO: Recaudando Latidos
 HORA: 8:00 HORAS
 LUGAR: Aulas IV
 INFORMES: Rey David Rodríguez
 Cel. 8114671262,
david.pacino@gmail.com

MARTES 24
 ASUNTO: Feria de Graduación
 HORA: 9:00 a 19:00 HORAS
 LUGAR: Centro Estudiantil
 INFORMES: Lic. Rubén Aguilar
 Ext. 4242, escolar.mty@itesm.mx

MIÉRCOLES 25
 ASUNTO: MUNDI RELUCESCO, Sociedad de Alumnos en Relaciones Internacionales
 HORA: 19:30 HORAS
 LUGAR: Jardín de las Carreras
 INFORMES: Diana Elena Villarreal
 Cel. 8112502205, sgarcia84@yahoo.com

MIÉRCOLES 25 AL SÁBADO 28
 ASUNTO: 1era Semana del Economista, Sociedad de Alumnos de Economía
 HORA: 17:00 HORAS
 LUGAR: Sala Mayor de Rectoría
 INFORMES: Diana Torres
 Tel. 81033115 A00746973@itesm.mx

JUEVES 26
 ASUNTO: Día LAE, Sociedad de Alumnos de Administración de Empresas
 HORA: 9:30 HORAS
 LUGAR: Centro Estudiantil, sala 1 y 2
 INFORMES: Sofía Vazquez

Cel. 8112123182,
lbarra.carla@gmail.com

JUEVES 26 AL SÁBADO 28
 ASUNTO: IMPULSO 19, Sociedad de Alumnos de Mecánica
 HORA: 9:00 HORAS
 LUGAR: Auditorio Luis Elizondo
 INFORMES: Abraham Losoya
 Cel. 8112304706,
alosoya@congreso-mecanica.com

JUEVES 26 AL SÁBADO 28
 ASUNTO: Simposium de Derecho, Sociedad de Alumnos en Derecho
 HORA: 9:30 HORAS
 LUGAR: Centro Estudiantil, sala 3
 INFORMES: Gerardo Mendoza
 Cel. 8114737591, saled2006@gmail.com

VIERNES 27
 ASUNTO: Foro de Economía
 HORA: 9:30 HORAS
 LUGAR: Centro Estudiantil, sala 1 y 2
 INFORMES: Jesús Uriel Dávila
 Ext. 3672, correoderuben@gmail.com

VIERNES 27 Y SÁBADO 28
 ASUNTO: VIII Foro de Comercio Internacional
 HORA: 10:00 HORAS
 LUGAR: Centro Estudiantil, sala 1
 INFORMES: Martha Troncoso
 Cel. 8114988978
martha_troncoso_s@yahoo.com

SÁBADO 28
 ASUNTO: Foro de Política Económica 2006
 HORA: 9:00 HORAS
 LUGAR: Centro Estudiantil, sala 2
 INFORMES: Rubén Leal Buenfil
 Ext. 3672, A00613528@itesm.mx

LUNES 30 AL VIERNES 3
 ASUNTO: CAT: Semana de la Salud y Altar de Muertos
 HORA: 9:00 HORAS
 LUGAR: Aulas VI y Pasillo DAF
 INFORMES: Ing. Jorge Cervantes,
 Ext. 3577, jorgecervantes@itesm.mx



Mexicano: ¿En qué estamos fallando?

México cruza por un momento crucial como nación, como sociedad y como proyecto de vida que recae en la problemática política: el Proceso pre y post electoral. Un fenómeno que ha acelerado un esquema de ruptura social, de quiebre entre los diferentes bandos y posturas políticas.

La lectura de las elecciones, más que entenderse como un cuadrilátero en el que los partidos políticos luchan descaradamente por el poder, debería ser entendida como una radiografía, que nos permite ver a profundidad las necesidades más apremiantes de la población, lo que debe permanecer, lo que debe irse, lo que se hizo mal, lo que se hizo bien, lo que faltó y lo que sobró.

Las decisiones que hace cada ciudadano están precisamente en función a las propuestas que hacen los candidatos y abogarán por aquel que les demuestre mayor apego a sus insuficiencias y deseos.

Sin embargo, este panorama al que está poco acostumbrado el mexicano, está generando una gran crisis que abarca todos y cada uno de los aspectos de nuestra población; ahí encontramos el reto del proceso democrático.

En el proceso democrático nosotros somos los guardianes, mientras que la

capacidad de dialogar, opinar y participar son nuestras armas.

En este momento estamos viviendo la polarización de gran parte de la población que, se refleja en la disputa entre los Congresistas. Más debe quedar en claro que si el fin no es el consenso, entonces no hay camino a la democracia. En este punto aún resultamos muy inmaduros todos; todos los mexicanos, todos los seres humanos.

Las elecciones tan cerradas que acabamos de tener entre el PAN y el PRD, sin dejar de lado al resto de los partidos votados, indican la capacidad del mexicano para asumir una postura con mayor determinación; no indicaban a un país dividido, sino con múltiples necesidades y, por lo tanto, con una necesidad de verdaderos líderes políticos.

El verdadero problema no está en la clase política, ni en los gobernados, sino en todos. Es una cuestión que debemos de aprender a interiorizar cada uno, para después llevarlo al plano social.

Esto es aprender a entender que los sistemas de creencias y formas de pensar de cada individuo tienen una naturaleza que va de acuerdo a sus experiencias, oportunidades y posibilidades, y entonces debemos obligarnos a ponernos en los

zapatos del otro para lograr captar la esencia de las opiniones que difieren de las nuestras; aprender a ser tolerantes y, aún más, aprender a ser empáticos.

En la medida en que entendamos las necesidades del otro, seremos capaces de influir dando a conocer nuestras formas de pensar, ahora enriquecidas con el diálogo generado por la pluralidad. La democracia es inagotable, es un acto que se da de forma progresiva y avanza de acuerdo a la madurez del pueblo para asumir nuevas responsabilidades y compromisos. Los mexicanos debemos estar dispuestos a caminar juntos si queremos avanzar.

De esta forma entendemos que el cambio se puede dar en cualquier momento siempre y cuando tengan la disposición nuestros políticos que se disputan en la arena el poder, invitando a los ciudadanos en este acto que a todos ennoblece.

Ni en este, ni en ningún momento son válidas las generalizaciones, que hoy en día son tan manifiestas. Nuestras disposiciones no deben de infringir el camino hacia el bien común.

La incapacidad para lograr el diálogo, la tolerancia y la empatía son el verdadero problema que han desviado al ser humano del camino hacia la felicidad.

Buenas ideas y proyectos para una mejor vida siempre ha habido y habrá, lo que nos falta es la voluntad.

Edgar Sinuhé Esquinca Barriga
A00972531@itesm.mx

El verano más largo de mi vida

Por **Reetta Vartiainen.**
A00796923@itesm.mx



Ésta es la primera vez que estoy en México. La verdad una de las cosas que más me han gustado es el clima. El calor me gusta mucho. Por otra parte la gente es muy amable, siempre quieren ayudarme y cuando yo tengo alguna duda o pregunto por lugares a donde quiero ir, siempre me informan, y son muy amables y agradables.

Me llama la atención que aquí la familia es muy importante para la gente, como también lo es la religión. Eso es bueno y es diferente. En Finlandia por supuesto tenemos valores de familia también, pero aquí es más fuerte. Aquí la cultura es machista respecto de Finlandia pero no creo que eso sea una cosa negativa porque los hombres son más educados y quieren ayudar.

También me encanta la comida, estoy aprendiendo diferentes estilos. Usan mucho limón, pimienta y chile.

Vine al Tec porque tiene convenio con nuestra universidad, la Universidad Politécnica de Helsinki. Yo quería venir a México porque me gusta. Quería conocer más de la cultura de México y también me gustan los bailes y la música latina.

Entre México y Finlandia he visto que hay diferencias pero en México creo que hay más diferencias entre clases sociales.

Esta experiencia me ha servido para ver más diferencias de otras culturas porque también aquí hay muchísimos extranjeros y estoy aprendiendo su cultura. Me ha tocado convivir con gente de Alemania, Francia, y de Estados Unidos. En mi universidad estudio Matemáticas Aplicadas, y aquí hago cursos de español e historia de Latinoamérica porque quiero conocer más.

Creo que ahora se más cómo es la cultura mexicana y entiendo mejor la gente de México y me gusta mucho, todas las personas son muy cálidas.

Estoy muy contenta, yo tengo por ejemplo mi curso de español e historia y están en programas internacionales y están en español pero no hay gente mexicana, pero en comunicación intercultural hay cursos normales, los alumnos también son de diferentes partes de México y tienen diferentes acentos, entonces cuando llegué no podía entender, porque estaban hablando muy rápidamente, pero ahora ya es mejor.

En Finlandia nuestro verano no es tan largo entonces cuando hay sol estamos siempre afuera comiendo, pero aquí nunca. El sol en Finlandia dura como 3 meses. Este es el verano más largo de mi vida aquí en Monterrey y estoy muy contenta.



El Tecolote

Estéense, grillos...

Estamos de vuelta; tarde, pero sin sueño. ¿Creyeron que se iban a librar del Tecolote?

Pues nones. Cuando el Tecolote canta, el grillo se descubija. Sobrevolando el campus nos encontramos con muchas quejas sobre líderes estudiantiles que no terminan de armar sus eventos y ya andan en la grilla para contender por otros puestos.

Por ejemplo. En pleno congreso de industriales andaban ya de campaña. El presidente de la Sociedad de IIS, Enrique Motolá, les pidió que no hicieran olas, pero que va.

Lo mismo Expotec: todavía no es el evento y ya están grillando para la elección de próxima mesa directiva.

Ahora hablamos de la nueva Federación, la que viene. Son integrantes de la planilla Acción que compitió el año pasado y no quedó, ahora quiere su segunda oportunidad. Esperemos que sus proyectos puedan ser más enfocados a la comunidad estudiantil del Tec y no a cosas ajenas al instituto.

El Tecolote no es todo regañón. Enviamos una felicitación a la nueva mesa del PLEI y su presidente, Enrique Bay.

También al Comité Ejecutivo de la Federación junto con el Consejo Estudiantil de Filantropía quienes concluyeron exitosamente la gestión para la construcción del tercer piso de Desarrollo Estudiantil. Eso es pensar en las futuras generaciones.

Enviamos una felicitación a Daniela García, tesorera del CARE, quien tiene un control de peso por peso en los gastos y entradas de Expotec.

Díganle al presidente de la FEITESM, Manolo Jiménez, que el Tecolote le recomienda una barridita. Hasta los de Tránsito lo "retuvieron", por arrollar a una ciclista en el área circunvecina del Tec. Afortunadamente quedó claro que Manolo no tuvo culpa. ¡Ah pero el susto! Esa es una. Y la otra es que siempre le llueve en los eventos. Cuando organiza algo al aire libre, Tláloc le manda saludos. Al próximo evento —en lugar abierto— favor de llevar paraguas. No digan que no se los advertimos.

Cuenta **Perfiles**
No necesitas nada más.

Solicítala en cualquier sucursal
www.banamex.com

 **Banamex**





Meditec: todos por la salud

Alumnos contribuyen al mejoramiento de la calidad de vida y salud de la comunidad Tec

Más de 180 alumnos de las carreras de la División Ciencias de la Salud ofrecerán del 23 al 24 de octubre en el pasillo DAF, servicios de salud a la comunidad del Tecnológico en 18 stands, como parte del evento denominado Meditec.

Este es un evento organizado por estudiantes de primer y segundo semestre de las carreras de médico Cirujano, ingeniero Biomédico, licenciado en Nutrición y Bienestar Integral y licenciado en Ciencias de la Enfermería.

Uno de los servicios que se prestan en lo que inició en 1978 como el 'Día de la Medicina' y ahora se conoce como Meditec, es la donación de sangre. El año pasado se donaron 67 unidades de sangre y para este año se piensa superar la cifra. Asimismo se contará con un stand de cardiología, donde se aplicarán pruebas físicas para observar las variaciones en los signos vitales durante el ejercicio.

Además habrá un stand de alergias, cirugía plástica, dermatología, biotecnología y genética aplicada, ginecología, medicina alternativa y complementaria, nutrición, ejercicio físico, oftalmología, primeros auxilios, pulmonar, salud mental, sexualidad y traumatología.

La invitación es para alumnos, directivos, profesores y de todas las áreas del Tecnológico y al público en general a participar en Meditec, que ha logrado un impacto en la salud de la comunidad en materia de prevención, así como a dar a

conocer los programas de estudio de la División de Ciencias de la Salud e integrar a las generaciones que lo organizan.

Comprometidos con la comunidad

A más de dos semestres de estar trabajando para la comunidad de Sierra Ventana, el proyecto Comunitec ha podido llevar, con entusiasmo, su programa a la práctica. Desde su inicio y durante el primer semestre, agosto-diciembre de 2005, se obtuvo un estudio de comunidad y un diagnóstico de salud para así verificar los indicadores de ésta. En el segundo semestre, Enero-Mayo de 2006 se desarrollaron e implementaron programas de desarrollo comunitario en tres áreas: Inglés y Primeros Auxilios, Actividades Artísticas y Prevención de uso de Drogas en grupos de jóvenes.

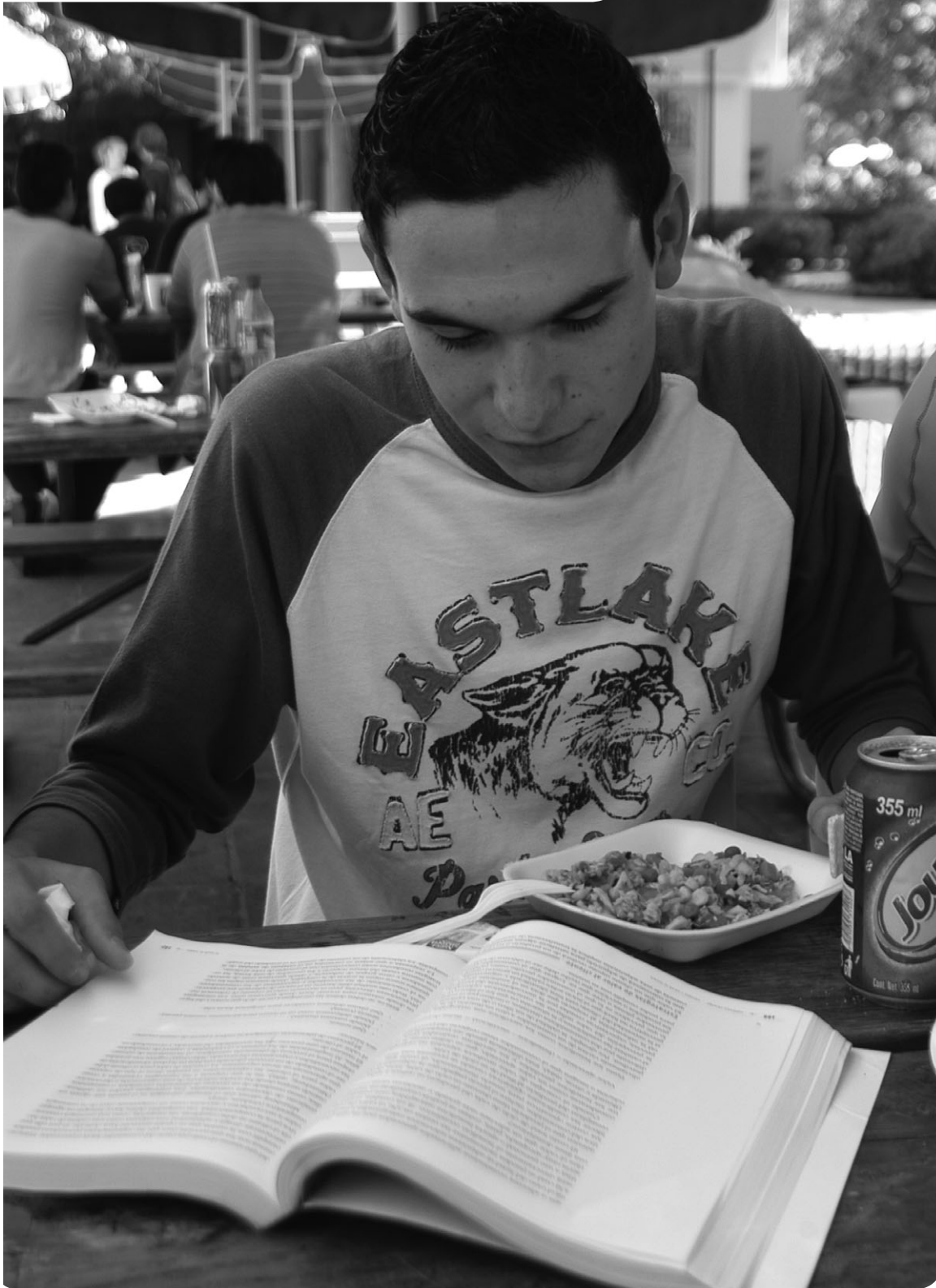
Así este semestre como los anteriores, Comunitec, intentará cumplir con el objetivo de detectar enfermedades crónicas degenerativas y realizar acciones preventivas a través de una brigada médica, material educativo y conferencias a la comunidad de la colonia Sierra Ventana calculando una asistencia de 300 personas por fecha.

Esfuerzos como Meditec y Comunitec vienen a reforzar nuestro compromiso como institución hacia la comunidad y genera ademas en los alumnos la conciencia de apoyo a las clases más desprotegidas y necesitadas de nuestro país.



• Alumnos de primero y segundo semestre de las carreras vinculadas con la salud dedican su tiempo y conocimientos a prevenir dentro de la comunidad del Tec enfermedades y padecimientos.





¡Como te alimentas y duermes...te sientes!

Por: Ing. Moyra Ruiz González de Asesoría Psicopedagógica.

Actualmente, el intestino se esta considerando como el segundo cerebro, ya que es capaz de regular emociones y diversos estados de ánimo.

Se sabe que el cuerpo y la mente están fuertemente relacionados. Cuando presentamos algún tipo de emoción o sentimiento, como tristeza, cansancio, depresión, alegría, nuestro organismo lo percibe y el primero en darse cuenta de todo lo que sucede es nuestro sistema

digestivo. Es aquí en donde debemos empezar a preocuparnos acerca de lo que comemos y de cómo nos cuidamos.

Los intestinos grueso y delgado cumplen una importante función, que no es sólo en la digestión, sino en la detoxificación y limpieza del mismo. Siempre se ha dicho que somos lo que comemos, y hasta cierto punto es verdad, ya que no solamente es importante elegir bien nuestros alimentos, si no cuidar de nuestro sistema digestivo, por que de éste depende de que lo que ingerimos llegue

a su destino final: todas y cada una de las células que nos componen y conforman nuestro cuerpo.

Para ayudar con este proceso, el intestino delgado cuenta con bacterias que benefician el proceso digestivo. A este conjunto de bacterias se le llama flora intestinal, la cual se debe de mantener limpia. Para poder extraer todos los nutrientes de los alimentos, el intestino debe estar limpio, por ejemplo el consumo excesivo de comidas enlatadas, antibióticos y otros químicos presentes

en la alimentación rompen el equilibrio que tiene la flora intestinal, y estas toxinas terminarán pasando a nuestro sistema circulatorio.

Cuando presentamos una mala digestión, nuestro cuerpo se siente pesado. Pero no solo eso: cuando el sistema digestivo esta sucio, el cuerpo pierde flexibilidad y agilidad y nos cansamos mucho físicamente. Todos estos aspectos se traducen mentalmente en una especie de apatía, desgana y lentitud del pensamiento. Esto también con lleva a la tristeza, depresión, impaciencia o irritabilidad. Es un malestar en todo su sentido, tanto emocional como físico y mental.

El tener momentos de relajación, creatividad y dispersión, van a favorecer a la limpieza de los intestinos, y es realmente importante por que en los intestinos se produce un alto porcentaje de células inmunitarias que nos protegen contra enfermedades y garantizan una buena salud.

Después de conocer la importancia que tiene el comer sanamente, te preguntarás, ¿entonces qué comer? Se recomienda evitar el café, las bebidas gaseosas, el alcohol y la comida en abundancia. También disminuir el consumo de carnes y lácteos que sean de difícil digestión.

También evita alimentos como los fritos, aceites, mantequilla, yema de huevo, chocolate sólido, endulzantes artificiales y goma de mascar, ya que te hace tragar mucho aire.

Algunos alimentos que puedes comer moderadamente son el pan y cereales, y procura nunca hacerlo con el estómago vacío. Por otro lado las conservas nos pueden sacar de un apuro, pero comerlas a diario provocarían un problema serio a nuestro organismo.

Los alimentos que te ayudarán a estar y sentirte bien son: la fibra, abundante agua, ensaladas, frutas y vegetales, leche de soya, yogurt y puedes suplementar tu dieta con vitaminas.

Muchas veces nos mal pasamos con las comidas o se comen alimentos con muy poco valor nutricional, pero debes estar consiente que esto también afecta a tu desempeño académico. El balancear la cantidad y calidad de tus alimentos, te permitirá tener una mejor salud y no sufrir de problemas digestivos.

Así mismo, puede ser de gran ayuda el que relices ejercicio, no sólo para ayudar a tu cuerpo y en específico a tu sistema digestivo, si no para aliviar tu espíritu y tu mente, dejando a un lado la ansiedad, el estrés y los problemas.

Como se sabe, después de un día muy movido lleno de clases, estudio, proyectos y exámenes, el cuerpo necesita descansar, es por esto que se recomienda dormir mínimo ocho horas diarias para poder rendir al siguiente día. Organiza bien tu tiempo, enlista tus actividades de mayor prioridad a menor y trata de cumplir con todas en cierto tiempo, cuando empieces alguna tarea procura terminarla y no dejarla a medias, por que esto se va

volviendo una costumbre y al final del día te das cuenta que muchas de tus actividades están sin concluir.

Si te tomas el tiempo para organizar bien tu día, te vas a dar cuenta que al final cumpliste con tus labores y vas a tener tiempo para dormir tranquilo, ya que cuando te acuestas con pendientes que no realizaste lo más probable es que no puedas conciliar el sueño y por ende, descansarás muy poco.

Recuerda que el dormir no es sólo el descanso para la parte física, si no también para revitalizar nuestra parte espiritual y mental. Y puede ser que mantener un equilibrio entre nuestras horas de sueño y nuestra alimentación no sea muy fácil, debido al ritmo de vida que se lleva, pero no pierdes nada con empezarlo a intentar y por el contrario, ganarás una mejor salud.

Comentarios y sugerencias:

dap.mty@servicios.itesm.mx

¿Cómo está tu intestino?

Así como puedes detectar un dolor de cabeza, puedes fácilmente ubicar si tu intestino está funcionando adecuadamente. Contéstate estas preguntas y si en la mayoría de ellas



respondes afirmativamente, entonces, tienes que comenzar a poner atención a tus hábitos de alimentación, y por qué no, también de descanso

1. ¿Tomas refrescos durante tus comidas y para calmar tu sed en lugar de agua natural?
2. ¿Pasar largos periodos (más de cinco horas) sin comer una comida balanceada?
3. ¿Evacúas solamente una vez al día?
4. Por practicidad ¿comes sopas instantáneas y productos pre-cocinados con altos niveles de conservadores?
5. ¿A veces sientes un dolor que te circula a la altura de tu cintura?
6. ¿Sufres de colitis nerviosa?
7. ¿Sufres de estreñimiento?
8. ¿Recurre a los laxantes de manera regular?
9. ¿Las frutas y las verduras no son lo tuyo?
10. ¿Adoras tomarte una siesta después de tu comida fuerte del día?

¿Cómo saliste? Si respondiste que sí a la mayoría, tu intestino debe estar trabajando a marchas forzadas, ayúdalo a recuperar su normalidad.



• 118 alumnos participan en la organización de la Feria Internacional del Libro 2006, como parte de su servicio social comunitario.

participar apoyando al evento.

Algo para todos

Así mismo, la Feria busca ofrecer a los distintos perfiles de asistentes, los libros que quieren leer, especialmente a los alumnos del Tec. "La Feria se ha distinguido por tener una variedad de libros y sobre todo por buscar atraer a los estudiantes mediante una gran comunicación con el equipo organizador y las editoriales para que éstas ofrezcan las materias y los temas de interés de los jóvenes", mencionó Yolanda Domínguez Rivero, encargada de Visitas y Logística Interna del comité organizador.

El que busca, encuentra

Otra oportunidad que ofrece la Feria a los asistentes es el poder adquirir materiales de una infinidad de editoriales que normalmente no se encuentran en la ciudad, sin implicar necesariamente un costo excesivo.

"Es muy gratificante ser testigo de cómo la gente que lleva varios meses buscando un libro, no solamente lo encuentra si no que se lleva una sorpresa con el precio, pues también en el evento se manejan muchas ofertas", menciona Mireles.

Para hacer esto más sencillo, existen módulos de información en donde los alumnos que colaboran facilitan a los lectores la búsqueda de materiales especificando el lugar exacto en donde puedan encontrarlos.

Se vale repetir

Durante los 16 años de su duración, la Feria conjunta cada vez más lectores. En esta ocasión 350,000 son el número de asistentes esperados en Cintermex. Así mismo, el número de editoriales y eventos participantes se incrementa. Es por eso que una sola ocasión no será suficiente para recorrerla toda. "Entre semana y por las mañanas, la Feria brinda el perfecto escenario para poder pasar un momento agradable y hojear los libros sin tanta prisa", comenta Álvarez.

Ya sea para encontrar un libro o para descubrirlo, bien para convivir con autores de gran renombre, la Feria del Libro es un evento realizado solamente una vez al año, y en esta edición del 2006 abrió sus puertas en Cintermex del 14 al 22 de octubre.

Para conocer las fechas de las conferencias visita:

www.fil.mty.itesm.mx

horarios

Lun, Mar y Mie: 11:00 - 21:00 hrs
Jue y Vie: 10:00 - 21:00 hrs
Sab y Dom: 10:00 - 21:00 hrs

Feria del Libro: En sus Marcas, Libros, ¡Fuera!

Alumnos de diversas carreras participan en la organización de la Feria, contribuyendo año con año a un éxito más

Por Daniela Gutiérrez García

Gente conglomerada en búsqueda de una firma, niños y abuelitos perdidos, muchas conferencias pasando al mismo momento... no sólo parece una escena con mucha actividad, lo es. Y es que al juntar 350,000 personas en un mismo espacio muchas cosas ocurren al mismo tiempo.

Con octubre, llega la tradicional Feria Internacional del Libro, sin embargo,

desde hace varias semanas existe un grupo de personas que trabajan en equipo para propiciar la mejor experiencia. Ellos son los alumnos del Servicio Social Comunitario, que bajo la coordinación del Departamento de Biblioteca del Tec han recibido capacitaciones o bien, ganado experiencia participando en años anteriores con el evento.

Convivencia en todos los niveles

Jesús Álvarez, quien estudia la carrera de Licenciado en Administración Financiera,

y participa por segundo año con el evento, comenta que la feria definitivamente ha propiciado experiencias dignas de contar. "La Feria del Libro me ha dejado grandes experiencias, tanto por la convivencia con los asistentes, como la posibilidad de entablar conversaciones amenas con los escritores participantes." Álvarez, así mismo, tuvo la oportunidad de charlar con Germán Dehesa, Armando Fuentes Aguirre "Catón" y Rius debido a su asignación de tareas de la feria pasada.

Este año, la feria cuenta con 150 conferencias y presentaciones, que seguramente serán un buen espacio para que los lectores reciban un autógrafo de sus autores favoritos o bien, dialoguen con ellos haciendo referencia a sus

escritos.

Servicio completo

Con fin de brindar el mejor servicio posible y siempre con el propósito de fomentar la lectura, la Feria cuenta con herramientas y voluntarios para auxiliar al público asistente con la búsqueda de libros muy específicos, así mismo con el apoyo a los talleres para los pequeños lectores.

A la vez, este año, se extenderán los servicios que generalmente se ofrecían, al recibir a alumnos extranjeros que vendrán a adquirir libros en español.

"Para esto, nos hemos capacitado para poder traducir y ayudarlos a cumplir la misión de su visita", mencionó Brenda Mireles, estudiante de Comercio Internacional que tiene dos años de

9

días son los que dura la feria

150

conferencias diferentes



¿Necesitas información de trámites o fechas importantes?

Visítanos en Aulas 3 casa.mty@itesm.mx 8328-4458

Elaboran plan maestro para Agua Dulce



15 alumnos se vinculan con comunidad veracruzana para generar propuestas de mejora

Como parte de la cátedra de Urbanismo Metrópoli, el pasado 21 de septiembre, un grupo de 15 alumnos, liderados por su maestra Rena Porsen, participaron en la elaboración de un plan maestro de reconversión urbana y económica para la población de Agua Dulce, Veracruz.

Durante una semana, los estudiantes con los mejores promedios de la carrera de Arquitectura, recorrieron las diferentes zonas de la región de Agua Dulce para realizar diversas investigaciones en el campo de la comunicación, hidrografía y turismo con la finalidad de presentar sus mejores alternativas para la explotación de sus recursos naturales.

Las propuestas de los alumnos del Tecnológico fueron bienvenidas ya que representan la posibilidad de atraer con sus mejoras, inversión

extrajera de capital privado o público que seguramente generará fuentes de empleo, haciendo que los habitantes de Agua Dulce no tengan que emigrar a otros lugares en busca de sustento.

En contacto con la realidad

"A través de estas oportunidades, los alumnos pueden medir sus capacidades y crecer en su educación, a la vez que conocen más de la realidad de su país y de las maneras de abordar el urbanismo con conciencia y bajo un criterio sustentable", comentó el doctor Ángel Antonio Garza Sastré, director de la carrera de Arquitectura al compartir la experiencia de sus alumnos.

La "regeneración" de la zona urbana de Agua Dulce se concentrará en los recursos naturales y constará de varias etapas:

Visita de diagnóstico: En su primera visita, los alumnos se dividieron en



grupos para abarcar varios aspectos de la vida de Agua Dulce y conocieron las áreas de oportunidad de la ciudad.

Seguimiento a Distancia: Los alumnos continuarán con el proyecto a distancia para presentarlo al gobierno a finales de noviembre.

Diseño y planeación: Se espera que el próximo semestre los alumnos comiencen con el diseño de lugares específicos como centros turísticos.



Algo sobre Agua Dulce

Población: 40 mil habitantes.

Ubicación: Estado de Veracruz, al sureste de México.

Recursos Naturales: Poseedor de 14 kilómetros de playa en el Golfo de México, ríos con manglares, fauna y flora excepcionales.

Historia: región de la cultura Olmeca con vestigios que podrían datar de los años 1300 a 400 A.C.

BREVES

iDe viaje a la playa!

Valentina Fierro Alarcón resultó ganadora de un viaje todo pagado a Acapulco que otorgó la Asociación de Estudiantes de Guerrero en Monterrey tras organizar una rifa de 400 boletos. La recaudación de fondos se destinarán para la generación de becas estudiantiles para sus compañeros guerrerenses.

El evento se llevó a cabo el pasado 29 de septiembre en el Jardín de las Carreras. David Enrique Román, presidente de la AEGM; Adán Alejandro González Martínez, presidente del CARE y Lorena

de la Garza Venecia presidenta del CAM participaron en el proceso de selección del boleto ganador. Valentina, quien ganó con el boleto no. 021, recibió además varias cortesías para comer en reconocidos restaurantes.



Representan a México

José de la Luz López, Carlos Mujica, César Zamudio y Lisandro González llevan en alto la bandera de México, representando a Latinoamérica a través del Tecnológico de Monterrey en la Competencia Internacional Multidisciplinaria de Casos de Negocios 2006, en la Universidad de Ciencia y Tecnología de Hong Kong. La competencia de carácter global se lleva a cabo en Hong Kong, teniendo como fecha de inicio el 10 de octubre para culminar el día 22, a donde asistirán escuelas de negocios de todo el mundo. La metodología que seguirá la competencia se dividirá en tres fases, presentación, resolución y exposición del caso, en el cual el equipo presentará ante ejecutivos de la empresa analizada y profesorado de la institución, una exposición de 30 minutos y un resumen ejecutivo.



El más tragón del Tec

El evento de "El más tragón del Tec" fue organizado por la Federación de Estudiantes del Tec de Monterrey (FEITESM), en conjunto con el Consejo Estudiantil de Filantropía (CEF), en el jardín de las carreras, el 27 de septiembre, teniendo como objetivo principal la recaudación, para el fondo de becas, para alumnos que requieren apoyo económico en sus estudios.

Luis Carlos Rodríguez Valdez, estudiante de la carrera de Administración de Empresas, obtuvo el primer lugar con la cantidad de dieciséis tacos, preparados con salsa y verdura. El también bicampeón, se ganó un viaje redondo a cualquier parte del país y cenas gratis para dos personas en un restaurante de tacos por cuatro fines de semana. El segundo lugar lo obtuvo Alejandro Galaz, estudiante de ingeniería industrial y de sistemas, mientras que en tercer lugar quedó German Daniel Cuevas, estudiante de ingeniería en biotecnología.



Josafat González ¡Triunfador!



Valentía, determinación y fortaleza dirigen los pasos de este alumno

8 | Imagen alumnos
19 Octubre 2006

Por Claudia Chapa

Monterrey.- Bien se dice que el mejor aprendizaje es el que viene de la experiencia y para Josafat González, un joven regio de 24 años, esto se ha convertido en una realidad de vida.

Josafat, como cualquier otro muchacho estudiante del Tecnológico de Monterrey, vivía aprovechando las oportunidades que la vida le daba. Gozaba de buena salud, era buen estudiante, su familia lo amaba y su vida social no podía estar mejor. Durante el verano de 2005, decidió hacer sus estudios en Madrid y partió junto con otros compañeros de la carrera de Contador Público y Finanzas para cursar dos materias.

Estando allí, se organizó con sus amigos y planearon un viaje por Europa. Pensaron viajar a Roma para visitar, entre otros lugares, el Vaticano. Sin embargo, su viaje se interrumpió. Josafat se involucró en un terrible accidente en donde perdió las piernas en las vías del tren, enfrentándolo al reto más grande de su joven vida: luchar por sobrevivir.

Comienza su carrera

"Íbamos de Mónaco hacia Roma en un tren viejo. Ya en territorio italiano, nos detuvimos en una de las paradas y como estaba haciendo mucho calor, me bajé a comprar agua; en ese momento, el tren arrancó y la puerta me quedó a 40 ó 50 metros y corrí para alcanzarla... y lo hice, pero como el tren iba muy rápido, me ganó", comienza a platicar Josafat al recordar lo sucedido desde la comodidad de su casa. Al momento de la entrevista se encontraba en recuperación de una cirugía que le removió un hueso fracturado, producto de una caída mientras andaba con sus amigos.

Con toda tranquilidad y calma comienza a narrar cómo sucedió su accidente. "Realmente no supe qué fue lo que pasó, solo recuerdo que algo me pegó muy fuerte y que levanté mi cabeza para ver que mi pierna derecha no estaba y que la izquierda estaba quebrada, casi desprendida y nada más me desplomé". En estos momentos Josafat comenzó a pedir por su vida y por tener un poco más de tiempo para estar con sus padres, para realizar todos los planes que juntos tenían.

Guillermo Díaz, uno de sus compañeros de viaje y alumno de mercadotecnia del Campus Estado de México, vio lo que sucedió. En 20 minutos Josafat recibió la ayuda de los paramédicos quienes lo trasladaron al hospital de la localidad, La Spezia, Italia. Su accidente sucedió a las 3:00 de la mañana de Italia el 29 de julio.

Ese mismo día por la noche, el embajador de Italia notificó por teléfono a los papás de Josafat quienes de inmediato emprendieron un viaje de 35 horas para estar con su hijo. Amanda Armendáriz, mamá de Josafat, no pensó

que lo encontraría vivo.

Entre la morfina y el ir y venir de doctores y amigos, Josafat siempre estuvo conciente. "Me puse a pensar, tengo 23 años, cabo de perder las piernas y a lo mejor no vuelvo a caminar en toda mi vida, ¿qué voy a hacer?, ¿voy a estar dependiendo de la gente toda mi vida?, pero me dije que no, que podía salir del problema y fue esa la actitud que tomé, si yo solo me había metido en problemas, yo solito tendría que salir."

Una vez que los doctores le anunciaron que había perdido las piernas, Josafat recuerda haberse sentido agradecido por estar vivo. En todo momento demostró una actitud positiva ante los hechos y mantuvo el buen humor con las enfermeras y la gente que lo cuidaba. Incluso, fue él quien reconfortó a sus padres cuando llegaron a verlo. "Le dije a mi papá que me diera un año y que para entonces podríamos retomar todos nuestros planes".

Además de las serias lesiones que tuvo en sus piernas, Josafat presentó fracturas en la cervical, golpes y moretones en la cara y el resto de su cuerpo.

Los doctores italianos lo cuidaron durante tres semanas y media, mientras que su cuerpo se recuperaba y sus heridas sanaban. Todos en La Spezia se enteraron de su caso y Josafat recibió demostraciones de cariño de gente que se preocupó por él enviándole cartas y visitándolo en el hospital.

De regreso a casa

Sus primeros cuidados en México los recibió en el Hospital San José, de hecho, por parte de su aseguradora, un médico y un enfermero volaron hasta Italia para trasladarlo bajo supervisión constante.

Estando de vuelta en Monterrey, Josafat recuerda querer ver con muchas ganas a sus amigos. Estaba seguro de que se encontrarían tristes por lo que le pasó, pero él quería demostrarles que estaba bien.

"La gente no quería entrar a mi cuarto, se ponían a pensar ¿qué le voy a decir después de un accidente de esa magnitud? Y aunque yo sabía que no pasaba nada, muchos no reaccionaron de la misma manera en la que yo reaccioné, por que sé que se trata de algo grave, que no es fácil levantarte de esto todos los días. En fin, como vieron que yo empecé a bromear, la gente se iba un poquito más animada y a la vez sorprendida".

El contacto con su gente ubicó a Josafat de nuevo en su realidad. Con una actitud positiva que sorprendió a muchos, aún en el hospital, Josafat ya estaba haciendo planes. A su papá y amigos les dijo "denme las piernas y en dos meses voy a estar caminando"; por supuesto le decían que eso no sería tan fácil, pero Josafat estaba seguro que lo iba a lograr.

Después de dos semanas y 10 cirugías, Josafat salió del hospital para comenzar su rehabilitación. Recuerda los primeros días: "Empecé a adaptarme a una nueva vida, diferente a lo que era antes. Subirre



• A través de sus pláticas a niños y jóvenes, Josafat da testimonio de superación



• Para Josafat, la vida sigue, disfruta de sus amigos y vive con pasión cada instante

a la cama, ir al baño, subir escaleras y bajarlas todo sin mis piernas. En un mes aprendí a hacer este tipo de cosas, haciendo ejercicio, pesas, abdominales, lagartijas y diferentes tipos de ejercicios para fortalecer mis brazos. Después, comencé a ejercitar mis piernas con unas que me pusieron aquí".

Listo para caminar

Los primeros pasos de Josafat no fueron tan sencillos, caminaba con un andador y lo más que podía recorrer era la distancia de su recámara a la de sus papás. Su logro más grande por esa época fue caminar con muletas, algo que le resultó muy difícil. Para un joven con una actitud positiva como la que él tenía, los avances le parecían pocos. Josafat ya tenía mes y medio en rehabilitación y comenzaba a desesperarse.

Sus padres Balduino González y Armanda Armendáriz a cada instante lo alentaron a continuar. Su mamá le pedía paciencia en sus avances, pero Josafat no se dejó vencer jamás.

En diciembre del 2005, unos tíos que viven en Oklahoma City, Estados Unidos, le enviaron información sobre una nueva tecnología en prótesis y el video de un chico de 20 años, Cameron Clapp que se encontraba en su misma situación. Habiendo perdido sus piernas y un brazo, Cameron Clapp era un claro ejemplo de superación. Josafat encontró en su historia la inspiración que necesitaba para continuar con su carrera por volver a tener una vida normal.

La familia decidió emprender un viaje a Oklahoma y probar suerte. Josafat llegó al centro de rehabilitación en silla de ruedas y ese mismo día, salió caminando con unas piernas de entrenamiento. A lo largo de cuatro meses, Josafat entrenó para volver a pararse en sus piernas por sí mismo y contó con el apoyo y aliento del

mismo Cameron Clapp quien le enseñó a subir y bajar escalones y rampas.

Durante su estancia allí, tuvo la oportunidad de exponer su caso en el Hospital Walter Ree para soldados con heridas de guerra. Su vida cobró a partir de ahí un nuevo sentido, podría, con su ejemplo, inspirar la vida de otros jóvenes en su misma condición.

Su próximo reto: correr

Habiendo dominado sus piernas, Josafat es capaz de llevar una vida prácticamente normal. Regresó este verano al Tecnológico para continuar con sus estudios y comenzó a ser solicitado por empresas y escuelas para impartir conferencias sobre la fuerza de voluntad que lo llevó a librar todos los obstáculos para volver a caminar.

Amanda, su mamá reconoce en Josafat a un hombre luchador, tenaz, terco y por sobre todas las cosas, valiente. "No le importa enfrentarse a lo que sea, lo que él quiera lo puede lograr, es una persona muy positiva y sin límites. Siempre ha sido así, desde chiquito, por eso creemos que ha afrontado con tanta responsabilidad su situación."

Su siguiente reto es comenzar a correr. Para esto requiere de unas prótesis especiales con un valor de 18 mil dólares que espera comprar él mismo con las aportaciones que ha recibido de sus pláticas.

Estas prótesis, que probó, inclusive en el estadio Tecnológico, le permitirán romper cualquier prejuicio de lo que él es capaz de hacer.

Otro de sus planes es graduarse este diciembre para incorporarse a la vida laboral, trabajar desarrollándose en su carrera y continuar dando testimonio de su vida, pues asegura que ayudar a las personas representa para él una bendición que lo llena de satisfacción.



"Es posible realizar todo lo que soñamos"



"Aldo, yo siempre estoy bien", es cómo me contesta cuando le pregunto cómo le va. Ha sido muy responsable con sus clases, tan pronto llegó a Monterrey, se puso en contacto conmigo para ver cómo podría continuar con su carrera. Nosotros (el Tec) hemos hecho todo lo posible para facilitarle el acceso a sus clases y aún y cuando ahora está en reposo por su fractura, él sigue al pendiente de sus clases, sus compañeros le pasan las notas y él hace sus tareas como cualquier otro muchacho. Admiro de él su entereza y aplomo impresionante".
Aldo Torres, Director de la carrera LCPC



"Josafat es una admirable persona que ha sabido sobrellevar de una manera impresionante su situación, es un ejemplo de vida para todos nosotros, una persona muy especial que nos da la gran satisfacción, de asistir al campus y poder convivir con él. Aprendo, viendo cómo asiste a clases sin problemas, realiza sus tareas, proyectos, dando siempre lo mejor de él, brindándonos siempre su bonita sonrisa. Cuando muchos de nosotros no podemos continuar con nuestras labores por cuestiones tontas, Josafat nos enseña que es posible realizar todo lo que soñamos si de verdad lo queremos".
Verónica Peñuelas, Compañera de generación

Imagen alumnos | 9
19 Octubre 2006



• Los médicos cirujanos felices por estar posando finalmente en la fotografía que marca el fin de un arduo esfuerzo.

Foto de generación

El recuerdo de sus mejores años

Con motivo de las próximas graduaciones que se llevarán a cabo en diciembre, el Tecnológico de Monterrey convocó a los futuros profesionales, de las distintas carreras a participar de la fotografía de generación; que como cada semestre, guarda el recuerdo del ayer y refleja el reto del futuro.

“Siempre hay quien llega al final, porque ve en sus debilidades un reto y en los obstáculos sus fortalezas”

Anacarina Aranda, LCC '06



• Profesionistas próximos a graduarse de la Maestría en Administración



MEXICAN CULINARY WORKSHOP
MAIZ • FRIJOL • CHILE
 TECNOLÓGICO DE MONTERREY
 MÉXICO 06

Buffet de platillos típicos y representativos de México preparados por chefs de Universidades de Estados Unidos y del Tecnológico de Monterrey, miembros de NACUFS (The National Association of College & University Food Services).

Viernes 20 de octubre, 2006.
 Cocina de exhibición en Cafetería El Jubileo
 12:30 a 15:00 Hrs.





"En general me parece que mi carrera abarca muchas cosas y yo creo que es muy buena para luego tomar la decisión de hacer un postgrado y enfocarte en algo. LAE se me hizo muy completa en todos los aspectos y es básicamente lo que más disfrute de la carrera".
Romeo de la Garza,
LAE



"Puse mucho de mi esfuerzo para sacar adelante mi carrera y en particular algunas materias que eran básicas y nuevas para mí. "Mi reto ahora es destacarme en el ámbito laboral, tratar de subir y escalar rápidamente para desarrollarme profesionalmente".
Gustavo Falcón,
LAF



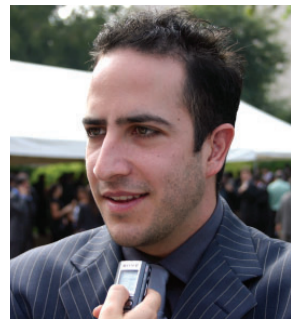
"Aprendí mucho lo que viene siendo calidad de software, que es ahorita en lo que me estoy desarrollando y todo lo que son tecnologías emergentes para poder implementar proyectos que le ayuden a la comunidad".
Claudia Soto,
ITC



"La foto es un recuerdo de la culminación como estudiante y el comienzo de una etapa diferente, de un camino diferente buscando otros horizontes. "Siempre había deseado estudiar en el Tec, conseguí una beca, terminé mi carrera y ahora aquí estoy, feliz con mi maestría".
Salvador Aparicio Gómez,
MET



"Los profesores nos apoyaron en todo momento, aprendí muchas cosas y me encantó mi carrera. Conocí a mucha gente, hice muchos amigos y fue una experiencia demasiado padre, no me arrepiento haber venido de tan lejos".
Aurora Villena,
LIN



"Lo que más me agradó de la carrera fue conocer gente, los proyectos, todo estuvo muy bien. "Mi reto, poder aplicar todo lo que aprendí para crecer más pero ahora profesionalmente".
Ricardo Jiménez,
LCC



• Los industriales reconocieron sus logros individuales y disfrutaron de la sesión de fotos para recordar anécdotas y pasarla bien.



• Los alumnos de Comercio Internacional posaron una y otra vez para las cámaras de amigos y expectadores que compartieron su emoción.



• Mariela García, Paty Sánchez, Ricardo Jiménez, Paul Álvarez e Ingrid González, próximos comunitarios a graduarse.



• Cecilia López, Estela Santos, Roberto Jiménez y Rodrigo Morales de la carrera de Economía.



• Rafael García, Isela Hernández, Paola Mejía, Carmina Alanis y José Antonio Lara, próximos a graduarse de Ingenieros en Sistemas Computacionales.

CASA
Centro de Atención y Servicio a Alumnos

Virtual

<http://casavirtual.itesm.mx>
8328-4458

imagen alumnos

Soluciones de alumno a alumno para una mejor vida estudiantil

Existe en el Campus un grupo de alumnos que tiene como misión apoyar a resolver las dudas de los alumnos con respecto a cuestiones diversas. Se trata del Consejo Estudiantil, un organismo que forma parte de la Federación de Estudiantes del Tecnológico de Monterrey y que integra, a su vez, a todos los presidentes de las sociedades de alumnos, al presidente y vicepresidente del Comité Ejecutivo y del Comité Electoral, la Reina, presidenta de Acción Social, presidente del CARE y presidente del AGE.

Su mesa directiva está integrada por alumnos que en semestres pasados fueron presidentes de sus carreras y fueron elegidos mediante la votación de todos los miembros del Consejo Estudiantil.

Ellos son los responsables del proyecto "Voz hazte Escuchar" que se llevó a cabo el pasado 27 de septiembre en donde los alumnos tuvieron la oportunidad de expresar de manera responsable sus opiniones y sugerencias para mejorar la vida estudiantil en el Campus. En otras palabras, ellos están para escuchar las opiniones de los estudiantes para poder darles cauce de solución ya sea a través del instituto o generando nuevas opciones.

Entre sus planes está el formar parte del sistema de retroalimentación del Campus, mediante un vínculo estrecho con el departamento de Informática y la Rectoría.

... Para resolver todas las dudas

- Crearán mecanismos para conocer los problemas de tipo estudiantil de los alumnos y los presentarán ante la Dirección de Asuntos Estudiantiles.
- Apoyarán directamente a los Grupos Estudiantiles cuando se enfrenten ante situaciones de incumplimiento o abuso por parte de proveedores o externos.
- Revisarán el plan de trabajo del Comité Ejecutivo entrante, emitirán recomendaciones y de ser necesario, asignarán nuevas actividades.

En la Agenda del Consejo Estudiantil

- Próximo evento: Presentación de las recomendaciones más relevantes que surgieron del evento Voz hazte escuchar
- Cuándo: Próximo 24 de octubre
- Lugar: Jardín de las Carreras

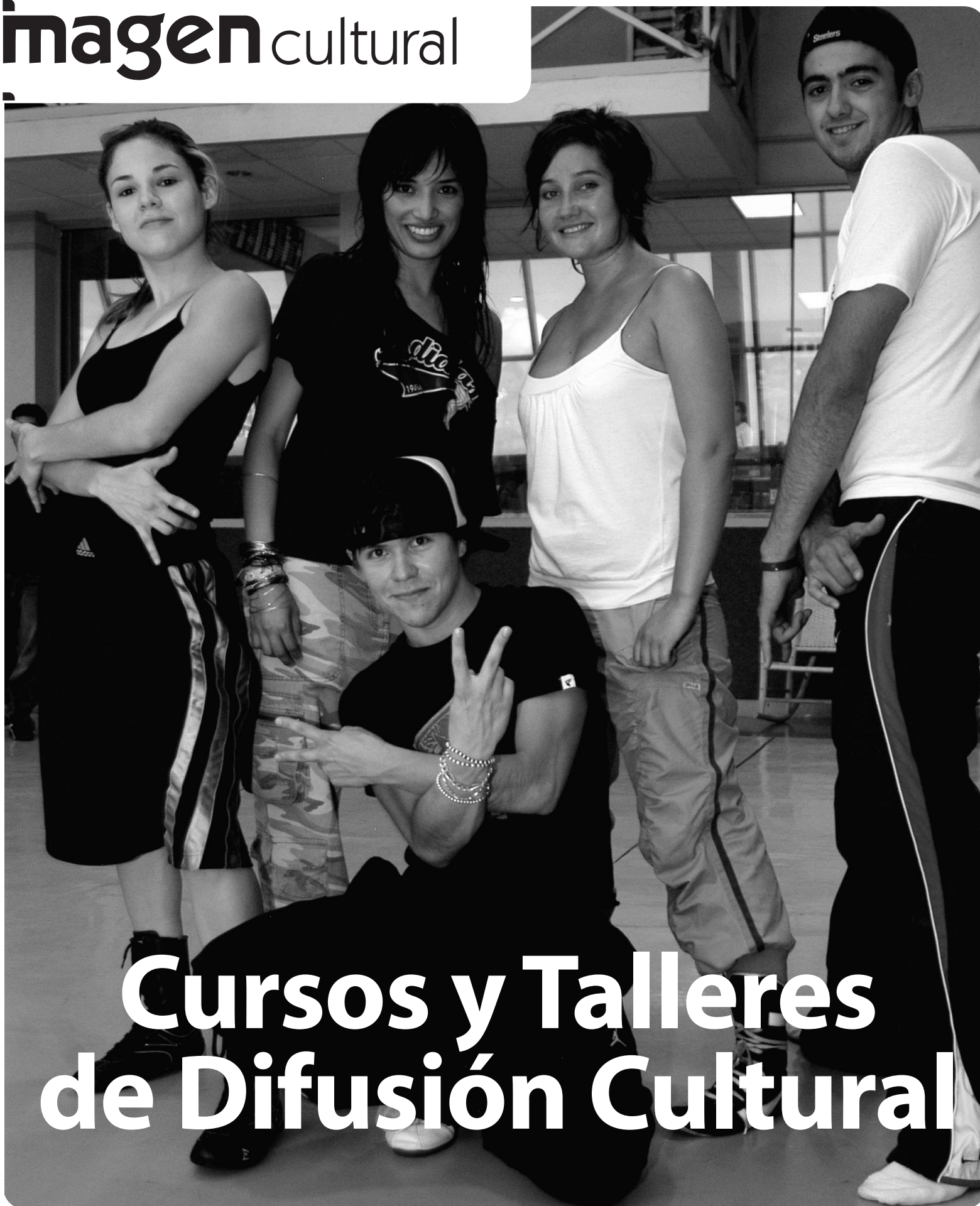


• Cargo: Coordinadora de Comisiones
Xitlally Rivero Romero
LLE, 7mo. Semestre
Hidalgo

• Cargo: Vicepresidenta
Carolina Dorantes
Fernández
LCC, 7mo. Semestre
Tabasco

• Cargo: Presidente
Francisco Javier Bassols
Flores
ISI, 8vo. Semestre
Distrito Federal

• Cargo: Secretaria
Mónica Iturribarria
Araiza
LSCA, 9no. Semestre
Sonora



Cursos y Talleres de Difusión Cultural

Mucho más que simple entretenimiento

Muchos alumnos reconocen que lo que más les gusta de estar en el Tecnológico es la gran variedad de opciones extracurriculares que se les ofrece. Entre éstas se encuentran los cursos y talleres que Difusión Cultural ha diseñado para que puedan alcanzar una formación verdaderamente integral y encontrar un espacio para el desahogo de sus capacidades artísticas y creativas.

Hugo Garza Leal, director de este

departamento, comenta que cada semestre se incorporan clases de acuerdo a las modas y gustos de los muchachos. Por ejemplo, el semestre pasado se estrenó la clase de tauromaquia que resultó toda una novedad, pues se ve todo lo corporal de este arte/deporte/entertainment.

"Para este semestre en particular, hicimos una mezcla de varias técnicas y estamos ofreciendo danza acrobática, danza aérea y algunas alternativas especiales en las clases de gastronomía

que han sido un exitazo", informó Garza Leal.

Con una oferta de más de 70 cursos, el departamento de Difusión Cultural incluye alternativas para todos los gustos y perfiles. Hay clases desde hip hop hasta magia con cartas que ha sido muy bien aceptada por los alumnos.

La más popular

"La clase de salsa es la campeona... gusta muchísimo a los alumnos mexicanos pero les fascina a los extranjeros", comenta Garza Leal al reconocer que ésta danza

es la que más aceptación tiene entre el alumnado.

Explica que la salsa está muy posicionada en todo el mundo y no requiere tantas habilidades técnicas como el tango, que también se ofrece como clase y que exige más control, ritmo y otra serie de técnicas.

"La salsa requiere más bien de sensibilidad no tanto de técnica y se ha convertido entre los alumnos en el punto de reunión después de clases. Además, tenemos la fortuna de contar con maestros que tienen don de gente que hacen que las clases sean tan motivantes, alegres y liberadoras que están a reventar".

Un amplio Menú

Existen un sin fin de clases para que selecciones la que más te gusta.

¡Dale expresión a tu capacidad artística!

Danza :

- Danza contemporánea
- Ballet neoclásico
- Ballet clásico
- Salsa
- Cumbia texana
- Hawaiano y Tahitiano
- Flamenco
- Danzas árabes
- Folklore
- Tap
- Tango
- Hip Hop
- Break Dance
- Acrobacia
- Zumba
- Jazz
- Cardiodance
- Jazz funk

Artes Visuales:

- Pintura Grabado
- Escultura en cerámica
- Acuarela y pastel
- Fotografía

Gastronomía

- Cocina internacional
- Cocina básica
- Cocina mexicana
- Cocina italiana
- Repostería
- Cultura vinícola
- Adictos al chocolate

Teatro

- Principiantes
- Intermedios
- Avanzados

Juegos de Mesa

- Magia con cartas 1
- Magia con cartas 2
- Club de Ajedrez

Miscelánea

- Maquillaje y peinados
- Accesorios
- Meditación creativa
- Tauromaquia

Música

- Violín A
- Violín B
- Canto
- Piano
- Guitarra clásica
- Guitarra popular
- Guitarra eléctrica
- Percusiones 1, 2 y 3
- Trompetas
- Acordeón
- Batería 1 y 2



Lo que no se ve

Para darle más seriedad e importancia al desarrollo integral de los alumnos, Difusión Cultural ha profundizado en el desarrollo académico de sus Cursos y Talleres. "Ahora ofrecemos cursos pues como tenemos objetivos específicos para cada nivel, los cursos son seriados y eso es lo que nos define ahora como departamento, que ya no damos solo clases", finaliza Garza Leal.

Para mayor información sobre grupos, horarios y costos:

www.mty.itesm.mx/dae/ddc

o en las oficinas de Difusión Cultural 2do. Piso del Gimnasio, 8328.4054.



Rol de juegos locales, campeonato CONADEIP 2006-2007
Básquetbol Varonil

Lugar: Gimnasio del Tecnológico de Monterrey
Hora: 20:00

Fecha	Casa	Vs.	Visitante
Octubre 19	Borregos	Vs.	U. Interamericana
Octubre 20	Borregos	Vs.	UPAEP
Octubre 21	Borregos	Vs.	U Madero
Octubre 26	Borregos	Vs.	U.P. DF
Octubre 27	Borregos	Vs.	UDLAP
Octubre 28	Borregos	Vs.	U. Bonaterra

¡Arrasan con el campeonato!

Disciplina, trabajo en equipo, y perseverancia fueron los ingredientes que llevaron a este joven equipo a ganar

Los más destacados jugadores del representativo de Borregos Básquetbol en edades de los 18 a los 20 años fueron seleccionados para integrar al equipo que jugó por el Tecnológico de Monterrey en el campeonato nacional de la categoría Sub 21.

El torneo se llevó a cabo del 12 al 18 de septiembre en Teziutlán, Puebla y los basquetbolistas del Tec demostraron su gran capacidad de juego a lo largo de los 16 juegos de su duración.

La semifinal jugada contra Sinaloa resultó ser un enfrentamiento reñido en el que el joven equipo luchó por repuntar con un marcador a favor de 81-77. Este esfuerzo se reflejó posteriormente en una final jugada contra el seleccionado de Jalisco dando como resultado un alto nivel competitivo con una puntuación

de 77-63, según informó el entrenador Ignacio Moreno.

El equipo recibió varios reconocimientos, uno a Julio César Martín del Campo como jugador más valioso y el otro a Ignacio Moreno como el mejor entrenador.

"El campeonato representa al gran esfuerzo que se hace día a día, es una culminación de todo el trabajo que realizamos, tanto preparación física y mental, como técnica y táctica. Fue una gran satisfacción tanto para la institución como para los muchachos", reconoció el entrenador.

De regreso al equipo

Tras su triunfo, los alumnos Sub 21 se reintegraron al equipo representativo del Tecnológico para iniciar el pasado 29 de septiembre su rol de juegos de la Conferencia Nacional del CONADEIP.

Los ganadores



Nombre: Julio Cesar Martín del Campo
Procedencia: Tijuana
Edad: 18 años
Posición: Ala, canastero
Carrera: LAE

Es el jugador más valioso
"Fue una satisfacción personal muy grande porque puse todo mi esfuerzo en los juegos y al final se recompensó. Aparte, creo que todo el equipo fue muy valioso y aunque el reconocimiento se lo tenían que dar alguien, el trabajo en equipo fue lo que nos dio el campeonato."



Nombre: Luís Treviño
Procedencia: Monterrey
Edad: 20 años
Posición: Guardia
Carrera: IIS

"Sentimos mucha satisfacción porque entrenar todos los días, venir aquí, e ir a hacer un buen papel es algo muy bueno, te deja muchas cosas buenas."



Nombre: Iván Ibarra
Procedencia: Tepic, Nayarit
Edad: 21 años
Posición: Canastero
Carrera: LAE

"Ganar fue gracias a la unidad y la humildad de todos al jugar y dar todo en la cancha. Es un gran orgullo habernos llevado del campeonato del torneo Sub 21. Para mí es mi último año y me siento orgulloso, representa el trabajo de práctica que hacemos diario."



Nombre: David Sergio Simental Cruz
Procedencia: Monterrey
Edad: 19 años
Posición: Poste
Carrera: LAE

"Siento una gran satisfacción de estar en el Tecnológico, por ser alumno y a la vez jugador del equipo representativo de Básquetbol y muy feliz de haber ganado tanto este torneo del Nacional Sub 21 como la Universiada Nacional, los dos de este año."



Rol de juegos locales de Básquetbol Femenil Temporada 2006-2007

Martes 24 de octubre, 2006.
Universidad Regiomontana
20:00 Hrs.

Jueves 02 de noviembre, 2006.
UDLA
20:00 Hrs.

Viernes 10 de noviembre, 2006.
UPAEP Puebla
20:00 Hrs.

Sábado 11 de noviembre, 2006.
UPAEP Puebla
15:00 Hrs.

Sábado 03 de febrero, 2007.
CEU
18:00 Hrs.

Viernes 09 de febrero, 2007.
Universidad Regiomontana
20:00Hrs.

Viernes 23 de febrero, 2007.
Tec Campus Querétaro
19:00 Hrs.

Sábado 24 de febrero, 2007.
Tec Campus Querétaro
12:00 Hrs.

Logros como equipo:

- Campeonas Nacionales CONADEIP 1997, 2000
- Campeonas Nacionales CONDDE 1996, 1997, 1999
- Subcampeonas Nacionales CONADEIP 1998, 2001, 2002, 2004, 2005
- Subcampeonas Nacionales CONDDE 2006
- Subcampeonas LINABE 1994, 1995, 1997, 2001, 2002.
- Tercer lugar CONDDE 2001, 2003.
- Tercer Lugar LINABE, 1996, 1998, 1999 y 2000

Borreguitas Básquetbol

Un equipo con ritmo y entusiasmo que se compromete con el campeonato

Con gran empuje y determinadas a alcanzar el campeonato CONADEIP 2006-2007, el equipo de básquetbol femenino arrancó su temporada de torneos con el pie derecho.

El pasado 22 y 23 de septiembre se enfrentaron contra el equipo de la UPAEP Tehuacán, apoderándose del marcador y la cancha al resultar ganadoras 58 vs.34 y 49 vs.36 respectivamente.

Su tercer juego de la temporada fue

contra el representativo del Campus Estado de México y el desempeño de las borreguitas regias superó las expectativas de los asistentes al partido. Arrasaron con un marcador de 107 vs.41, convirtiéndose así en las favoritas para perfilarse al campeonato nacional de este año.

Alberto Alegría, entrenador del equipo comenta sentirse optimista con la preparación del equipo. "Esperamos buenos resultados, todas las jugadoras están muy entusiasmadas y a pesar de

los exámenes, han sabido canalizar sus energías para estar concentradas en el juego".

La emoción de este equipo por entregar un excelente resultado en la cancha es tanta que la mejor manera de demostrarla es ante un graderío lleno de alumnos que estén dispuestos a compartir su esfuerzo y triunfos.

"Queremos que los alumnos sientan que éste es su equipo, que es su Campus el que juega. Ellas requieren del apoyo

de todos por que somos un equipo que siempre ha estado dentro de los primeros lugares los últimos 10 años", expresó Alegría al invitar a los alumnos a asistir a los juegos de las borreguitas.

De esta manera, el equipo femenino de básquetbol prometen una actuación de campeonato, su compromiso es dentro y fuera de la cancha y para lograrlo viven diariamente los valores de responsabilidad, respeto y mantienen la unión para convertirse en unas ganadoras.

No te pierdas los partidos de las Borreguitas de Básquetbol, apoya a tu equipo y se parte de esta emocionante temporada que promete estar de lujo.

**"Vengan a apoyarnos a los partidos, el ambiente se pone padre, ... somos jóvenes estudiantes como ustedes y necesitamos de sus porras"
Equipo de Básquetbol Femenil**

Ellas son las Borreguitas



Capitana
Nombre: Deisy Morales Pinedo. Número: 10
Carrera: Maestría en Mercadotecnia
Posición: Guardia

"Tenemos un equipo rápido, fuerte y agresivo, invitamos a los alumnos a que vengan a divertirse a nuestros juegos y que se pongan la camiseta".



Nombre: Jennifer Arriola Vucovich
Número: 34
Carrera: Maestría en Biotecnología
Posición: Poste

"Estamos muy concentradas como equipo, jugamos bien, entrenamos diario y le echamos muchas ganas para poder ser campeonas este año".



Nombre: Alejandra Delgado Robles
Número: 14
Carrera: LEM
Semestre: 7
Posición: Poste

"Somos un equipo muy fuerte y el favorito a ganar. Nos hace falta mucho público y necesitamos de sus porras".



Nombre: Beatriz Serna Magaña
Número: 16
Carrera: IIS
Posición: Ala

"Somos un equipo que quiere ganar todo lo que venga. Vengan a los partidos, se van a divertir mucho, es un buen espectáculo."



Nombre: Ana Rocío Escobar Rivero
Número: 4
Carrera: Maestría en Derecho Internacional
Posición: Ala/Botadora

"Somos un equipo que vamos tomando confianza entre nosotras. Poco a poco iremos tras nuestras metas para lograr el campeonato".

Cuenta **Perfiles**
No necesitas nada más.

TÚ ELIGES

- ARMA TU PROPIA CUENTA
- ELIGE LAS COMISIONES
- INVIERTE A TU MEDIDA

Solicítala en cualquier sucursal

www.banamex.com

 **Banamex**